

Certificat

Pilates Pendant la Grossesse
et Post Accouchement
en Soins Infirmiers



Certificat

Pilates Pendant la Grossesse et Post Accouchement en Soins Infirmiers

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Diplôme: TECH Université Technologique
- » Horaires: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: www.techtute.com/fr/infirmierie/cours/pilates-pendant-grossesse-post-accouchement-soins-infirmiers

Accueil

01

Présentation

page 4

02

Objectifs

page 8

03

Direction de la formation

page 12

04

Structure et contenu

page 18

05

Méthodologie

page 22

06

Diplôme

page 30

01

Présentation

La grossesse est une période au cours de laquelle de nombreux changements physiologiques, anatomiques, hormonaux et psychologiques se produisent. Ces changements peuvent avoir un impact physique et mental important, c'est pourquoi le maintien d'une bonne condition physique pendant ce processus est essentiel pour la santé. La méthode Pilates aide les femmes enceintes à éviter diverses pathologies pendant la période de gestation et le post-partum. C'est dans ce contexte, et compte tenu de l'importance prise par cette discipline et de son intégration dans ce type de situation, qu'a été lancé ce programme académique qui fournit aux professionnels un matériel de premier ordre sur les problèmes de la grossesse et leur approche par la méthode Pilates. Accompagné de ressources multimédias de haut niveau qui aideront l'étudiant dans la dynamique du processus académique.



“

TECH vous fournira du matériel de première main dans le domaine des changement statique-prolapsus pelviens, ainsi qu'un support multimédia de haut niveau”

Tout au long de la grossesse, des symptômes de lombalgie apparaissent et peuvent nuire à la qualité de vie de la femme enceinte. En outre, le plancher pelvien et les muscles stabilisateurs de la région abdominale s'affaiblissent. En conséquence, la patiente concentrera l'exercice physique non seulement sur le renforcement musculaire, mais aussi sur des séances de respiration afin d'améliorer et de contrôler la gestion de la douleur. Le professionnel infirmier sera chargé de la promotion et de l'éducation à la santé, c'est pourquoi son rôle est fondamental pour les femmes enceintes afin d'éviter les complications liées à cette pratique.

Ainsi, les études dans ce domaine de connaissance ont continué à progresser et à mettre en œuvre la méthode Pilates dans es différentes étapes de la grossesse, ce qui met en évidence que les professionnels du Pilates thérapeutique doivent être à jour dans ce domaine. C'est pourquoi ce Certificat fournira aux professionnels des mises à jour qui leur permettront de différencier les différentes phases de la grossesse et déterminer les exercices spécifiques pour chacune d'entre elles.

Le diplômé élargira ses compétences dans les aspects détaillés concernant la phase de dilatation et d'expulsion, les recommandations et les contre-indications, l'étude et l'approfondissement des concepts tels que l'anatomie impliquée et la physiopathologie, qui sont directement liés à l'incontinence urinaire et au plancher pelvien. Un programme qui intègre une équipe d'enseignants spécialisés ainsi qu'un contenu multimédia de qualité qui offre dynamisme et confort grâce à la modalité en ligne.

Dans ce sens, TECH pense au confort et à l'excellence, c'est pourquoi ce programme offre les innovations de la plus haute qualité, ce qui en fait une formation très flexible puisque vous n'avez besoin que d'un appareil avec une connexion Internet pour accéder facilement à la plateforme virtuelle, où que vous soyez.

