

Curso

Pilates em Alterações de Membros Inferiores



tech universidade
tecnológica

Curso

Pilates em Alterações de Membros Inferiores

- » 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-membros-inferiores

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

Estudos recentes na área de Fisioterapia demonstram que a aplicação do Pilates em pacientes com lesões no joelho melhora significativamente a força muscular, a flexibilidade e a qualidade de vida relacionada à saúde. Dadas suas vantagens, cada vez mais profissionais da área médica estão integrando essa atividade física em sua abordagem terapêutica. Por esta razão, a TECH elaborou este curso que oferece ao especialista uma atualização sobre as patologias do quadril, joelho, tornozelo e pé, assim como os exercícios de Pilates em aparelhos mais recomendados para seu tratamento. Um curso 100% online que permitirá ao profissional se atualizar de maneira eficaz sobre as últimas técnicas implementadas por esta disciplina e incorporá-las à sua prática diária.



“

Graças a este curso, você incorporará disciplinas complementares e eficazes, como o Método Pilates, em suas sessões terapêuticas”

As notáveis melhorias observadas em lesões no joelho tratadas com terapias combinadas com Pilates são inegáveis. Além disso, a integração dessa disciplina como parte da reabilitação integral tem se mostrado altamente benéfica para os pacientes. Estudos recentes também indicam que esse tipo de tratamento resulta em redução da dor, melhora da flexibilidade e aumento da força muscular na área afetada. Portanto, é fundamental para o profissional da área médica estar atualizado sobre as práticas mais eficazes no campo do Pilates aplicado à medicina e reabilitação de patologias do membro inferior.

Por este motivo, a TECH desenvolveu este programa de estudos que oferece aos profissionais uma atualização completa na anatomia do Membro Inferior, incluindo a osteologia, miologia e biomecânica, que servirá como base para a realização de exercícios apropriados. Além de ampliar seus conhecimentos sobre as patologias do quadril, compressões nervosas do Membro Inferior e análise da cadeia anterolateral e posteromediana do Membro Inferior e seu respectivo tratamento com exercícios específicos de Pilates.

Este curso é apresentado na modalidade 100% online, oferecendo ao profissional uma série de recursos multimídia, como vídeos detalhados e estudos de casos reais. Além disso, incorpora na metodologia acadêmica o sistema *Relearning*, que permite ao profissional relembrar conceitos complexos em menos tempo, e o melhor é que não é necessário dedicar longas horas a este processo de atualização.

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

- Desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Fisioterapia e Pilates
- Conteúdos gráficos, esquemáticos e extremamente práticos que proporcionam informações científicas e práticas essenciais para o exercício profissional
- 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 aos conteúdos através de qualquer dispositivo fixo ou portátil com conexão à internet



Com este curso, você estará atualizado sobre a abordagem de patologias comuns do Membro Inferior por meio de exercícios de Pilates”

“

Fortaleça suas competências na reabilitação do quadril, joelho, tornozelo e pé, com técnicas específicas e exercícios projetados para melhorar a funcionalidade e aliviar a dor nessas áreas”

O corpo docente deste programa de estudos é formado por uma equipe de professores da área, cuja experiência profissional é somada nesta capacitação, além de reconhecidos especialistas de conceituadas instituições e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, oferece ao profissional uma aprendizagem situada e contextual, ou seja, um ambiente simulado que proporcionará uma aprendizagem imersiva, a fim de capacitá-lo para situações reais.

Este programa de estudos tem como fundamento a Aprendizagem Baseada em Problemas, que permite ao profissional abordar a solução de problemas reais que surgem ao longo do curso e de sua prática profissional. Para isso, o profissional contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos.

Amplie seus conhecimentos sobre compressão nervosa de Membros Inferiores e integração de exercícios de Pilates para aliviar a pressão no plexo braquial.

Implemente em sua prática clínica uma variedade de movimentos de dissociação e mobilização para abordar diferentes condições de Membros Inferiores.



02

Objetivos

Este programa de estudos tem como objetivo oferecer atualização de conhecimentos e habilidades na área das Alterações do Membro Inferior e seu tratamento por meio do Pilates aos profissionais de medicina. Desta forma, poderão utilizar esta modalidade como uma ferramenta eficaz no tratamento e reabilitação de patologias que afetam essa área do corpo. Para alcançar este objetivo, a TECH criou este programa de capacitação que permite que os profissionais realizem suas atividades diárias normalmente, pois não precisam seguir horários fixos.





