

# Máster de Formación Permanente

## Pilates Terapéutico





## Máster de Formación Permanente Pilates Terapéutico

- » Modalidad: **online**
- » Duración: **7 meses**
- » Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
- » Acreditación: **60 ECTS**
- » Horario: **a tu ritmo**
- » Exámenes: **online**

Acceso web: [www.techtute.com/fisioterapia/master/master-pilates-terapeutico](http://www.techtute.com/fisioterapia/master/master-pilates-terapeutico)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Competencias

---

*pág. 12*

04

Dirección del curso

---

*pág. 16*

05

Estructura y contenido

---

*pág. 22*

06

Metodología

---

*pág. 34*

07

Titulación

---

*pág. 42*

# 01 Presentación

Entre las diferentes técnicas asistenciales que los fisioterapeutas han incorporado a su labor, el Pilates es una de las que mejores resultados acumula en cuanto a la recuperación integral de pacientes. Este conjunto de metodologías con enfoque terapéutico ha demostrado su efectividad en la rehabilitación de lesiones diversas en extremidades, Columna Vertebral y para el manejo de patologías neurológicas como el Parkinson. Sin embargo, ahondar en estas innovaciones puede resultar desafiante para los profesionales del sector que requieren de los contenidos más actualizados para optimizar su praxis. Por eso, TECH ha desarrollado este programa de estudios donde el alumnado profundizará en los últimos ejercicios, instrumentos y contraindicaciones de esta práctica. Para ello se apoyará en el *Relearning*, la más completa metodología 100% online.



“

*Con este Máster de Formación Permanente tendrás a tu alcance las principales innovaciones del Pilates Terapéutico en un formato de estudio 100% online, cuyos materiales podrás consultar sin dificultad a lo largo de las 24 horas del día”*

La práctica intensiva e inadecuadamente programada de algunos deportes puede generar diversas lesiones y molestias en los deportistas. El proceso de rehabilitación de estas alteraciones, frecuentemente acaecidas en el apartado locomotor, puede ser complejo y requiere de las manos más capacitadas.

El Pilates se ha convertido en una de las alternativas más efectivas contra esta clase de alteraciones. La evidencia científica que sustenta esta afirmación es recogida en diferentes artículos académicos y en la labor de expertos que han potenciado su incorporación a diversos protocolos terapéuticos. Sin embargo, mantearse al día sobre los últimos criterios de trabajo con esta disciplina y las estrategias para integrarlos en la actividad asistencial puede resultar engorroso para los fisioterapeutas. Por eso, pensando en la actualización de estos profesionales, TECH ha diseñado este programa de estudios.

La titulación se compone de 10 módulos académicos en los cuales el alumnado ahondará en las ventajas del Pilates para abordar alteraciones en partes del Miembro Superior como Hombro, Muñeca o Codo. También, ahondará en las principales dolencias de la Columna Vertebral que se pueden tratar mediante este método. Por otra parte, recoge de manera exhaustiva sus contraindicaciones más frecuentes y cómo prevenir el desarrollo de lesiones subyacentes.

Este Máster de Formación Permanente se impartirá de manera 100% online, desde una plataforma virtual con disímiles prestaciones interactivas. Para acceder a los materiales de estudios, el alumnado solo necesitará de un dispositivo conectado a Internet y así podrá evitar traslados innecesarios a un centro de estudios presenciales. Además, la completísima metodología *Relearning* afianzará el proceso didáctico permitiéndole desarrollar habilidades prácticas de forma cabal a través de todo el itinerario académico.

Además, en el programa, TECH ha incluido una serie de 10 *Masterclasses* exclusivas y complementarias, desarrolladas por un experto reconocido internacionalmente en Medicina Deportiva y Rehabilitación Física. Esto brindará a los egresados la oportunidad de enriquecer y expandir sus habilidades en esta área.

Este **Máster de Formación Permanente en Pilates Terapéutico** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en la práctica del Pilates Terapéutico
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



*¿Te gustaría perfeccionar tus destrezas en Medicina Deportiva y Rehabilitación Física? Podrás acceder a 10 Masterclasses adicionales, diseñadas por un especialista de renombre internacional en esta área”*

“

*Gracias al método Relearning te convertirás en un fisioterapeuta altamente especializado en la integración del Pilates en tus rutinas terapéuticas”*

El programa incluye en su cuadro docente a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

*Actualiza tus competencias teórico-prácticas sobre el manejo de lesiones neurológicas mediante el Pilates Terapéutico con un temario exhaustivo y disruptivo.*

*Profundizarás en protocolos y progresiones de ejercicios avanzados a través de este itinerario académicos de TECH en modalidad 100% online.*



# 02 Objetivos

TECH Universidad Tecnológica aspira a potenciar conocimientos teóricos y habilidades prácticas en los profesionales a través de los temarios más completos y actualizados del panorama académico. Este programa versado en Pilates Terapéutico no es la excepción y, por eso, en él se integran los criterios de intervención, ejercicios e instrumentos de trabajo más innovadores de esta disciplina. Gracias a esta titulación, el alumnado alcanzará un nivel superior de capacitación y desempeño profesional, teniendo en su mano objetivos educativos rigurosos y que al mismo tiempo se pueda materializar con rapidez y flexibilidad.







“

*Uno de los objetivos de este Máster de Formación Permanente es proporcionarte los conocimientos necesarios para que apliques el Pilates Terapéutico de manera disruptiva en la atención de personas con patologías neurodegenerativas”*



## Objetivos generales

---

- ♦ Potenciar el conocimiento y las competencias profesionales de la práctica y la enseñanza de los ejercicios del método Pilates en suelo, en las diferentes máquinas y con implementos
- ♦ Diferenciar las aplicaciones de los ejercicios Pilates y las adaptaciones a realizar para cada paciente
- ♦ Establecer un protocolo de ejercicios adaptados a la sintomatología y patología de cada paciente
- ♦ Delimitar las progresiones y regresiones de los ejercicios en función de las distintas fases en el proceso de recuperación de una lesión
- ♦ Evitar los ejercicios contraindicados en función de la valoración previa realizada a los pacientes y clientes
- ♦ Manejar en profundidad los aparatos utilizados en el Método Pilates
- ♦ Aportar la información necesaria para ser capaz buscar información científica y actualizada de los tratamientos con Pilates aplicables a las diferentes patologías
- ♦ Analizar las necesidades y mejoras de equipamiento Pilates en un espacio terapéutico destinado al ejercicio Pilates
- ♦ Desarrollar acciones que mejoren la efectividad de los ejercicios Pilates basados en los principios del método
- ♦ Realizar de manera correcta y analítica los ejercicios basados en el Método Pilates
- ♦ Analizar los cambios fisiológicos y posturales que afectan a la mujer embarazada
- ♦ Diseñar ejercicios adaptados a la mujer en el transcurso del embarazo hasta el parto
- ♦ Describir la aplicación del Método Pilates en deportistas de alto nivel