Ce **Certificat en Pilates Pendant la Grossesse et Post Accouchement en Soins Infirmiers** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ♦ Le développement de cas pratiques présentés par des experts en Kinésiologie et des Spécialiste en Pilates
- ♦ Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels ils sont conçus fournissent des informations scientifiques et sanitaires essentielles à la pratique professionnelle
- ♦ Les exercices pratiques pour réaliser le processus d'auto évaluation pour améliorer l'apprentissage
- ♦ Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- ♦ Cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ♦ La possibilité d'accéder aux contenus depuis n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet



Concentrez-vous sur les altérations post-partum avec TECH et mettez à jour vos compétences en seulement 6 semaines”

“

Ce Certificat vous permettra d'appliquer les piliers fondamentaux en Diastase Abdominale par le biais d'une étude 100% en ligne”

Le corps enseignant comprend des professionnels du domaine et qui apportent à cette formation l'expérience de leur travail, ainsi que des spécialistes reconnus de grandes sociétés et d'universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel, ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est axée sur l'Apprentissage par les Problèmes, grâce auquel le professionnel doit essayer de résoudre les différentes situations de la pratique professionnelle qui se présenteront tout au long du Certificat. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

Vous renforcerez vos connaissances dans des domaines spécifiques liés aux exercices indiqués pour la grossesse grâce à 150 heures de cours théoriques et pratiques.

La formation TECH est très flexible, sans horaire fixe, et vous permettra d'assister à vos sessions depuis le confort de votre domicile.



02 Objectifs

Ce Certificat en Pilates Pendant la Grossesse et Post Accouchement en Soins Infirmiers permettra au diplômé d'acquérir les compétences les plus essentielles de la main des meilleurs professionnels dans ce domaine, en acquérant les innovations les plus indispensables pour la profession et les défis auxquels elle est confrontée. Ainsi, les étudiants auront à leur disposition différents outils répondant aux normes les plus élevées, ce qui garantira la réussite du programme. À l'issue de cette formation, l'étudiant aura renforcé ses connaissances en matière d'accompagnement des femmes pendant la grossesse, l'accouchement et le post-partum.



“

L'un des objectifs de TECH est de garantir votre croissance professionnelle grâce à la mise en œuvre du matériel le plus innovant du secteur”



Objectifs généraux

- ♦ Éviter les exercices contre-indiqués d'après l'évaluation préalable effectuée sur les patients et les clients
- ♦ Exécuter correctement et de manière analytique les exercices basés sur la méthode Pilates
- ♦ Analyser les changements physiologiques et posturaux qui affectent les femmes enceintes
- ♦ Concevoir des exercices adaptés à la femme au cours de la grossesse jusqu'à l'accouchement





Objectifs spécifiques

- ◆ Différencier les étapes de la grossesse
- ◆ Déterminer des exercices spécifiques pour chaque étape
- ◆ Guider la femme enceinte pendant la grossesse, l'accouchement et le post accouchement



Vous atteindrez vos objectifs grâce aux outils audiovisuels, où vous serez également accompagnés par les meilleurs spécialistes du domaine”

03

Direction de la formation

TECH est à l'avant-garde de l'éducation, offrant le plus haut niveau d'enseignement aux étudiants qui suivent ses formations avec le soutien d'outils innovants qui permettent de développer avec succès chacune de ses formations académiques. En ce sens, le diplômé aura accès à un contenu développé par un corps enseignant expérimenté et spécialisé dans les techniques de récupération et de réadaptation du plancher pelvien, la pelvipérinéologie et la biomécanique appliquées à l'évaluation des lésions et aux techniques avancées de physiothérapie. Leur solide expérience et leur grande connaissance du secteur permettront aux étudiants de progresser dans la résolution des problèmes qui pourront se présenter à eux au cours du programme.





“

Ce programme dispose d'un corps enseignant hautement qualifié qui met l'accent sur techniques les plus avancées en Rééducation grâce au Pilates Thérapeutique”

Directeur Invité International

Le Docteur Edward Laskowski est une figure internationale de premier plan dans le domaine de la **Médecine Sportive** et de la **Réadaptation Physique**. Certifié par le **Conseil Américain de Médecine Physique et de Réadaptation**, il a fait partie intégrante de la prestigieuse équipe de la **Clinique Mayo**, où il a occupé le poste de **Directeur du Centre de Médecine Sportive**.