“

Analise detalhadamente as cadeias anterolateral e posteromediana do Membro Inferior e como elas influenciam na saúde e recuperação de seus pacientes”



Objetivos gerais

- ♦ Explorar os conhecimentos e competências profissionais na prática e ensino de exercícios do método Pilates no solo, em diferentes máquinas e com implementos
- ♦ Diferenciar as aplicações dos exercícios Pilates e as adaptações a serem realizadas para cada paciente
- ♦ Estabelecer um protocolo de exercícios adaptados à sintomatologia e patologia de cada paciente
- ♦ Definir as progressões e regressões dos exercícios com base nas diferentes fases do processo de recuperação de uma lesão
- ♦ Evitar exercícios contraindicados com base na avaliação prévia realizada aos pacientes e clientes
- ♦ Conhecer completamente os aparelhos utilizados no Método Pilates
- ♦ Fornecer a informação necessária para ser capaz de buscar informações científicas e atualizadas sobre tratamentos com Pilates aplicáveis às diferentes patologias
- ♦ Analisar as necessidades e melhorias no equipamento de Pilates em um espaço terapêutico destinado ao exercício de Pilates
- ♦ Desenvolver ações que melhorem a eficácia dos exercícios de Pilates baseados nos princípios do método
- ♦ Realizar os exercícios baseados no Método Pilates de forma correta e analítica
- ♦ Analisar as mudanças fisiológicas e posturais que afetam a mulher grávida
- ♦ Projetar exercícios adaptados para a mulher durante a gravidez até o parto
- ♦ Descrever a aplicação do Método Pilates em atletas de alto nível





Objetivos específicos

- ♦ Identificar as características distintivas de cada lesão
- ♦ Abordar as alterações por meio de exercícios baseados no Método Pilates
- ♦ Adaptar protocolos de exercícios específicos para o processo de recuperação das lesões

“

Amplie seus conhecimentos sobre o protocolo geral de exercícios recomendados nas máquinas de Pilates para desenvolvê-los de maneira mais eficaz”

03

Direção do curso

Este curso conta com uma equipe de professores formada por profissionais de destaque na área da Fisioterapia, assim como especialistas no Método Pilates. Portanto, o profissional poderá ter a certeza de obter uma atualização inovadora com a ajuda de especialistas atuantes e em constante progressão nesta área. Tudo isto com o objetivo de manter o nível de excelência que distingue os programas da TECH, a maior universidade digital do mundo.





“

Aproveite este plano de estudos atualizado desenvolvido por especialistas em Método Pilates, com os quais aprofundará seu conhecimento nas Alterações de Membro Inferior”

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.



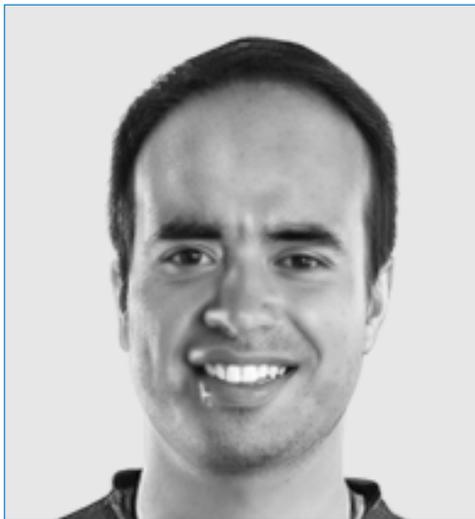
Dr. Laskowski, Edward

- 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 Clube de Futebol Atlético de Madrid
- ♦ CEO da Fisio Domicílio Madrid
- ♦ Professor no Mestrado em Preparação Física e Reabilitação Desportiva no Futebol
- ♦ Professor no Programa Avançado de Pilates Clínico
- ♦ Professor no Mestrado em Biomecânica e Fisioterapia Esportiva
- ♦ Mestrado em Osteopatia do Aparelho Locomotor pela Escola de Osteopatia de Madrid
- ♦ Especialista em Pilates e Reabilitação pela Real Federação Espanhola de Ginástica
- ♦ Mestrado em Biomecânica Aplicada à Avaliação de Danos e Técnicas Avançadas em Fisioterapia
- ♦ Formado em Fisioterapia pela Universidade Pontifícia de Comillas



Professores

Sr. Eduardo Pérez Costa

- ◆ CEO da Move2Be Fisioterapia e Reabilitação
- ◆ Fisioterapeuta autônomo, tratamento domiciliar em Madri
- ◆ Fisioterapeuta na Clínica Natal San Sebastián de los Reyes
- ◆ Readaptador esportivo do Clube de Basquete Zona Press
- ◆ Fisioterapeuta na equipe filial da UD Sanse
- ◆ Fisioterapeuta de campo com a Fundação Marcet
- ◆ Fisioterapeuta na clínica Pascual & Muñoz
- ◆ Fisioterapeuta na clínica Fisio Life Plus
- ◆ Mestrado em Fisioterapia Manual no Aparelho Locomotor na Universidade de Alcalá
- ◆ Formado em Fisioterapia pela Universidade de Alcalá

