

Curso

Pilates em Alterações
da Coluna Vertebral



Curso

Pilates em Alterações da Coluna Vertebral

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: www.techtitute.com/br/medicina/curso/pilates-alteracoes-coluna-vertebral

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Direção do curso

pág. 12

04

Estrutura e conteúdo

pág. 16

05

Metodologia

pág. 20

06

Certificado

pág. 28

01

Apresentação

O Pilates se tornou uma opção complementar para aqueles que estão procurando melhorar os distúrbios da coluna vertebral e reduzir a dor nas costas. Por esse motivo, cada vez mais profissionais de saúde estão atualizando seus conhecimentos nessa área para oferecer uma alternativa terapêutica a seus pacientes. Por essa razão, a TECH desenvolveu este programa de estudos, que proporcionará ao especialista clínico uma atualização completa sobre a biomecânica da Coluna Vertebral, as patologias mais frequentes suscetíveis ao tratamento com Pilates e aos exercícios recomendados para essa prática. Tudo isso, por meio de uma capacitação 100% online e dos mais inovadores recursos de ensino, produzida por uma excelente equipe de professores especializados nessa área.



“

Graças à TECH, você incorporará à sua prática médica as técnicas mais avançadas no tratamento de Pilates para disfunções da Coluna Vertebral”

O Pilates é um método de exercício de baixo impacto que tem funcionado efetivamente como uma alternativa às terapias médicas tradicionais. Neste sentido, os estudos clínicos mostram essa atividade como uma ferramenta útil na reabilitação de condições da Coluna Vertebral. Por esse motivo, um número cada vez maior de profissionais de saúde recomendam esse método como uma terapia complementar para o tratamento de diversas patologias e condições.

Assim, a TECH desenvolveu este programa de estudos que oferece ao especialista em saúde uma atualização completa no campo do Pilates para Alterações da Coluna Vertebral. Dessa forma, o profissional obterá uma atualização em Osteologia, Miologia e Biomecânica da Coluna Vertebral, a abordagem de patologias frequentes e protocolos gerais de exercícios em aparelhos. Também aprofundará em patologias discais, articulares e musculares.

Trata-se de um programa de estudos com uma abordagem teórico-prática, que também apresenta um dos sistemas acadêmicos mais revolucionários da atualidade, o "Método Relearning. Isso garante que o aluno se lembre dos conceitos mais importantes, em menos tempo e com mais eficiência. Além disso, o curso oferece materiais multimídia 100% online, acessível de qualquer dispositivo eletrônico com conexão à Internet. Uma oportunidade única de atualizar seus conhecimentos por meio de uma proposta acadêmica que está na vanguarda.

Este **Curso de Pilates em Alterações da Coluna Vertebral** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Fisioterapia e Pilates
- ♦ O conteúdo gráfico, esquemático e extremamente útil, fornece informações científicas e práticas sobre as disciplinas essenciais para o exercício da profissão
- ♦ Exercícios práticos onde o processo de autoavaliação é realizado para melhorar a aprendizagem
- ♦ Destaque especial para as metodologias inovadoras
- ♦ Lições teóricas, perguntas aos especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com conexão à Internet



Aprofunde-se no tratamento de várias condições em diferentes estágios da vida por meio do Método Pilates”

“*Implemente em suas terapias de reabilitação os melhores exercícios em aparelhos para tratar as alterações da coluna vertebral*”

O corpo docente do curso conta com profissionais do setor, que transferem toda a experiência adquirida ao longo de suas carreiras para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de instituições de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

O desenvolvimento deste programa de estudos se baseia na Aprendizagem Baseada em Problemas, pela qual o profissional deverá resolver as diferentes situações da prática profissional que surgirem ao longo da capacitação. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos.

Analise as síndromes relacionadas às Patologias Discas e as estratégias terapêuticas apropriadas usando o Método Pilates.

Trate as condições das articulações oferecendo aos seus pacientes a oportunidade de recuperar a mobilidade e aliviar a dor por meio de terapias baseadas em Pilates.



02

Objetivos

O objetivo deste programa de estudos é promover as competências do profissional na gestão do paciente com alterações na coluna vertebral por meio do Pilates. Dessa forma, o aluno aumentará sua capacidade de prevenir patologias frequentes nessa área do corpo, usando exercícios específicos e controlados por essa disciplina terapêutica. Para atingir esse objetivo, a TECH conta com uma biblioteca virtual com grande quantidade de material didático à disposição dos alunos.