Son expertise couvre un large éventail de disciplines, de la **Médecine Sportive** au **Fitness** et à **l'Entraînement de la Force et de la Stabilité**. Il a travaillé en étroite collaboration avec une équipe multidisciplinaire de spécialistes en **Médecine Physique, Réadaptation, Orthopédie, Kinésithérapie** et **Psychologie du Sport** afin d'apporter une approche holistique aux soins de ses patients.

De même, son influence s'étend au-delà de la **pratique clinique**, puisqu'il a été reconnu au **niveau national et international** pour ses contributions au monde du **sport** et de la **santé**. Ainsi, il a été nommé par le président **George W. Bush** au **Conseil Présidentiel sur la Condition Physique et les Sports**, et a reçu le **Prix de Service Distingué** du **Département de la Santé et des Services Humains**, soulignant son engagement pour la promotion de **modes de vie sains**.

En outre, il a joué un rôle clé dans des **événements sportifs** majeurs tels que les **Jeux Olympiques d'Hiver** de 2002 à **Salt Lake City** et le **Marathon de Chicago**, en fournissant des **soins médicaux** de qualité. En outre, son dévouement à la **sensibilisation** s'est traduit par un travail considérable dans la création de **ressources universitaires**, notamment le **CD-ROM** de la **Clinique Mayo** sur le **Sport, la Santé** et le **Fitness**, ainsi que par son rôle de **Rédacteur en Chef Adjoint** du livre *"Mayo Clinic Fitness for Everybody"*. Passionné par la lutte contre les mythes et la fourniture d'informations précises et actualisées, le Docteur Edward Laskowski continue d'être une voix influente dans le domaine de la **Médecine du Sport** et de **Fitness** dans le monde entier.



Dr. Laskowski, Edward

- Directeur du Centre de Médecine du Sport de la Clinique Mayo, États-Unis
- Médecin Consultant auprès de l'Association des Joueurs de la Ligue Nationale de Hockey, États-Unis
- Médecin à la Clinique Mayo, États-Unis
- Membre de la Polyclinique Olympique aux Jeux Olympiques d'hiver (2002), Salt Lake City, Salt Lake City
- Spécialiste de la Médecine du Sport, du Fitness, de la Musculation et de l'Entraînement à la Stabilité
- Certifié par le Conseil Américain de la Médecine Physique et de la Réadaptation
- Rédacteur Collaborateur du livre *"Mayo Clinic Fitness for Everybody"*
- Prix du Service distingué du Département de la Santé et des Services Humains
- Membre de: *American College of Sports Medicine*

“

Grâce à TECH, vous pourrez apprendre avec les meilleurs professionnels du monde”

Direction



M. González Arganda, Sergio

- Kinésithérapeute Atlético de Madrid Club de Football
- PDG de Físio Domicilio Madrid
- Professeur au Master en Préparation Physique et Réadaptation Sportive dans le Football
- Professeur du Certificat Avancé en Pilates Clinique
- Professeur du Master en Biomécanique et Kinésithérapie du Sport
- Master en Ostéopathie du Système Locomoteur par l'École d'Ostéopathie de Madrid
- Expert en Pilates et Réhabilitation par la Fédération Royale Espagnole de Gymnastique
- Mastère Spécialisé en Biomécanique Appliquée à l'Évaluation des Blessures et Techniques Avancées en Physiothérapie
- Diplômé en Kinésithérapie de l'Université Pontificale de Comillas

Professeurs

Mme Parra Nebreda, Virginia

- Kinésithérapeute du Plancher Pelvien, Fondateur de la Sclérose en Plaques de Madrid
- Kinésithérapeute du Plancher Pelvien, Clinique Letfísio
- Kinésithérapeute, Résidence pour Personnes Âgées Orpea
- Mastère en Kinésithérapie en Pelvipérinéologie, Université de Castilla-La Mancha
- Formation en Échographie Fonctionnelle en Kinesithérapie du Plancher Pelvien chez les Hommes et les Femmes, FISIOMEDIT Formation
- Formation en Hypopressifs de LOW PRESSURE FITNES
- Diplôme en Kinésiologie de l'Université Complutense de Madrid



04

Structure et contenu

Ce programme académique offre un plan d'études qui fournit un excellent contenu en Pilates Pendant la Grossesse et Post Accouchement en Soins Infirmiers grâce à des études récentes dans le domaine du Pilates Thérapeutique. Ce Certificat vise à fournir à l'étudiant un matériel exclusif sur les altérations de la musculature abdominale profonde. Tout cela au moyen de multiples outils multimédias qui dynamisent cette formation universitaire.