## Objetivos específicos

---

### Módulo 1. El Método Pilates

- ♦ Ahondar en los antecedentes del pilates
- ♦ Profundizar en la historia del Pilates
- ♦ Describir la metodología del Pilates

### Módulo 2. Fundamentos del método Pilates

- ♦ Profundizar en los fundamentos del pilates
- ♦ Identificar los ejercicios más relevantes
- ♦ Explicar las posiciones de Pilates a evitar

### Módulo 3. El gimnasio Pilates

- ♦ Describir el espacio donde se realiza Pilates
- ♦ Estar al tanto de las máquinas para hacer Pilates
- ♦ Exponer protocolos y progresiones de ejercicios

### Módulo 4. Metodología en la práctica del método Pilates

- ♦ Sistematizar sesiones basadas en el Método Pilates
- ♦ Definir tipos de sesiones basadas en el Método Pilates
- ♦ Ahondar en las controversias y el método de Pilates bien aplicado

### Módulo 5. Pilates en las alteraciones de la Columna Vertebral

- ♦ Indagar en los principales problemas de la Columna y su abordaje
- ♦ Actualizar conocimiento sobre los principales problemas de la Espalda y su abordaje
- ♦ Aplicar protocolos de ejercicios específicos para el proceso de recuperación de las lesiones

### Módulo 6. Pilates en las alteraciones del Miembro Superior

- ♦ Identificar las patologías del Hombro y su manejo
- ♦ Desarrollar conocimientos sobre la patología del Codo y su abordaje
- ♦ Ahondar en la patología Muñeca y su abordaje

### Módulo 7. Pilates en las alteraciones del Miembro Inferior

- ♦ Detectar características distintivas de cada lesión
- ♦ Abordar las alteraciones mediante ejercicios basados en el Método Pilates
- ♦ Adecuar protocolos de ejercicios específicos para el proceso de recuperación de las lesiones

### Módulo 8. Patología general y su tratamiento con Pilates

- ♦ Dominar características de cada patología
- ♦ Identificar las principales alteraciones de cada patología
- ♦ Abordar las alteraciones mediante ejercicios basados en el Método Pilates

### Módulo 9. Pilates durante el Embarazo, Parto y Postparto

- ♦ Diferenciar las distintas fases del embarazo
- ♦ Determinar ejercicios específicos para cada fase
- ♦ Orientar a la mujer durante el embarazo, parto y postparto

### Módulo 10. Pilates en el deporte

- ♦ Identificar las lesiones más frecuentes de cada deporte
- ♦ Indicar los factores de riesgo que predisponen a la lesión
- ♦ Seleccionar ejercicios basados en el Método Pilates adaptados a cada deporte

# 03 Competencias

Este Máster de Formación Permanente de TECH Universidad Tecnológica aglutina los contenidos más innovadores en materia de Pilates Terapéutico y su aplicación para el beneficio y recuperación de personas con diferentes alteraciones musculoesqueléticas. Además de su actualizado temario, el programa dispone de métodos didácticos disruptivos como el *Relearning* y los casos de estudio de la Escuela de Harvard para que cada egresado pueda poner al día sus conocimientos incorporando una visión teórico-práctica de esta disciplina. De ese modo, al finalizar este temario, el alumnado habrá conseguido un nivel superlativo de especialización y podrá aplicar competencias de excelencia en su ejercicio profesional cotidiano.





“

*Gracias a las competencias que adquieras en esta titulación, fomentarás el bienestar y cuidados de Salud específicos, haciendo uso de los ejercicios de Pilates más innovadores”*



## Competencias generales

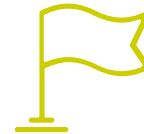
---

- ♦ Actualizar conocimientos y las competencias profesionales de la práctica y la enseñanza de los ejercicios del método Pilates en colchoneta, las diferentes máquinas y con implementos
- ♦ Establecer un protocolo de ejercicios adaptados a la sintomatología y patología de cada situación personal
- ♦ Discernir claramente entre un ejercicio de Pilates bien o mal hecho
- ♦ Atender y prevenir el burn out en monitores de Pilates
- ♦ Ampliar las capacidades para la atención a profesionales que han realizado sobreentrenamiento de Pilates
- ♦ Fomentar el cuidado de la Salud, aplicando correctamente los ejercicios de Pilates

“

*Optimiza tus competencias prácticas, incorporando los ejercicios más innovadores de Pilates de cara a la preparación del parto, a través de este riguroso programa”*





## Competencias específicas

---

- ♦ Adecuar las cargas de las máquinas al objetivo perseguido con un determinado ejercicio en una paciente concreta
- ♦ Aplicar técnicas de pilates tanto de fuerza como de estiramiento para abordar diversas lesiones
- ♦ Identificar las principales lesiones producidas por una incorrecta práctica del Pilates en personas no profesionales
- ♦ Pautar ejercicios para personas con osteoporosis o con problemas de incontinencia
- ♦ Continuar con investigaciones orientadas a profundizar en el Pilates
- ♦ Establecer protocolos para realizar ejercicios indicados en MATT
- ♦ Abordar problemas producidos en Miembros Superiores e Inferiores mediante Pilates
- ♦ Recomendar determinados ejercicios de Pilates para prevenir patologías musculares

# 04

## Dirección del curso

Los docentes de este itinerario académico disponen de una altísima especialización en el uso de Pilates Terapéutico para abordar diferentes patologías. Estos expertos han sostenido una intensiva trayectoria como fisioterapeutas, aplicando esos conocimientos en diferentes sectores como la recuperación de pacientes con lesiones derivadas de actividades diarias o patologías musculoesqueléticas subyacentes. A través de su praxis cotidiana, el claustro ha integrado un temario que reúne las herramientas, técnicas y combinaciones de estrategias intervencionistas avanzadas. Por medio de esas aptitudes, integradas al temario, los egresados de este programa conseguirán poner al día sus competencias e impulsar sus recorridos profesionales.







“

*Los mejores expertos en Pilates Terapéutico forman parte del claustro de esta completísima titulación de TECH Universidad Tecnológica”*

## Director Invitado Internacional

El Doctor Edward Laskowski es una figura destacada internacional en el campo de la **Medicina Deportiva** y la **Rehabilitación Física**. Certificado por la **Junta Estadounidense de Medicina Física y Rehabilitación**, ha sido una parte integral del prestigioso personal de la **Clínica Mayo**, donde se ha desempeñado como **Director del Centro de Medicina Deportiva**.