“

Com a TECH, você ampliará seu conhecimento sobre como o Pilates pode ser uma ferramenta eficaz no tratamento de alterações musculares”



Objetivos gerais

- ◆ Aprimorar o conhecimento e as habilidades profissionais na prática e no ensino de exercícios de Pilates no solo, em diferentes máquinas e com implementos
- ◆ Diferenciar as aplicações dos exercícios de Pilates e as adaptações a serem feitas para cada paciente
- ◆ Estabelecer um protocolo de exercícios adaptado à sintomatologia e à patologia de cada paciente
- ◆ Definir as progressões e regressões dos exercícios de acordo com as diferentes fases do processo de recuperação de uma lesão
- ◆ Evitar exercícios contraindicados com base na avaliação prévia de pacientes e clientes
- ◆ Manejar com profundidade os aparelhos usados no Método Pilates
- ◆ Fornecer as informações necessárias para a busca de informações científicas e atualizadas sobre os tratamentos de Pilates aplicáveis a diferentes patologias
- ◆ Analisar as necessidades e melhorias dos equipamentos de Pilates em um espaço terapêutico para exercícios de Pilates
- ◆ Desenvolver ações para melhorar a eficácia dos exercícios de Pilates com base nos princípios do método
- ◆ Executar correta e analiticamente os exercícios baseados no Método Pilates
- ◆ Analisar as mudanças fisiológicas e posturais que afetam as mulheres grávidas
- ◆ Elaborar exercícios adaptados à mulher durante a gravidez até o parto
- ◆ Descrever a aplicação do Método Pilates em esportistas de alto nível





Objetivos específicos

- ◆ Investigar os principais problemas da Coluna Vertebral e sua abordagem
- ◆ Investigar os principais problemas da Coluna Vertebral e sua abordagem
- ◆ Aplicar protocolos de exercícios específicos para o processo de recuperação de lesões



Obtenha uma atualização completa sobre os Alterações da Coluna Cervical e protocolos específicos para aliviar a dor, melhorar a funcionalidade com o Pilates”

03

Direção do curso

A fim de preservar a qualidade acadêmica que distingue a TECH, esta instituição reuniu uma equipe de professores de destaque. Assim, este programa de estudos é Integrado por especialistas reconhecidos no Áreas da Fisioterapia, com especialização no Método Pilates. Sua ampla trajetória profissional é uma garantia para o médico que está procurando uma atualização, respaldada pelas últimas evidências científicas.





“

Este corpo docente é formado por especialistas com experiência no campo do Método Pilates e a Fisioterapia do mais alto nível”

Diretor Internacional Convidado

O Dr. Edward Laskowski é uma figura destacada internacionalmente no campo da **Medicina Esportiva e Reabilitação Física**. Certificado pela **Junta Americana de Medicina Física e Reabilitação**, ele tem sido parte integrante do prestigioso corpo clínico da **Clínica Mayo**, onde atuou como **Diretor do Centro de Medicina Esportiva**.

Sua experiência abrange uma ampla gama de disciplinas, desde **Medicina Esportiva** até **Fitness, Treinamento de Força e Estabilidade**. Trabalha em estreita colaboração com uma equipe multidisciplinar de especialistas em **Medicina Física, Reabilitação, Ortopedia, Fisioterapia e Psicologia Esportiva**, oferecendo uma abordagem abrangente no cuidado de seus pacientes.

Além de sua prática clínica, ele é reconhecido **nacional e internacionalmente** por suas contribuições para o mundo do **esporte e da saúde**. Foi nomeado pelo presidente **George W. Bush** para o **Conselho Presidencial sobre Aptidão Física e Esportes** e recebeu o **Prêmio de Serviço Distinto do Departamento de Saúde e Serviços Humanos**, destacando seu compromisso com a promoção de estilos de vida saudáveis.

Ele também desempenhou um papel crucial em **eventos esportivos** de prestígio, como os **Jogos Olímpicos de Inverno de 2002 em Salt Lake City** e a **Maratona de Chicago**, proporcionando **cuidados médicos** de qualidade. Sua dedicação à **divulgação** é evidente em seu extenso trabalho na criação de recursos acadêmicos, incluindo o **CD-ROM da Clínica Mayo sobre Esportes, Saúde e Fitness**, e como **Editor Contribuinte** do livro **"Mayo Clinic Fitness for EveryBody"**. Com paixão por desmistificar mitos e fornecer informações precisas e atualizadas, o Dr. Edward Laskowski continua sendo uma voz influente na **Medicina Esportiva e Fitness** global.