“

Un programme conçu pour aborder et approfondir les avantages de la préparation physique pendant la grossesse”

Module 1. Pilates pendant la Grossesse, l'Accouchement et Post Accouchement

- 1.1. Premier trimestre
 - 1.1.1. Changements lors du premier trimestre
 - 1.1.2. Avantages et objectifs
 - 1.1.3. Exercices indiqués
 - 1.1.4. Contre-indications
- 1.2. Deuxième trimestre
 - 1.2.1. Changements lors du deuxième trimestre
 - 1.2.2. Avantages et objectifs
 - 1.2.3. Exercices indiqués
 - 1.2.4. Contre-indications
- 1.3. Troisième trimestre
 - 1.3.1. Changements lors du troisième trimestre
 - 1.3.2. Avantages et objectifs
 - 1.3.3. Exercices indiqués
 - 1.3.4. Contre-indications
- 1.4. Accouchement
 - 1.4.1. Phases de dilatation et expulsion
 - 1.4.2. Avantages et objectifs
 - 1.4.3. Recommandations
 - 1.4.4. Contre-indications
- 1.5. Post accouchement immédiat
 - 1.5.1. Récupération et post-partum
 - 1.5.2. Avantages et objectifs
 - 1.5.3. Exercices indiqués
 - 1.5.4. Contre-indications
- 1.6. Incontinence urinaire et Plancher Pelvien
 - 1.6.1. Anatomie impliquée
 - 1.6.2. Physiopathologie
 - 1.6.3. Exercices indiqués
 - 1.6.4. Contre-indications



- 1.7. Problèmes durant la grossesse et approche grâce à la méthode Pilates
 - 1.7.1. Changements statiques corporels
 - 1.7.2. Les problèmes les plus courants
 - 1.7.3. Exercices indiqués
 - 1.7.4. Contre-indications
- 1.8. Préparation à la grossesse
 - 1.8.1. Avantages e la préparation physique pendant la recherche de grossesse
 - 1.8.2. Activité physique recommandée
 - 1.8.3. Exercices indiqués lors de la première grossesse
 - 1.8.4. Préparation pendant la recherche du deuxième et suivants
- 1.9. Post accouchement tardif
 - 1.9.1. Changements anatomiques à long terme
 - 1.9.2. Préparation pour le retour à l'activité physique
 - 1.9.3. Exercices indiqués
 - 1.9.4. Contre-indications
- 1.10. Altérations post-accouchement
 - 1.10.1. Diastase abdominale
 - 1.10.2. Déplacement statique pelvien-prolapsus
 - 1.10.3. Altération musculaire abdominale profonde
 - 1.10.4. Indications et contre-indications si césarienne



Un programme créé par un corps professoral très réputé qui met l'accent sur les indications et contre-indications si césarienne”

05

Méthodologie

Ce programme de formation offre une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: ***el Relearning***.

Ce système d'enseignement s'utilise, notamment, dans les Écoles de Médecine les plus prestigieuses du monde. De plus, il a été considéré comme l'une des méthodologies les plus efficaces par des magazines scientifiques de renom comme par exemple le ***New England Journal of Medicine***.