Asimismo, su experiencia abarca una amplia gama de disciplinas, desde la **Medicina Deportiva**, hasta el **Fitness** y el **Entrenamiento de Fuerza y Estabilidad**. Así, ha trabajado en estrecha colaboración con un equipo multidisciplinario de especialistas en **Medicina Física, Rehabilitación, Ortopedia, Fisioterapia y Psicología Deportiva**, para proporcionar un enfoque integral en el cuidado de sus pacientes.

Igualmente, su influencia se extiende más allá de la **práctica clínica**, ya que ha sido reconocido **nacional e internacionalmente** por sus contribuciones al mundo del **deporte** y la **salud**. De esta forma, fue nombrado por el presidente **George W. Bush** para el **Consejo del Presidente sobre Aptitud Física y Deportes**, y galardonado con un **Premio de Servicio Distinguido del Departamento de Salud y Servicios Humanos**, subrayando su compromiso con la promoción de **estilos de vida saludables**.

Además, ha sido un elemento clave en **eventos deportivos** de renombre, como los **Juegos Olímpicos de Invierno (2002)**, en **Salt Lake City**, y el **Maratón de Chicago**, proporcionando **atención médica** de calidad. A esto hay que sumar su dedicación a la **divulgación**, que ha quedado reflejada en su extenso trabajo en la creación de **recursos académicos**, incluido el **CD-ROM** de la **Clínica Mayo** sobre **Deportes, Salud y Fitness**, así como su papel como **Editor Contribuyente** del libro *"Mayo Clinic Fitness for Everybody"*. Con una pasión por desterrar mitos y proporcionar información precisa y actualizada, el Doctor Edward Laskowski continúa siendo una voz influyente en la **Medicina Deportiva** y el **Fitness** mundial.



## Dr. Laskowski, Edward

---

- ♦ Director del Centro de Medicina Deportiva de la Clínica Mayo, Estados Unidos
- ♦ Médico Consultor en la Asociación de Jugadores de la Liga Nacional de Hockey, Estados Unidos
- ♦ Médico en la Clínica Mayo, Estados Unidos
- ♦ Miembro del Policlínico Olímpico en los Juegos Olímpicos de Invierno (2002), Salt Lake City
- ♦ Especialista en Medicina Deportiva, Fitness, Entrenamiento de Fuerza y Entrenamiento de Estabilidad
- ♦ Certificado por la Junta Estadounidense de Medicina Física y Rehabilitación
- ♦ Editor Contribuyente del libro *"Mayo Clinic Fitness for Everybody"*
- ♦ Premio de Servicio Distinguido del Departamento de Salud y Servicios Humanos
- ♦ Miembro de: *American College of Sports Medicine*

“

*Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo”*

## Dirección



### D. González Arganda, Sergio

- ♦ Fisioterapeuta del Atlético de Madrid Club de Fútbol
- ♦ CEO Físio Domicilio Madrid
- ♦ Docente en el Máster de Preparación Física y Readaptación Deportiva en Fútbol
- ♦ Docente en el Experto Universitario Pilates Clínico
- ♦ Docente en el Máster de Biomecánica y Fisioterapia Deportiva
- ♦ Máster en Osteopatía del Aparato Locomotor por la Escuela de Osteopatía de Madrid
- ♦ Máster Universitario en Biomecánica Aplicada a la Valoración del Daño y Técnicas Avanzadas en Fisioterapia
- ♦ Experto en Pilates y Rehabilitación por la Real Federación Española de Gimnasia
- ♦ Graduado en Fisioterapia por la Universidad Pontificia de Comillas

## Profesores

### Dña. Valiente Serrano, Noelia

- ♦ Fisioterapeuta en Físio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapeuta en Keiki Fisioterapia
- ♦ Fisioterapeuta en Jemed Importaciones

### D. Longás de Jesús, Antonio

- ♦ Fisioterapeuta en clínica Lagasca
- ♦ Fisioterapeuta en Físio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapeuta en Club de Rugby Veterinaria

### Dña. Cortés Lorenzo, Laura

- ♦ Fisioterapeuta en clínica Físio Domicilio Madrid y en la Federación Madrileña de Hockey
- ♦ Fisioterapeuta en clínica Fiosiomon
- ♦ Fisioterapeuta en el Centro de Tecnificación de la Federación Madrileña de Hockey
- ♦ Fisioterapeuta en Físio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapia traumatólogica en Clínica Artros
- ♦ Fisioterapeuta en Club SPV51 y Club Valdeluz de Hockey Hierba
- ♦ Diplomada en Fisioterapia. Universidad Complutense de Madrid

**D. Pérez Costa, Eduardo**

- ♦ CEO de Move2Be Fisioterapia y Readaptación
- ♦ Fisioterapeuta autónomo, tratamiento a domicilio en Madrid
- ♦ Fisioterapeuta Clínica Natal San Sebastián de los Reyes
- ♦ Readaptador deportivo del Club Baloncesto Zona Press
- ♦ Fisioterapeuta en el filial de la UD Sanse
- ♦ Fisioterapeuta a pie de campo con la Fundación Marcet
- ♦ Fisioterapeuta en clínica Pascual & Muñoz
- ♦ Fisioterapeuta en la clínica Fisio Life Plus
- ♦ Máster en Fisioterapia manual en el aparato locomotor en la Universidad de Alcalá
- ♦ Grado en Fisioterapia por la Universidad de Alcalá

**Dña. García Ibáñez, Marina**

- ♦ Fisioterapeuta en Fundación Esclerosis Múltiple de Madrid y consulta privada domicilio
- ♦ Fisioterapeuta en tratamientos a domicilio en pediatría y adultos con patología neurológica
- ♦ Fisioterapeuta en Fundación Esclerosis Múltiple de Madrid
- ♦ Fisioterapeuta en Clínica Kinés
- ♦ Fisioterapeuta en Clínica San Nicolás
- ♦ Experto en Fisioterapia Neurológica en la Universidad Europea de Madrid
- ♦ Máster Universitario en Fisioterapia Neurológica: Técnicas de valoración y tratamiento en la Universidad Europea de Madrid
- ♦ Grado en Fisioterapia por la Universidad de Alcalá

**Dña. Parra Nebreda, Virginia**

- ♦ Fisioterapeuta de Suelo Pélvico en Fundación de Esclerosis Múltiple de Madrid
- ♦ Fisioterapeuta de Suelo Pélvico en Clínica Letfisio
- ♦ Fisioterapeuta en Residencia de Ancianos Orpea
- ♦ Máster de Fisioterapia en Pelviperrineología en la Universidad de Castilla-la Mancha
- ♦ Formación de Ecografía Funcional en Fisioterapia de Suelo Pélvico en Hombre y Mujer en FISIOMEDIT Formación
- ♦ Formación en Hipopresivos en LOW PRESSURE FITNES
- ♦ Grado en Fisioterapia por la Universidad Complutense De Madrid



*Una experiencia de capacitación  
única, clave y decisiva para  
impulsar tu desarrollo profesional”*

# 05

## Estructura y contenido

Este programa académico recoge los criterios más innovadores sobre la utilización del Pilates como estrategia terapéutica y de rehabilitación contra diferentes molestias o lesiones musculoesqueléticas. La titulación de 10 módulos describe los fundamentos del mencionado método, su evolución y las principales herramientas o instrumentos que facilitan su implementación. Al mismo tiempo, el alumnado podrá ahondar en diferentes ejercicios específicos que se implementan desde esta disciplina para contrarrestar patologías y alteraciones en la Columna Vertebral, extremidades inferiores y superiores, entre otros. Todo ello a través de recursos didácticos multimedia y la innovadora metodología *Relearning*.