Dr. Laskowski, Edward

- Diretor do Centro de Medicina Esportiva da Clínica Mayo, Estados Unidos
- Médico Consultor na Associação de Jogadores da Liga Nacional de Hóquei, Estados Unidos
- Médico na Clínica Mayo, Estados Unidos
- Membro do Policlínico Olímpico nos Jogos Olímpicos de Inverno de 2002, Salt Lake City
- Especialista em Medicina Esportiva, Fitness, Treinamento de Força e Estabilidade
- Certificado pela Junta Americana de Medicina Física e Reabilitação
- Editor Contribuinte do livro “Mayo Clinic Fitness for EveryBody”
- Prêmio de Serviço Distinto do Departamento de Saúde e Serviços Humanos
- Membro: American College of Sports Medicine

“

Graças à TECH você será capaz de aprender com os melhores profissionais do mundo”

Direção



Sr. Sergio González Arganda

- ♦ Fisioterapeuta do Atlético de Madrid Club de Fútbol
- ♦ CEO na Físio Domicilio Madrid
- ♦ Professor do Mestrado em Preparação Física e Reabilitação Esportiva no Futebol
- ♦ Professor no Programa Avançado de Pilates Clínico
- ♦ Professor do Mestrado em Biomecânica e Fisioterapia Esportiva
- ♦ Mestre em Osteopatia do Sistema Locomotor pela Escola de Osteopatia de Madrid
- ♦ Especialista de Pilates e Reabilitação pela Real Federación Española de Gimnasia
- ♦ Mestrado em Biomecânica Aplicada à Avaliação de Lesões e Técnicas Avançadas em Fisioterapia
- ♦ Formado em Fisioterapia pela Universidade Pontificia de Comillas



04

Estrutura e conteúdo

Este programa de estudos oferece conteúdo inovador em Pilates aplicado a problemas de Coluna Vertebral, proporcionando uma atualização para o profissional de saúde. Dessa forma, o aluno aprenderá em profundidade sobre patologias comuns que podem ser tratadas com Pilates, os exercícios recomendados em máquinas e com implementos, bem como a Patologia Discal e os Distúrbios Articulares, Musculares e da Coluna Cervical. Da mesma forma, todo esse material é apresentado em uma plataforma acessível 24 horas por dia durante a capacitação.





“

Com o método Relearning, você otimizará seu tempo de estudo, concentrando-se eficientemente nos conceitos mais relevantes”

Módulo 1. Pilates em Alterações da Coluna Vertebral

- 1.1. Revisão anatômica básica
 - 1.1.1. Biomecânica da coluna vertebral
 - 1.1.2. Miologia da coluna vertebral
 - 1.1.3. Biomecânica da coluna vertebral
 - 1.1.4. Conclusões
- 1.2. Patologia frequentes suscetíveis de tratamento com Pilates
 - 1.2.1. Patologias do crescimento
 - 1.2.2. Patologias em idosos
 - 1.2.3. Patologias na pessoa sedentária
 - 1.2.4. Patologias em atletas
- 1.3. Exercícios indicados no solo, em máquinas e com implementos. Protocolo geral
 - 1.3.1. Exercícios de alongamento
 - 1.3.2. Exercícios de estabilização central
 - 1.3.3. Exercícios de mobilização das articulações
 - 1.3.4. Exercícios de fortalecimento
 - 1.3.5. Exercícios funcionais
- 1.4. Patologia discal
 - 1.4.1. Patomecânica
 - 1.4.2. Síndromes discais
 - 1.4.3. Diferenças entre os tipos de patologias
 - 1.4.4. Boas práticas
- 1.5. Patologia articular
 - 1.5.1. Patomecânica
 - 1.5.2. Síndromes articulares
 - 1.5.3. Tipos de patologias
 - 1.5.4. Conclusões
- 1.6. Patologia muscular
 - 1.6.1. Patomecânica
 - 1.6.2. Síndromes musculares
 - 1.6.3. Tipos de patologias
 - 1.6.4. Conclusões





- 1.7. Patologia da coluna cervical
 - 1.7.1. Sintomas
 - 1.7.2. Síndromes cervicais
 - 1.7.3. Protocolos específicos
 - 1.7.4. Conclusões
- 1.8. Patologia da coluna dorsal
 - 1.8.1. Sintomas
 - 1.8.2. Síndromes dorsais
 - 1.8.3. Protocolos específicos
 - 1.8.4. Conclusões
- 1.9. Patologia coluna lombar
 - 1.9.1. Sintomas
 - 1.9.2. Síndromes lombares
 - 1.9.3. Protocolos específicos
 - 1.9.4. Conclusões
- 1.10. Patologia sacroilíaca
 - 1.10.1. Sintomas
 - 1.10.2. Síndromes lombares
 - 1.10.3. Protocolos específicos
 - 1.10.4. Conclusões



Aproveite ao máximo os recursos educacionais mais atualizados oferecidos por este curso”

05

Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: o **Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo e foi considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações científicas, como o **New England Journal of Medicine**.