04

Estrutura e conteúdo

Este programa de estudos oferece uma atualização para profissionais de saúde em Pilates para Alterações de Membros Inferiores. Além de abordar sobre Osteologia, Miologia e Biomecânica do Membro Inferior, assim como patologias comuns que podem ser tratadas com Pilates e um protocolo que inclui exercícios de dissecação, mobilização, fortalecimento e funcionalidade, tudo isto, de forma completa e atualizada. Desta forma, o profissional poderá ampliar seus conhecimentos sobre patologias do quadril, joelho e tornozelo, juntamente com exercícios específicos para cada uma delas. Todo o conteúdo estará disponível em uma biblioteca virtual que conta com recursos multimídia inovadores, permitindo que os profissionais estejam atualizados com os últimos avanços educacionais.



“

Com o método Relearning, você lembrará conceitos complexos de maneira eficiente e com resultados significativos em menos tempo”

Módulo 1. Pilates em Alterações do Membro Inferior

- 1.1. Revisão dos conceitos anatômicos fundamentais
 - 1.1.1. Osteologia do Membro Inferior
 - 1.1.2. Miologia do Membro Inferior
 - 1.1.3. Biomecânica do Membro Inferior
 - 1.1.4. Boas práticas
- 1.2. Patologias comuns suscetíveis de tratamento com Pilates
 - 1.2.1. Patologias do crescimento
 - 1.2.2. Patologias em atletas
 - 1.7.3. Outros tipo de patologias
 - 1.7.4. Conclusões
- 1.3. Exercícios indicados em solo, máquinas e com implementos Protocolo geral
 - 1.3.1. Exercícios de dissociação
 - 1.3.2. Exercícios de mobilização
 - 1.3.3. Exercícios de fortalecimento
 - 1.3.4. Exercícios funcionais
- 1.4. Patologia do quadril
 - 1.4.1. Patologia articular
 - 1.4.2. Patologia musculotendínea
 - 1.4.3. Patologia cirúrgica. Prótese
 - 1.4.4. Exercícios para o quadril
- 1.5. Patologia do joelho
 - 1.5.1. Patologia articular
 - 1.5.2. Patologia musculotendínea
 - 1.5.3. Patologia cirúrgica. Prótese
 - 1.5.4. Exercícios para o joelho
- 1.6. Patologia do tornozelo
 - 1.6.1. Patologia articular
 - 1.6.2. Patologia musculotendínea
 - 1.6.3. Patologia cirúrgica
 - 1.6.4. Exercícios para o tornozelo





- 1.7. Patologia do pé
 - 1.7.1. Patologia articular e facial
 - 1.7.2. Patologia musculotendínea
 - 1.7.3. Patologia cirúrgica
 - 1.7.4. Exercícios para os pé
- 1.8. Compressão nervosa no Membro inferior
 - 1.8.1. Plexo braquial
 - 1.8.2. Nervos periféricos
 - 1.8.3. Tipos de patologias
 - 1.8.4. Exercícios para compressão nervosa do Membro Inferior
- 1.9. Análise da cadeia anterolateral do Membro Inferior
 - 1.9.1. O que é a cadeia anterolateral e qual a importância que ela tem no paciente?
 - 1.9.2. Aspectos importantes para avaliação
 - 1.9.3. Relação da cadeia com patologia já descrita
 - 1.9.4. Exercícios de trabalho na cadeia anterolateral
- 1.10. Análise da cadeia posteromediana do Membro Inferior
 - 1.10.1. O que é a cadeia posteromediana e qual a importância que ela tem no paciente?
 - 1.10.2. Aspectos importantes para avaliação
 - 1.10.3. Relação do complexo com patologia já descrita
 - 1.10.4. Exercícios de trabalho na cadeia posteromediana

“ *Incorpore o uso de boas práticas, técnicas avançadas e exercícios eficazes para tratar as alterações do membro inferior com o Pilates* ”

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***.