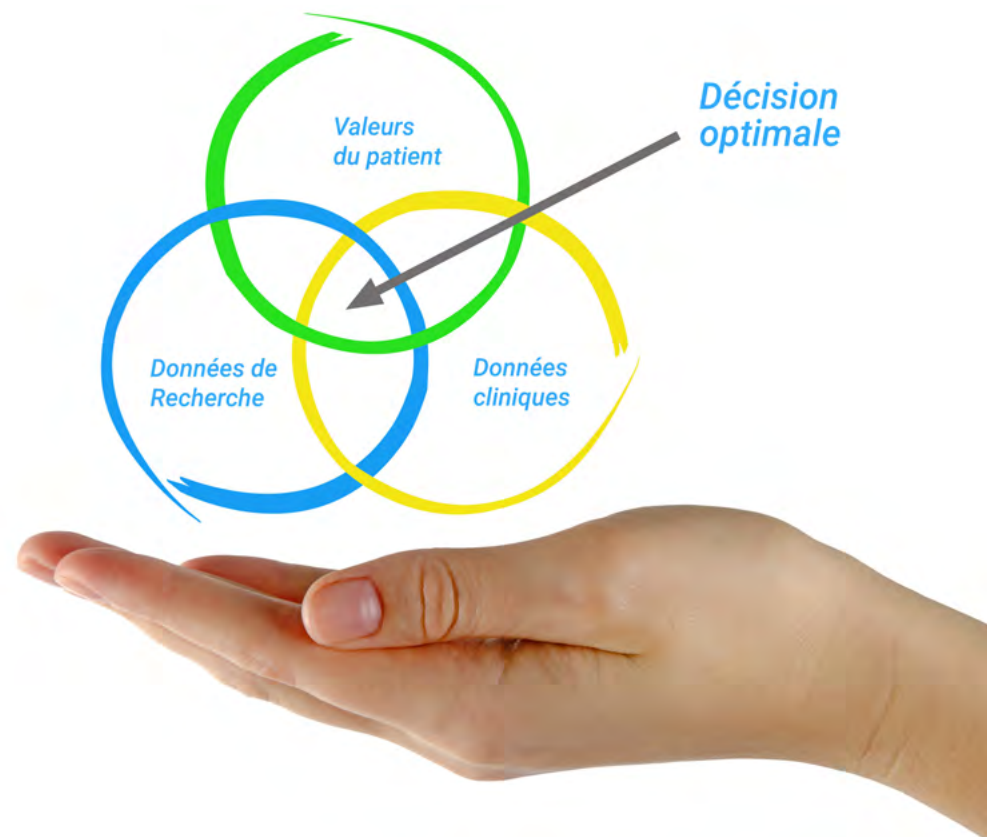
“

Découvrez le Relearning, un système qui laisse de côté l'apprentissage linéaire conventionnel au profit des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui a prouvé son énorme efficacité, notamment dans les matières dont la mémorisation est essentielle”

À TECH, School nous utilisons la Méthode des cas

Dans une situation clinique donnée: que doit faire un professionnel? Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas cliniques simulés, basés sur des patients réels, dans lesquels vous devrez enquêter, établir des hypothèses et finalement résoudre la situation. Il existe de nombreux faits scientifiques prouvant l'efficacité de cette méthode. Les personnels infirmiers apprennent mieux, plus rapidement et plus durablement dans le temps.

Avec TECH, le personnel infirmier fait l'expérience d'une méthode d'apprentissage qui révolutionne les fondements des universités traditionnelles du monde entier.



Selon le Dr Gérvas, le cas clinique est la présentation commentée d'un patient, ou d'un groupe de patients, qui devient un "cas", un exemple ou un modèle illustrant une composante clinique particulière, soit en raison de son pouvoir pédagogique, soit en raison de sa singularité ou de sa rareté. Il est essentiel que le cas soit ancré dans la vie professionnelle réelle, en essayant de recréer les véritables conditions de la pratique professionnelle des soins infirmiers.