“

*A través de recursos multimedia, como vídeos e infografías, profundizarás en la asimilación de competencias prácticas de enfoque recuperativo basadas en el Pilates Terapéutico”*

## Módulo 1. Método Pilates

- 1. 1. Joseph Pilates
  - 1.1.1. Joseph Pilates
  - 1.1.2. Libros y postulados
  - 1.1.3. Legado
  - 1.1.4. Origen ejercicio personalizado
- 1.2. Antecedentes del Método Pilates
  - 1.2.1. Referencias
  - 1.2.2. Evolución
  - 1.2.3. Situación actual
  - 1.2.4. Conclusiones
- 1.3. Evolución del Método
  - 1.3.1. Mejoras y modificaciones
  - 1.3.2. Aportaciones al método Pilates
  - 1.3.3. Pilates Terapéutico
  - 1.3.4. Pilates y Actividad Física
- 1.4. Principios Método Pilates
  - 1.4.1. Definición de los principios
  - 1.4.2. Evolución de los principios
  - 1.4.3. Niveles de progresión
  - 1.4.4. Conclusiones
- 1.5. Pilates Clásico versus Contemporáneo/Moderno
  - 1.5.1. Puntos clave en el Pilates Clásico
  - 1.5.2. Análisis Pilates moderno/ Clásico
  - 1.5.3. Aportaciones del Pilates Moderno
  - 1.5.4. Conclusiones
- 1.6. Pilates Suelo y Pilates Máquinas
  - 1.6.1. Fundamentos en Pilates Suelo
  - 1.6.2. Evolución pilates suelo
  - 1.6.3. Fundamentos en Pilates Máquinas
  - 1.6.4. Evolución en pilates Maquinas





- 1.7. Evidencias científicas
  - 1.7.1. Revistas científicas relacionadas con Pilates
  - 1.7.2. Tesis doctorales sobre Pilates
  - 1.7.3. Publicaciones de Pilates
  - 1.7.4. Aplicaciones para Pilates
- 1.8. Orientaciones del Método Pilates
  - 1.8.1. Tendencias Nacionales
  - 1.8.2. Tendencias internacionales
  - 1.8.3. Análisis de las tendencias
  - 1.8.4. Conclusiones
- 1.9. Las Escuelas
  - 1.9.1. Escuelas de Formación de Pilates
  - 1.9.2. Revistas
  - 1.9.3. Evolución escuelas pilates
  - 1.9.4. Conclusiones
- 1.10. Las Asociaciones y federaciones de Pilates
  - 1.10.1. Definiciones
  - 1.10.2. Aportaciones
  - 1.10.3. Objetivos
  - 1.10.4. PMA

## Módulo 2. Fundamentos del Método Pilates

- 2.1. Los diferentes conceptos sobre el método
  - 2.1.1. Los conceptos según Joseph Pilates
  - 2.1.2. Evolución de los conceptos
  - 2.1.3. Generaciones posteriores
  - 2.1.4. Conclusiones
- 2.2. La Respiración
  - 2.2.1. Los diferentes tipos de respiración
  - 2.2.2. Análisis tipos de respiración
  - 2.2.3. Los efectos de la respiración
  - 2.2.4. Conclusiones



- 2.3. La pelvis como centro de estabilidad y del movimiento
  - 2.3.1. El Core de Joseph Pilates
  - 2.3.2. El Core científico
  - 2.3.3. Fundamento anatómico
  - 2.3.4. Core en los procesos de recuperación
- 2.4. La organización de la cintura escapular
  - 2.4.1. Repaso anatómico
  - 2.4.2. Biomecánica de la cintura escapular
  - 2.4.3. Aplicaciones en Pilates
  - 2.4.4. Conclusiones
- 2.5. La organización del movimiento del miembro inferior
  - 2.5.1. Repaso anatómico
  - 2.5.2. Biomecánica del miembro inferior
  - 2.5.3. Aplicaciones en Pilates
  - 2.5.4. Conclusiones
- 2.6. La articulación de la columna vertebral
  - 2.6.1. Repaso anatómico
  - 2.6.2. Biomecánica de la columna
  - 2.6.3. Aplicaciones en Pilates
  - 2.6.4. Conclusiones
- 2.7. Los alineamientos de los segmentos corporales
  - 2.7.1. La postura
  - 2.7.2. La postura en Pilates
  - 2.7.3. Los alineamientos segmentarios
  - 2.7.4. Las cadenas musculares y fasciales
- 2.8. La integración funcional
  - 2.8.1. Concepto de integración funcional
  - 2.8.2. Implicaciones en diferentes actividades
  - 2.8.3. La tarea
  - 2.8.4. El contexto

- 2.9. Fundamentos del Pilates Terapéutico
  - 2.9.1. Historia del Pilates Terapéutico
  - 2.9.2. Conceptos en el Pilates Terapéutico
  - 2.9.3. Criterios en Pilates Terapéutico
  - 2.9.4. Ejemplos de lesiones o patologías
- 2.10. Pilates clásico y Pilates terapéutico
  - 2.10.1. Diferencias entre ambos métodos
  - 2.10.2. Justificación
  - 2.10.3. Progresiones
  - 2.10.4. Conclusiones

### Módulo 3. El gimnasio/estudio Pilates

- 3.1. El Reformer
  - 3.1.1. Introducción al Reformer
  - 3.1.2. Beneficios del Reformer
  - 3.1.3. Principales ejercicios en el Reformer
  - 3.1.4. Principales errores en el Reformer
- 3.2. El Cadillac o Trapeze table
  - 3.2.1. Introducción al Cadillac
  - 3.2.2. Beneficios del Cadillac
  - 3.2.3. Principales ejercicios en el Cadillac
  - 3.2.4. Principales errores en el Cadillac
- 3.3. La silla
  - 3.3.1. Introducción a la silla
  - 3.3.2. Beneficios de la silla
  - 3.3.3. Principales ejercicios en la silla
  - 3.3.4. Principales errores en la silla
- 3.4. El Barril
  - 3.4.1. Introducción al barril
  - 3.4.2. Beneficios del barril
  - 3.4.3. Principales ejercicios en el barril
  - 3.4.4. Principales errores en el barril