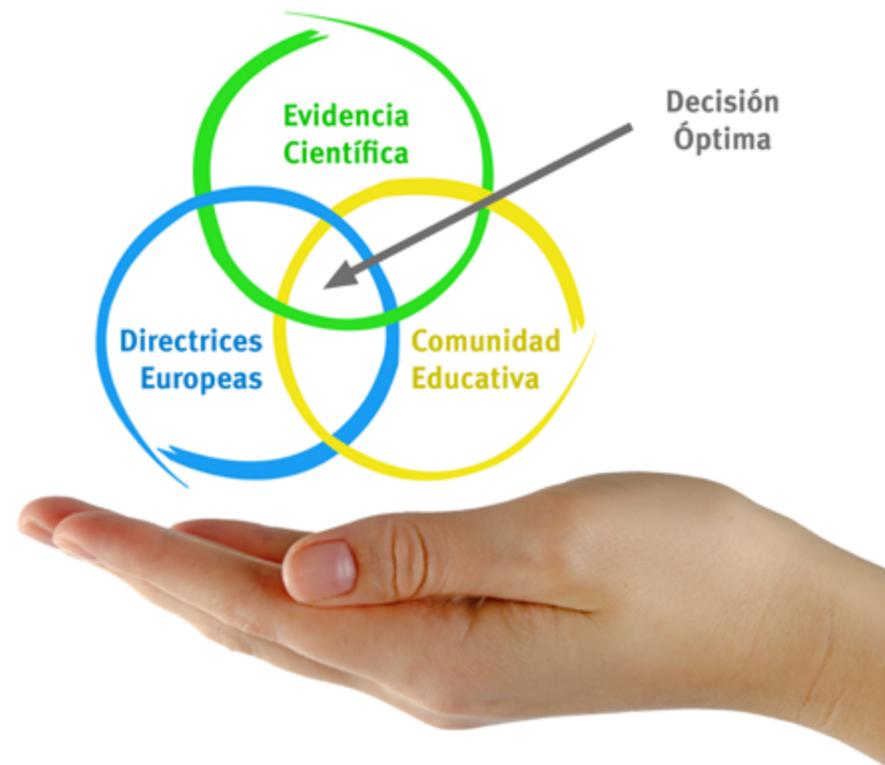
“

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.

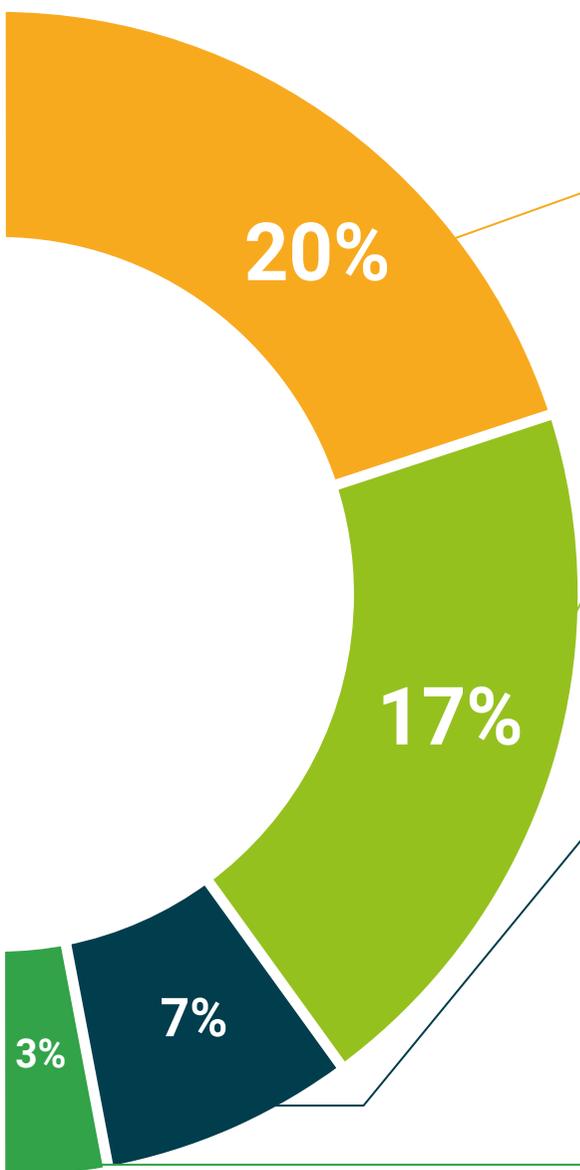
Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



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 de Membros Inferiores 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 de Membros Inferiores** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* correspondente ao **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 de Membros Inferiores**

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 compr
atenção personalizada
conhecimento in
presente qual
desenvolvimento si

tech universidade
tecnológica

Curso

Pilates em Alterações
de Membros Inferiores

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

Curso

Pilates em Alterações de Membros Inferiores