“

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que se mostrou extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização"

Na TECH usamos o Método do Caso

Em uma determinada situação, o que um profissional deveria fazer? Ao longo do programa, os alunos irão se deparar com diversos casos simulados baseados em situações reais, onde deverão investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver as situações. Há inúmeras evidências científicas sobre a eficácia deste método. Os especialistas aprendem melhor, mais rápido e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

Com a TECH você irá experimentar uma forma de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo.



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação comentada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra algum componente clínico peculiar, seja pelo seu poder de ensino ou pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso seja fundamentado na vida profissional atual, tentando recriar as condições reais na prática profissional do médico.

“

Você sabia que este método foi desenvolvido em 1912, em Harvard, para alunos de Direito? O método do caso consistia em apresentar situações complexas reais para que os alunos tomassem decisões e justificassem como resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard”

A eficácia do método é justificada por quatro conquistas fundamentais:

1. Os alunos que seguem este método não só assimilam os conceitos, mas também desenvolvem a capacidade mental através de exercícios de avaliação de situações reais e de aplicação de conhecimentos.
2. A aprendizagem se consolida nas habilidades práticas permitindo ao aluno integrar melhor o conhecimento à prática clínica.
3. A assimilação de ideias e conceitos se torna mais fácil e mais eficiente, graças ao uso de situações decorrentes da realidade.
4. A sensação de eficiência do esforço investido se torna um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz em um maior interesse pela aprendizagem e um aumento no tempo dedicado ao curso.



Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando 8 elementos didáticos diferentes em cada aula.

Potencializamos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

O profissional aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes simulados de aprendizagem. Estes simulados são realizados através de um software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.



Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis de satisfação geral dos profissionais que concluíram seus estudos, com relação aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Usando esta metodologia, mais de 250 mil médicos se capacitaram, com sucesso sem precedentes, em todas as especialidades clínicas independentemente da carga cirúrgica. Nossa metodologia de ensino é desenvolvida em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente com um perfil socioeconômico médio-alto e uma média de idade de 43,5 anos.

O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo o espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso.

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica.

A nota geral do sistema de aprendizagem da TECH é de 8,01, de acordo com os mais altos padrões internacionais.



Neste programa, oferecemos o melhor material educacional, preparado especialmente para os profissionais:



Material de estudo

Todo o conteúdo foi criado especialmente para o curso pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que faz com que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso com as técnicas mais inovadoras e oferecendo alta qualidade em cada um dos materiais que colocamos à disposição do aluno.



Técnicas cirúrgicas e procedimentos em vídeo

A TECH aproxima os alunos às técnicas mais recentes, aos últimos avanços educacionais e à vanguarda das técnicas médicas atuais. Tudo isso, explicado detalhadamente para sua total assimilação e compreensão. E o melhor de tudo, você poderá assistí-los quantas vezes quiser.



Resumos interativos

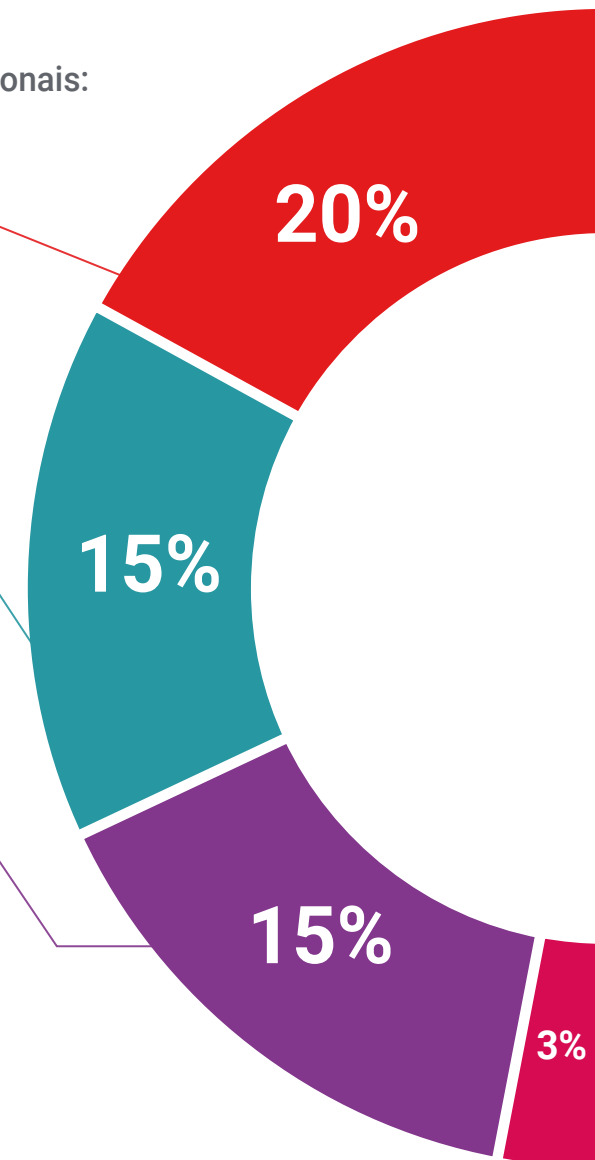
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