- 3.5. Modelos “Combo”
  - 3.5.1. Introducción al modelo combo
  - 3.5.2. Beneficios del modelo combo
  - 3.5.3. Principales ejercicios en el modelo combo
  - 3.5.4. principales errores en el modelo combo
- 3.6. El Aro flexible
  - 3.6.1. Introducción al aro flexible
  - 3.6.2. Beneficios del aro flexible
  - 3.6.3. Principales ejercicios en el aro flexible
  - 3.6.4. Principales errores en el aro flexible
- 3.7. El *Spine* Corrector
  - 3.7.1. Introducción al *spine* corrector
  - 3.7.2. Beneficios del *spine* corrector
  - 3.7.3. Principales ejercicios en el *spine* corrector
  - 3.7.4. Principales errores en el *spine* corrector
- 3.8. Los Implementos adaptados al método
  - 3.8.1. *Foam roller*
  - 3.8.2. *Fit Ball*
  - 3.8.4. Bandas elásticas
  - 3.8.5. Bosu
- 3.9. El espacio
  - 3.9.1. Preferencias de equipamiento
  - 3.9.2. El espacio Pilates
  - 3.9.3. Instrumental de pilates
  - 3.9.4. Buenas prácticas en cuanto al espacio
- 3.10. El entorno
  - 3.10.1. Concepto del entorno
  - 3.10.2. Características de diferentes entornos
  - 3.10.3. Elección de entorno
  - 3.10.4. Conclusiones

## Módulo 4. Metodología en la práctica del Método Pilates

- 4.1. La sesión inicial
  - 4.1.1. Valoración inicial
  - 4.1.2. Consentimiento informado
  - 4.1.3. Palabras y órdenes relacionado en Pilates
  - 4.1.4. Comienzo en el Método Pilates
- 4.2. La evaluación inicial
  - 4.2.1. Evaluación postural
  - 4.2.2. Evaluación de la flexibilidad
  - 4.2.3. Evaluación coordinativa
  - 4.2.4. Planificación de la sesión. Ficha Pilates
- 4.3. La clase Pilates
  - 4.3.1. Ejercicios iniciales
  - 4.3.2. Agrupaciones de alumnos
  - 4.3.3. Posicionamiento, voz, correcciones
  - 4.3.4. El descanso
- 4.4. Los alumnos-pacientes
  - 4.4.1. Tipología del alumno Pilates
  - 4.4.2. El compromiso personalizado
  - 4.4.3. Los objetivos del alumno
  - 4.4.4. La elección del método
- 4.5. Progresiones y regresiones de los ejercicios
  - 4.5.1. Introducción a progresiones y regresiones
  - 4.5.2. Las progresiones
  - 4.5.3. Las regresiones
  - 4.5.4. La evolución del tratamiento
- 4.6. Protocolo general
  - 4.6.1. Un protocolo básico generalizado
  - 4.6.2. Respetar fundamentos Pilates
  - 4.6.3. Análisis del protocolo
  - 4.6.4. Funciones del protocolo

- 4.7. Indicaciones de los ejercicios
    - 4.7.1. Características posición inicial
    - 4.7.2. Contraindicaciones de los ejercicios
    - 4.7.3. Ayudas verbales, táctiles
    - 4.7.4. Programación de las clases
  - 4.8. El profesor/monitor
    - 4.8.1. Análisis del alumno
    - 4.8.2. Tipos de profesores
    - 4.8.3. Generación de ambiente adecuado
    - 4.8.4. Seguimiento del alumno
  - 4.9. El programa base
    - 4.9.1. Pilates para principiantes
    - 4.9.2. Pilates para medios
    - 4.9.3. Pilates para expertos
    - 4.9.4. Pilates profesional
  - 4.10. Software para estudio de pilates
    - 4.10.1. Principales softwares para estudio pilates
    - 4.10.2. Aplicación para hacer pilates
    - 4.10.3. Última tecnología en el estudio de pilates
    - 4.10.4. Avances más significativos en estudio de pilates
- Módulo 5. Pilates en las alteraciones de la Columna Vertebral**
- 5.1. Recuerdo anatómico básico
    - 5.1.1. Osteología de la columna
    - 5.1.2. Miología de la columna
    - 5.1.3. Biomecánica de la columna
    - 5.1.4. Conclusiones
  - 5.2. Patologías frecuentes susceptibles de tratamiento con Pilates
    - 5.2.1. Patologías del crecimiento
    - 5.2.2. Patologías en el paciente de edad
    - 5.2.3. Patologías en el sedentario
    - 5.2.4. Patologías en el deportista
  - 5.3. Ejercicios indicados en MATT, en Máquinas y con Implementos. Protocolo general
    - 5.3.1. Ejercicios de alargamiento
    - 5.3.2. Ejercicios de estabilización central
    - 5.3.3. Ejercicios de movilización articular
    - 5.3.4. Ejercicios de fortalecimiento
    - 5.3.5. Ejercicios funcionales
  - 5.4. Patología discal
    - 5.4.1. Patomecánica
    - 5.4.2. Síndromes discales
    - 5.4.3. Diferencias entre tipos de patologías
    - 5.4.4. Buenas practicas
  - 5.5. Patología articular
    - 5.5.1. Patomecánica
    - 5.5.2. Síndromes articulares
    - 5.5.3. tipos de patología
    - 5.5.4. Conclusiones
  - 5.6. Patología muscular
    - 5.6.1. Patomecánica
    - 5.6.2. Síndromes musculares
    - 5.6.3. Tipos de patología
    - 5.6.4. Conclusiones
  - 5.7. Patología Columna Cervical
    - 5.7.1. Sintomatología
    - 5.7.2. Síndromes cervicales
    - 5.7.3. Protocolos específicos
    - 5.7.4. Conclusiones
  - 5.8. Patología Columna Dorsal
    - 5.8.1. Sintomatología
    - 5.8.2. Síndromes dorsales
    - 5.8.3. Protocolos específicos
    - 5.8.4. Conclusiones

- 5.9. Patología Columna Lumbar
  - 5.9.1. Sintomatología
  - 5.9.2. Síndromes lumbares
  - 5.9.3. Protocolos específicos
  - 5.9.4. Conclusiones
- 5.10. Patología Sacroilíaca
  - 5.10.1. Sintomatología
  - 5.10.2. Síndromes lumbares
  - 5.10.3. Protocolos específicos
  - 5.10.4. Conclusiones