“

Saviez-vous que cette méthode a été développée en 1912 à Harvard pour les étudiants en Droit? La méthode des cas consiste à présenter aux apprenants des situations réelles complexes pour qu'ils s'entraînent à prendre des décisions et pour qu'ils soient capables de justifier la manière de les résoudre. En 1924, elle a été établie comme une méthode d'enseignement standard à Harvard”

L'efficacité de la méthode est justifiée par quatre acquis fondamentaux:

1. Les personnels infirmiers qui suivent cette méthode parviennent non seulement à assimiler les concepts, mais aussi à développer leur capacité mentale au moyen d'exercices pour évaluer des situations réelles et appliquer leurs connaissances.
2. L'apprentissage est solidement traduit en compétences pratiques, ce qui permet au professionnel des soins infirmiers une meilleure intégration des connaissances dans le domaine hospitalier ou des soins de santé primaires.
3. L'assimilation des idées et des concepts est rendue plus facile et plus efficace, grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort investi devient un stimulus très important pour les étudiants, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps passé à travailler sur le cours.

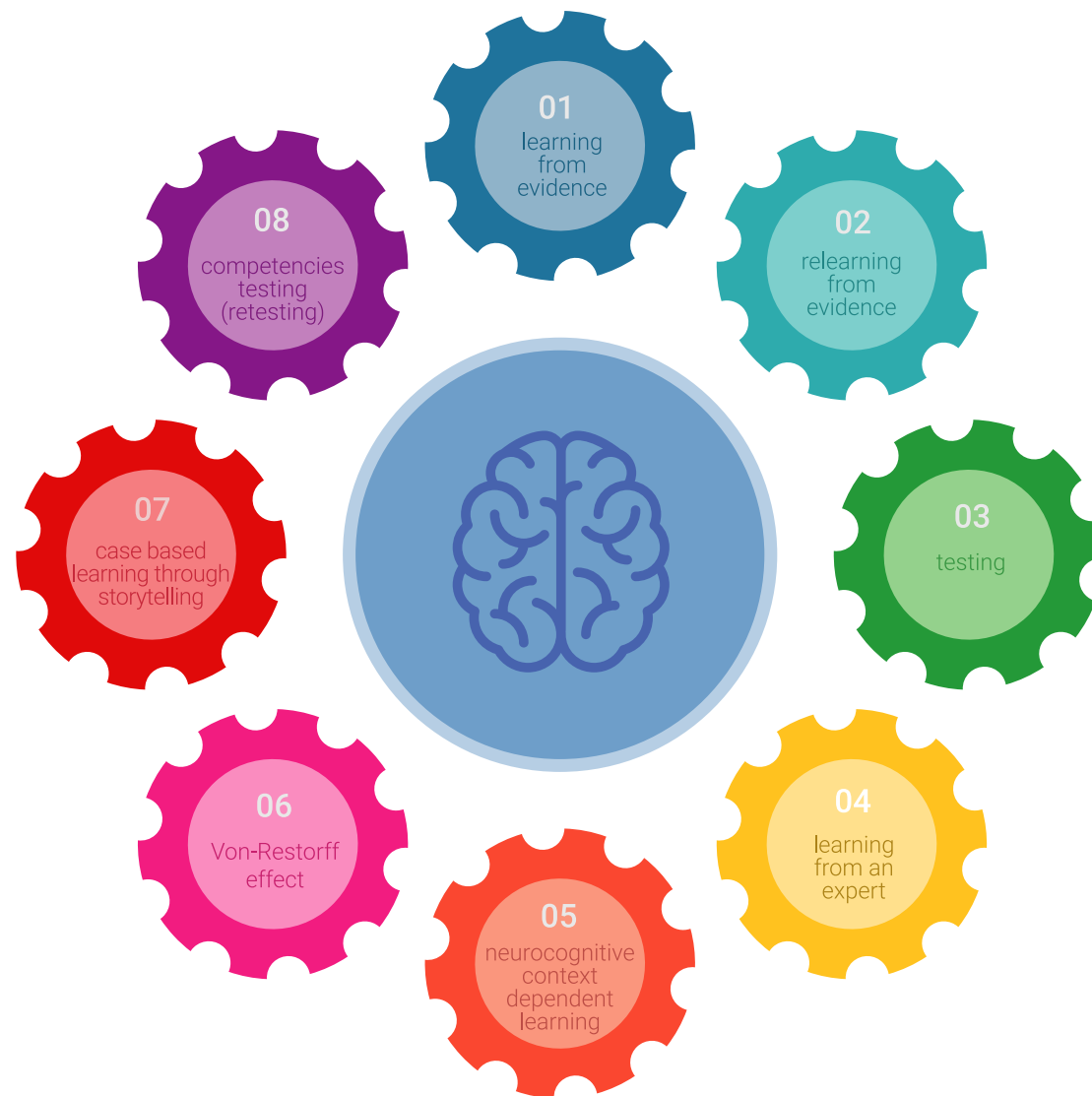


Relearning Methodology

TECH renforce l'utilisation de la méthode des cas avec la meilleure méthodologie d'enseignement 100% en ligne du moment: Relearning.

Notre Université est la première au monde à combiner l'étude de cas cliniques avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la pratique et combinant un minimum de 8 éléments différents dans chaque cours. Ceci représente une véritable révolution par rapport à une simple étude et analyse de cas.

Le personnel infirmier apprendra à travers des études de cas réels ainsi qu'en s'exerçant à résoudre des situations complexes dans des environnements d'apprentissage simulés. Ces simulations sont développées à l'aide de logiciels de pointe pour faciliter l'apprentissage par immersion.