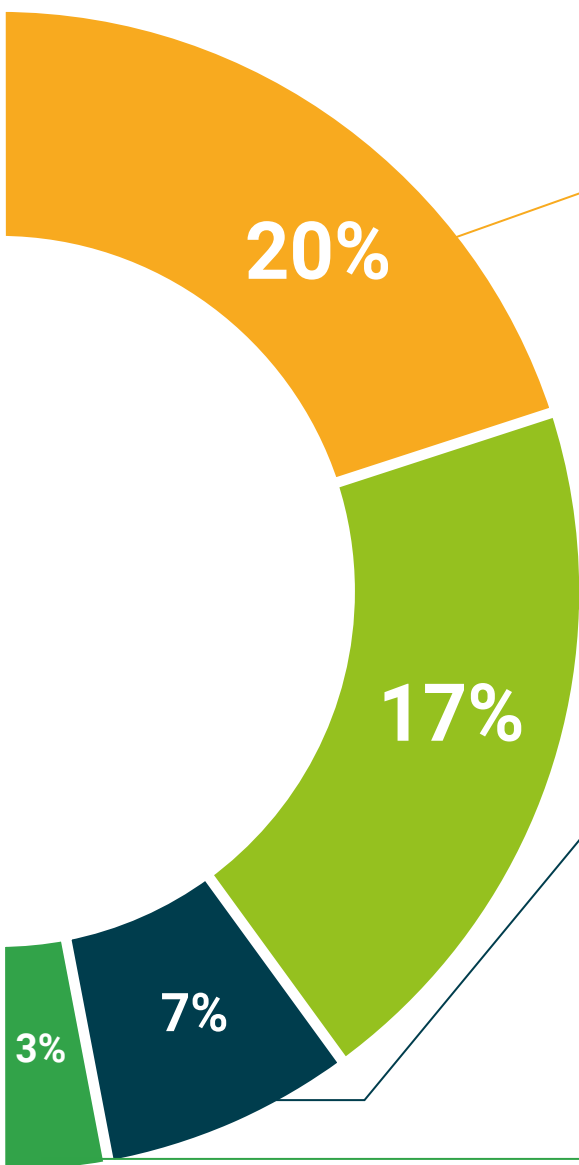
Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa"



Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que for necessário para complementar a sua capacitação.





Estudos de casos elaborados e orientados por especialistas

A aprendizagem efetiva deve ser necessariamente contextual. Portanto, na TECH apresentaremos casos reais em que o especialista guiará o aluno através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



Testing & Retesting

Avaliamos e reavaliamos periodicamente o conhecimento do aluno ao longo do programa, através de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação, para que possa comprovar que está alcançando seus objetivos.



Masterclasses

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas. O "Learning from an expert" fortalece o conhecimento e a memória e aumenta a nossa confiança para tomar decisões difíceis no futuro.



Guias rápidos de ação

A TECH oferece o conteúdo mais relevante do curso em formato de fichas de trabalho ou guias rápidos de ação. Uma forma sintetizada, prática e eficaz de ajudar os alunos a progredirem na aprendizagem.



06

Certificado

O Curso de Pilates em Alterações da Coluna Vertebral garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, acesso ao certificado do Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado do Curso, emitido pela TECH Universidade Tecnológica”

Este **Curso de Pilates em Alterações da Coluna Vertebral** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* do **Curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Curso de Pilates em Alterações da Coluna Vertebral**

N.º de Horas Oficiais: **150h**



*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

futuro
saúde confiança pessoas
informação orientadores
educação certificação ensino
garantia aprendizagem
instituições tecnologia
comunidade comunidade
atenção personalizada
conhecimento inovação
presente qualidade
desenvolvimento sistema

tech universidade
tecnológica

Curso
Pilates em Alterações
da Coluna Vertebral

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Curso

Pilates em Alterações
da Coluna Vertebral