## Módulo 6. Pilates en las alteraciones del Miembro Superior

- 6.1. Recuerdo anatómico básico
  - 6.1.1. Osteología del Miembro Superior
  - 6.1.2. Miología del Miembro Superior
  - 6.1.3. Biomecánica del Miembro Superior
  - 6.1.4. Buenas practicas
- 6.2. Ejercicios de estabilización
  - 6.2.1. Introducción a los ejercicios de estabilización
  - 6.2.2. Ejercicios de estabilización MATT
  - 6.2.3. Ejercicios de estabilización en maquina
  - 6.2.4. Mejores ejercicios de estabilización
- 6.3. Ejercicios de movilización articular
  - 6.3.1. Introducción a los ejercicios de movilidad articular
  - 6.3.2. Ejercicios de movilidad articular MATT
  - 6.3.3. Ejercicios de movilidad articular en maquina
  - 6.3.4. Mejores ejercicios de movilidad articular
- 6.4. Ejercicios de fortalecimiento
  - 6.4.1. Introducción a los ejercicios de fortalecimiento
  - 6.4.2. Ejercicios de fortalecimiento MATT
  - 6.4.3. Ejercicios de fortalecimiento en máquina
  - 6.4.4. Mejores ejercicios de fortalecimiento

- 6.5. Ejercicios funcionales
  - 6.5.1. Introducción a los ejercicios funcionales
  - 6.5.2. Ejercicios funcionales MATT
  - 6.5.3. Ejercicios funcionales en maquina
  - 6.5.4. Mejores ejercicios funcionales
- 6.6. Patología del Hombro. Protocolos específicos
  - 6.6.1. Hombro doloroso
  - 6.6.2. Hombro congelado
  - 6.6.3. Hombro hipomóvil
  - 6.6.4. Ejercicios de hombro
- 6.7. Patología del Codo. Protocolos específicos
  - 6.7.1. Patología articular
  - 6.7.2. Patología musculo-tendinosa
  - 6.7.3. Codo postraumático o postquirúrgico
  - 6.7.4. Ejercicios de Codo
- 6.8. Patología de la Muñeca
  - 6.8.1. Principales síndromes
  - 6.8.2. Tipo de patología Muñeca
  - 6.8.3. Ejercicios de Muñeca
  - 6.8.4. Conclusiones
- 6.9. Patología de la Mano
  - 6.9.1. Principales síndromes
  - 6.9.2. Tipo de patología Mano
  - 6.9.3. Ejercicios de Mano
  - 6.9.4. Conclusiones
- 6.10. Atrapamientos nerviosos en el miembro superior
  - 6.10.1. Plexo braquial
  - 6.10.2. Nervios periféricos
  - 6.10.3. Tipo de patología
  - 6.10.4. Ejercicios para atrapamientos nerviosos en el miembro superior

## Módulo 7. Pilates en las alteraciones del Miembro Inferior

- 7.1. Recuerdo anatómico básico
  - 7.1.1. Osteología del Miembro Inferior
  - 7.1.2. Miología del Miembro Inferior
  - 7.1.3. Biomecánica del Miembro Inferior
  - 7.1.4. Buenas practicas
- 7.2. Patologías frecuentes susceptibles de tratamiento con Pilates
  - 7.2.1. Patologías del crecimiento
  - 7.2.2. Patologías en el deportista
  - 7.2.3. Otro tipo de patologías
  - 7.2.4. Conclusiones
- 7.3. Ejercicios indicados en Mat, en Máquinas y con Implementos. Protocolo general
  - 7.3.1. Ejercicios de disociación
  - 7.3.2. Ejercicios de movilización
  - 7.3.3. Ejercicios de fortalecimiento
  - 7.3.4. Ejercicios funcionales
- 7.4. Patología de la Cadera
  - 7.4.1. Patología articular
  - 7.4.2. Patología músculo tendinosa
  - 7.4.3. Patología quirúrgica. Prótesis
  - 7.4.4. Ejercicios de Cadera
- 7.5. Patología de la Rodilla
  - 7.5.1. Patología articular
  - 7.5.2. Patología músculo tendinosa
  - 7.5.3. Patología quirúrgica. Prótesis
  - 7.5.4. Ejercicios de Rodilla
- 7.6. Patología del Tobillo
  - 7.6.1. Patología articular
  - 7.6.2. Patología músculo tendinosa
  - 7.6.3. Patología quirúrgica
  - 7.6.4. Ejercicios de Tobillo

- 7.7. Patología del Pie
  - 7.7.1. Patología articular y fascial
  - 7.7.2. Patología músculo tendinosa
  - 7.7.3. Patología quirúrgica
  - 7.7.4. Ejercicios Pie
- 7.8. Atrapamientos nerviosos en el Miembro Inferior
  - 7.8.1. Plexo braquial
  - 7.8.2. Nervios periféricos
  - 7.8.3. Tipo de patología
  - 7.8.4. Ejercicios para atrapamientos nerviosos en el Miembro Inferior
- 7.9. Análisis de la cadena antero-lateral del Miembro Inferior
  - 7.9.1. Qué es la cadena antero-lateral y qué importancia tiene en el paciente
  - 7.9.2. Aspectos importantes para la valoración
  - 7.9.3. Relación de la cadena con patología ya descrita
  - 7.9.4. Ejercicios de trabajo sobre la cadena antero-lateral
- 7.10. Análisis de la cadena postero-medial del Miembro Inferior
  - 7.10.1. Qué es la cadena postero-medial y que importancia tiene en el paciente.
  - 7.10.2. Aspectos importantes para la valoración
  - 7.10.3. Relación del complejo con patología ya descrita
  - 7.10.4. Ejercicios de trabajo sobre la cadena postero-medial

## Módulo 8. Patología general y su tratamiento con Pilates

- 8.1. Sistema nervioso
  - 8.1.1. Sistema nervioso central
  - 8.1.2. Sistema nervioso periférico
  - 8.1.3. Breve descripción de las vías neuronales
  - 8.1.4. Beneficios del Pilates en patología neurológica
- 8.2. Valoración neurológica enfocada al Pilates
  - 8.2.1. Anamnesis
  - 8.2.2. Valoración fuerza y tono
  - 8.2.3. Valoración sensibilidad
  - 8.2.4. Test y escalas