Selon les indicateurs de qualité de la meilleure université en ligne du monde hispanophone (Columbia University). La méthode Relearning, à la pointe de la pédagogie mondiale, a réussi à améliorer le niveau de satisfaction globale des professionnels finalisant leurs études.

Grâce à cette méthodologie, nous avons formé plus de 175.000 infirmiers avec un succès sans précédent et ce dans toutes les spécialités, quelle que soit la charge pratique. Notre méthodologie d'enseignement est développée dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

Le Relearning vous permettra d'apprendre plus facilement et de manière plus productive tout en vous impliquant davantage dans votre spécialisation, en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant les opinions: une équation directe vers le succès.

Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire mais il se déroule en spirale (nous apprenons, désapprenons, oublions et réapprenons). Par conséquent, ils combinent chacun de ces éléments de manière concentrique.

Selon les normes internationales les plus élevées, la note globale de notre système d'apprentissage est de 8,01.



Ce programme offre le meilleur matériel pédagogique, soigneusement préparé pour les professionnels:



Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui vont enseigner le programme universitaire, spécifiquement pour lui, de sorte que le développement didactique est vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH en ligne. Tout cela, élaboré avec les dernières techniques afin d'offrir des éléments de haute qualité dans chacun des supports qui sont mis à la disposition de l'apprenant.



Techniques et procédures infirmières en vidéo

Nous vous rapprochons des dernières techniques, des dernières avancées pédagogiques à l'avant-garde des techniques actuelles des soins infirmiers. Tout cela, à la première personne, expliqué et détaillé rigoureusement pour atteindre une compréhension complète et une assimilation optimale. Et surtout, vous pouvez les visionner autant de fois que vous le souhaitez.