- 8.3. Patologías neurológicas con más prevalencia y evidencia científica en Pilates
  - 8.3.1. Breve descripción de las patologías
  - 8.3.2. Principios básicos de Pilates en patología neurológica
  - 8.3.3. Adaptación de posiciones de Pilates
  - 8.3.4. Adaptación de ejercicios de Pilates
- 8.4. Esclerosis Múltiple
  - 8.4.1. Descripción de la patología
  - 8.4.2. Valoración de las capacidades del paciente
  - 8.4.3. Adaptación de ejercicios de Pilates suelo
  - 8.4.4. Adaptación de ejercicios de Pilates con elementos
- 8.5. Accidente cerebrovascular
  - 8.5.1. Descripción de la patología
  - 8.5.2. Valoración de las capacidades del paciente
  - 8.5.3. Adaptación de ejercicios de Pilates suelo
  - 8.5.4. Adaptación de ejercicios de Pilates con elementos
- 8.6. Parkinson
  - 8.6.1. Descripción de la patología
  - 8.6.2. Valoración de las capacidades del paciente
  - 8.6.3. Adaptación de ejercicios de Pilates suelo
  - 8.6.4. Adaptación de ejercicios de Pilates con elementos
- 8.7. Parálisis cerebral
  - 8.7.1. Descripción de la patología
  - 8.7.2. Valoración de las capacidades del paciente
  - 8.7.3. Adaptación de ejercicios de Pilates suelo
  - 8.7.4. Adaptación de ejercicios de Pilates con elementos
- 8.8. Adultos mayores
  - 8.8.1. Patologías asociadas a la edad
  - 8.8.2. Valoración de las capacidades del paciente
  - 8.8.3. Ejercicios indicados
  - 8.8.4. Ejercicios contraindicados

- 8.9. Osteoporosis
  - 8.9.1. Descripción de la patología
  - 8.9.2. Valoración de las capacidades del paciente
  - 8.9.3. Ejercicios indicados
  - 8.9.4. Ejercicios contraindicados
- 8.10. Problemas de Suelo Pélvico: incontinencia urinaria
  - 8.10.1. Descripción de la patología
  - 8.10.2. Incidencia y prevalencia
  - 8.10.3. Ejercicios indicados
  - 8.10.4. Ejercicios contraindicados

## Módulo 9. Pilares durante el Embarazo, Parto y Postparto

- 9.1. Primer trimestre
  - 9.1.1. Cambios en el primer trimestre
  - 9.1.2. Beneficios y objetivos
  - 9.1.3. Ejercicios indicados
  - 9.1.4. Contraindicaciones
- 9.2. Segundo trimestre
  - 9.2.1. Cambios en el segundo trimestre
  - 9.2.2. Beneficios y objetivos
  - 9.2.3. Ejercicios indicados
  - 9.2.4. Contraindicaciones
- 9.3. Tercer trimestre
  - 9.3.1. Cambios en el tercer trimestre
  - 9.3.2. Beneficios y objetivos
  - 9.3.3. Ejercicios indicados
  - 9.3.4. Contraindicaciones
- 9.4. Parto
  - 9.4.1. Fase dilatación y expulsivo
  - 9.4.2. Beneficios y objetivos
  - 9.4.3. Recomendaciones
  - 9.4.4. Contraindicaciones

- 9.5. Postparto Inmediato
  - 9.5.1. Recuperación y puerperio
  - 9.5.2. Beneficios y objetivos
  - 9.5.3. Ejercicios indicados
  - 9.5.4. Contraindicaciones
- 9.6. Incontinencia urinaria y Suelo Pélvico
  - 9.6.1. Anatomía implicada
  - 9.6.2. Fisiopatología
  - 9.6.3. Ejercicios indicados
  - 9.6.4. Contraindicaciones
- 9.7. Problemas en el embarazo y abordaje mediante Método Pilates
  - 9.7.1. Cambio estática corporal
  - 9.7.2. Problemas más frecuentes
  - 9.7.3. Ejercicios indicados
  - 9.7.4. Contraindicaciones
- 9.8. Preparación al embarazo
  - 9.8.1. Beneficios de la preparación física durante búsqueda embarazo
  - 9.8.2. Actividad física recomendada
  - 9.8.3. Ejercicios indicados en el primer embarazo
  - 9.8.4. Preparación durante búsqueda del segundo y sucesivos
- 9.9. Postparto Tardío
  - 9.9.1. Cambios anatómicos largo plazo
  - 9.9.2. Preparación para la vuelta a la actividad física
  - 9.9.3. Ejercicios indicados
  - 9.9.4. Contraindicaciones
- 9.10. Alteraciones post-parto
  - 9.10.1. Diástasis abdominal
  - 9.10.2. Cambio estática pélvica-prolapsos
  - 9.10.3. Alteraciones musculatura abdominal profunda
  - 9.10.4. Indicaciones y contraindicaciones en cesárea

## Módulo 10. Pilates en el deporte

- 10.1. Fútbol
  - 10.1.1. Lesiones más frecuentes
  - 10.1.2. Pilates como tratamiento y prevención
  - 10.1.3. Beneficios y Objetivos
  - 10.1.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 10.2. Deportes de raqueta
  - 10.2.1. Lesiones más frecuentes
  - 10.2.2. Pilates como tratamiento y prevención
  - 10.2.3. Beneficios y Objetivos
  - 10.2.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 10.3. Baloncesto
  - 10.3.1. Lesiones más frecuentes
  - 10.3.2. Pilates como tratamiento y prevención
  - 10.3.3. Beneficios y Objetivos
  - 10.3.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 10.4. Balonmano
  - 10.4.1. Lesiones más frecuentes
  - 10.4.2. Pilates como tratamiento y prevención
  - 10.4.3. Beneficios y Objetivos
  - 10.4.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 10.5. Golf
  - 10.5.1. Lesiones más frecuentes
  - 10.5.2. Pilates como tratamiento y prevención
  - 10.5.3. Beneficios y Objetivos
  - 10.5.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 10.6. Natación
  - 10.6.1. Lesiones más frecuentes
  - 10.6.2. Pilates como tratamiento y prevención
  - 10.6.3. Beneficios y Objetivos
  - 10.6.4. Ejemplo en deportistas de élite





- 10.7. Atletismo
  - 10.7.1. Lesiones más frecuentes
  - 10.7.2. Pilates como tratamiento y prevención
  - 10.7.3. Beneficios y Objetivos
  - 10.7.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 10.8. Danza y artes escénicas
  - 10.8.1. Lesiones más frecuentes
  - 10.8.2. Pilates como tratamiento y prevención
  - 10.8.3. Beneficios y Objetivos
  - 10.8.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 10.9. Hockey Patines
  - 10.9.1. Lesiones más frecuentes
  - 10.9.2. Pilates como tratamiento y prevención
  - 10.9.3. Beneficios y Objetivos
  - 10.9.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 10.10. Rugby
  - 10.10.1. Lesiones más frecuentes
  - 10.10.2. Pilates como tratamiento y prevención
  - 10.10.3. Beneficios y Objetivos
  - 10.10.4. Ejemplo en deportistas de élite



*Este Máster de Formación Permanente es una oportunidad única para actualizar tus conocimientos teórico-prácticos sobre el uso del Pilates Terapéutico como método rehabilitador de lesiones deportivas”*

06

# Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: ***el Relearning***.

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine***.





“

*Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”*

## En TECH empleamos el Método del Caso

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos clínicos simulados, basados en pacientes reales en los que deberán investigar, establecer hipótesis y, finalmente, resolver la situación. Existe abundante evidencia científica sobre la eficacia del método. Los fisioterapeutas/kinesiólogos aprenden mejor, más rápido y de manera más sostenible en el tiempo.

*Con TECH podrás experimentar una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo.*



Según el Dr. Gérvas, el caso clínico es la presentación comentada de un paciente, o grupo de pacientes, que se convierte en «caso», en un ejemplo o modelo que ilustra algún componente clínico peculiar, bien por su poder docente, bien por su singularidad o rareza. Es esencial que el caso se apoye en la vida profesional actual, intentando recrear los condicionantes reales en la práctica profesional de la fisioterapia.

“

*¿Sabías que este método fue desarrollado en 1912, en Harvard, para los estudiantes de Derecho? El método del caso consistía en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y justificasen cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard”*

#### La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los fisioterapeutas/kinesiólogos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al fisioterapeuta/kinesiólogo una mejor integración en el mundo real.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.



## Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.



*El fisioterapeuta/kinesiólogo aprenderá mediante casos reales y resolución de situaciones complejas en entornos simulados de aprendizaje. Estos simulacros están desarrollados a partir de software de última generación que permiten facilitar el aprendizaje inmersivo.*

Situado a la vanguardia pedagógica mundial, el método Relearning ha conseguido mejorar los niveles de satisfacción global de los profesionales que finalizan sus estudios, con respecto a los indicadores de calidad de la mejor universidad online en habla hispana (Universidad de Columbia).

Con esta metodología se han capacitado más de 65.000 fisioterapeutas/kinesiólogos con un éxito sin precedentes en todas las especialidades clínicas con independencia de la carga manual/práctica. Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en un entorno de máxima exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

*El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu capacitación, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.*

En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica.

La puntuación global que obtiene nuestro sistema de aprendizaje es de 8.01, con arreglo a los más altos estándares internacionales.



Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



#### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el programa universitario, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.



#### Técnicas y procedimientos de fisioterapia en vídeo

TECH acerca al alumno las técnicas más novedosas y los últimos avances educativos, al primer plano de la actualidad en técnicas y procedimientos de fisioterapia/ kinesiólogía. Todo esto, en primera persona, con el máximo rigor, explicado y detallado para contribuir a la asimilación y comprensión del estudiante. Y lo mejor, puedes verlos las veces que quieras.



#### Resúmenes interactivos

El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema exclusivo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.







**Análisis de casos elaborados y guiados por expertos**

El aprendizaje eficaz tiene, necesariamente, que ser contextual. Por eso, TECH presenta los desarrollos de casos reales en los que el experto guiará al alumno a través del desarrollo de la atención y la resolución de las diferentes situaciones: una manera clara y directa de conseguir el grado de comprensión más elevado.



**Testing & Retesting**

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.



**Clases magistrales**

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado Learning from an Expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en las futuras decisiones difíciles.



**Guías rápidas de actuación**

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.



07

# Titulación

Este programa en Pilates Terapéutico garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Máster de Formación Permanente expedido por TECH Universidad Tecnológica.



“

*Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”*

Este programa te permitirá obtener el título de **Máster de Formación Permanente en Pilates Terapéutico** emitido por TECH Universidad Tecnológica.

TECH Universidad Tecnológica, es una Universidad española oficial, que forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). Con un enfoque centrado en la excelencia académica y la calidad universitaria a través de la tecnología.

Este título propio contribuye de forma relevante al desarrollo de la educación continua y actualización del profesional, garantizándole la adquisición de las competencias en su área de conocimiento y aportándole un alto valor curricular universitario a su formación. Es 100% válido en todas las Oposiciones, Carrera Profesional y Bolsas de Trabajo de cualquier Comunidad Autónoma española.

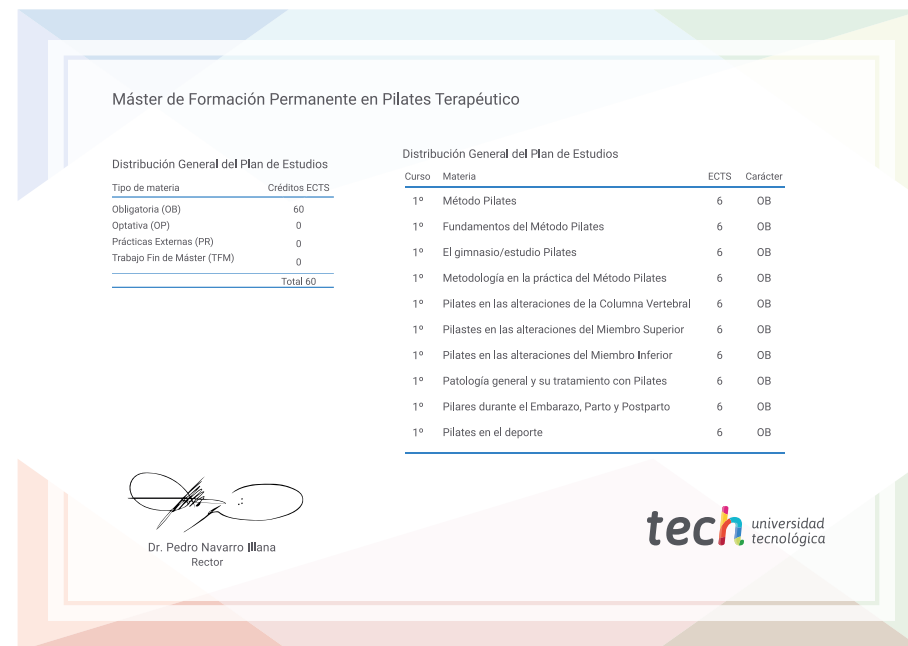
Además, el riguroso sistema de garantía de calidad de TECH asegura que cada título otorgado cumpla con los más altos estándares académicos, brindándole al egresado la confianza y la credibilidad que necesita para destacarse en su carrera profesional.

Título: **Máster de Formación Permanente en Pilates Terapéutico**

Modalidad: **100% Online**

Duración: **7 meses**

Créditos: **60 ECTS**



\*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.



## Máster de Formación Permanente Pilates Terapéutico

- » Modalidad: online
- » Duración: 7 meses
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Acreditación: 60 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

# Máster de Formación Permanente

## Pilates Terapéutico