Résumés interactifs

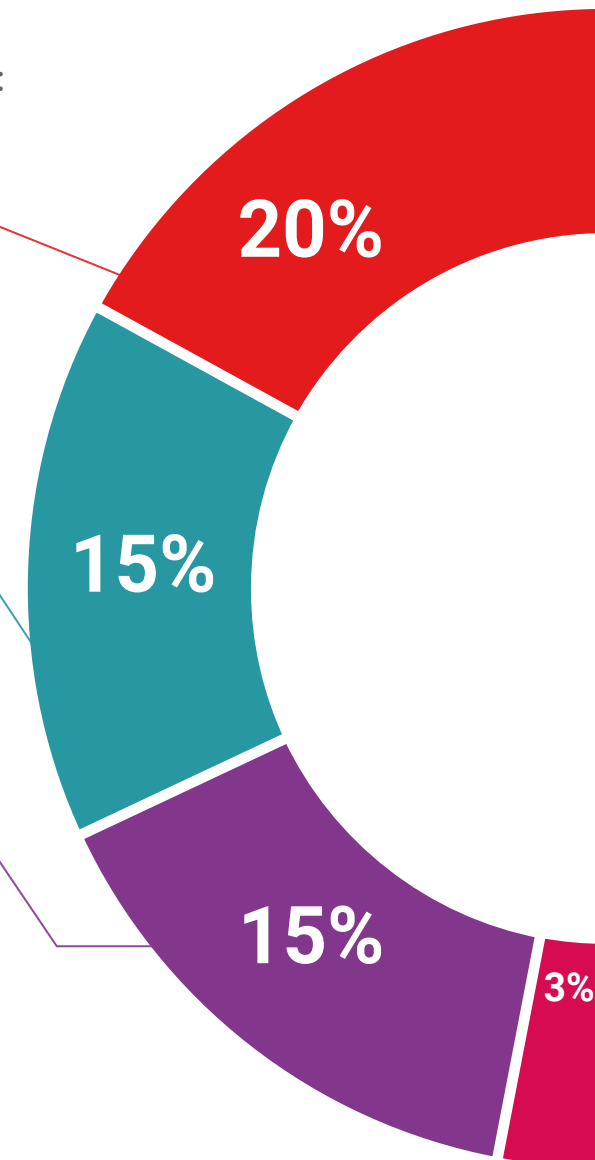
Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

Ce système éducatif unique pour la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



Bibliographie complémentaire

Articles récents, documents de consensus et directives internationales, entre autres. Dans la bibliothèque virtuelle de TECH, l'étudiant aura accès à tout ce dont il a besoin pour compléter sa formation.





Études de cas dirigées par des experts

Un apprentissage efficace doit nécessairement être contextuel. Pour cette raison, TECH présente le développement de cas réels dans lesquels l'expert guidera l'étudiant à travers le développement de la prise en charge et la résolution de différentes situations: une manière claire et directe d'atteindre le plus haut degré de compréhension.



Testing & Retesting

Nous évaluons et réévaluons périodiquement vos connaissances tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation: vous pouvez ainsi constater vos avancées et savoir si vous avez atteint vos objectifs.



Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode "Learning from an Expert" renforce les connaissances et la mémoire, et donne confiance dans les futures décisions difficiles.



Guides d'action rapide

À TECH nous vous proposons les contenus les plus pertinents du cours sous forme de feuilles de travail ou de guides d'action rapide. Un moyen synthétique, pratique et efficace pour vous permettre de progresser dans votre apprentissage.



06 Diplôme

Le Certificat en Pilates Pendant la Grossesse et Post Accouchement en Soins Infirmiers vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Certificat délivré par TECH Université Technologique.



“

Terminez ce programme avec succès et recevez votre diplôme sans avoir à vous soucier des déplacements ou des formalités administratives”

Ce **Certificat en Pilates Pendant la Grossesse et Post Accouchement en Soins Infirmiers** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Après avoir réussi l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier postal* avec accusé de réception son correspondant diplôme de **Certificat** délivré par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Certificat, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Certificat en Pilates Pendant la Grossesse et Post Accouchement en Soins Infirmiers**

N° d'heures officielles: **150 h.**



*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH EDUCATION fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.

future
santé confiance personnes
éducation information tuteurs
garantie accréditation enseignement
institutions technologie apprentissage
communauté engagement
service personnalisé innovation
connaissance présent qualité
en ligne formation
développement institutions
classe virtuelle langues

tech université
technologique

Certificat

Pilates Pendant la
Grossesse et Post
Accouchement
en Soins Infirmiers

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Diplôme: TECH Université Technologique
- » Horaires: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Certificat

Pilates Pendant la Grossesse et Post Accouchement en Soins Infirmiers

