Máster Título Propio

Pilates Terapéutico

tech universidad

Máster Título Propio
Pilates Terapéutico

- Modalidad: **online**
- Duración: **12 meses**
- Titulación: **TECH Universidad**
- Horario: **a tu ritmo**
- Exámenes: **online**

Acceso web: **www.techtitute.com/medicina/master/master-pilates-terapeutico**

Índice

01
Presentación del programa
pág. 4

02
¿Por qué estudiar en TECH?
pág. 8

03
Plan de Estudios
pág. 12

04
Objetivos docentes
pág. 24

05
Metodología de estudio
pág. 30

06
Cuadro docente
pág. 40

07
Titulación
pág. 46

01

Presentación del programa

El Pilates terapéutico ha ganado reconocimiento en el ámbito de la rehabilitación y la prevención de lesiones, consolidándose como una herramienta clave en el tratamiento de diversas patologías musculoesqueléticas. Según la Federación Internacional de Educación Física, el ejercicio terapéutico mejora la movilidad, fortalece la musculatura profunda y contribuye a la recuperación funcional, lo que ha incrementado su demanda en entornos clínicos y deportivos. Ante este crecimiento, los profesionales de la salud y el movimiento requieren una capacitación especializada que les permita aplicar estos conocimientos con rigor y eficacia. En este contexto, TECH ofrece una titulación innovadora y 100 % online, diseñada para proporcionar las herramientas más avanzadas en el uso del Pilates como estrategia terapéutica.

Domina los principios científicos de los Pilates Terapéuticos y su aplicación en la rehabilitación, el tratamiento del dolor y la prevención de lesiones"

Los Pilates Terapéuticos se han consolidado como una disciplina fundamental en la rehabilitación y el bienestar físico. Su enfoque basado en el control postural, la estabilidad y la activación muscular profunda los convierte en una herramienta esencial para fisioterapeutas, entrenadores y otros profesionales de la salud. Con el envejecimiento de la población y el aumento de patologías musculoesqueléticas, la demanda de especialistas capacitados en esta metodología sigue en ascenso. Contar con conocimientos avanzados en este ámbito no solo amplía las posibilidades de intervención clínica, sino que también permite ofrecer soluciones eficaces para mejorar la calidad de vida de los pacientes.

Este programa ofrece una preparación integral en Pilates Terapéuticos, abordando tanto los fundamentos científicos como su aplicación práctica. A través de un enfoque basado en la evidencia, permite desarrollar habilidades para diseñar y adaptar ejercicios a diferentes necesidades y patologías. Dominar esta disciplina abre nuevas oportunidades laborales en centros de rehabilitación, clínicas, gimnasios y espacios especializados en salud y bienestar. Además, proporciona una ventaja competitiva en un mercado en constante evolución, permitiendo acceder a roles de mayor responsabilidad y reconocimiento dentro del sector.

La modalidad online de este Máster Título Propio ha sido diseñada para brindar flexibilidad sin comprometer la calidad del aprendizaje. A través de una plataforma avanzada, se accede a materiales interactivos, clases magistrales y recursos actualizados, lo que facilita la asimilación de los contenidos. Esta metodología permite compaginar el estudio con la actividad profesional y aplicar de inmediato los conocimientos adquiridos en el ámbito laboral.

TECH ha desarrollado esta titulación con un enfoque innovador, adaptado a las exigencias actuales del sector. Su metodología de aprendizaje dinámico y su enfoque práctico garantizan una preparación rigurosa y actualizada en Pilates Terapéuticos, posicionando a los egresados como referentes en el área. De igual manera, los profesionales tendrán la oportunidad de acceder a 10 *Masterclasses* de alto nivel académico, llevadas a cabo por un prestigioso Director Invitado Internacional.

Este **Máster Título Propio en Pilates Terapéutico** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Medicina
- Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos 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 en Medicina
- 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

Accede a Masterclasses complementarias y amplia tus conocimientos con un prestigioso y reconocido Director Invitado Internacional en la industria médica"

Aprende a diseñar y adaptar programas de ejercicios según las necesidades de cada paciente, abordando diferentes patologías musculoesqueléticas"

Explora la biomecánica, el control postural y la activación muscular profunda para optimizar la recuperación funcional y mejorar el rendimiento físico.

Desarrolla habilidades para evaluar desequilibrios musculares y aplicar estrategias terapéuticas basadas en la evidencia científica.

Incluye en su cuadro docente a profesionales pertenecientes al ámbito de la Medicina, que vierten en este programa 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 un estudio inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales.

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

02

¿Por qué estudiar en TECH?

TECH es la mayor Universidad digital del mundo. Con un impresionante catálogo de más de 14.000 programas universitarios, disponibles en 11 idiomas, se posiciona como líder en empleabilidad, con una tasa de inserción laboral del 99%. Además, cuenta con un enorme claustro de más de 6.000 profesores de máximo prestigio internacional.

Estudia en la mayor universidad digital del mundo y asegura tu éxito profesional. El futuro empieza en TECH"

La mejor universidad online del mundo según FORBES

La prestigiosa revista Forbes, especializada en negocios y finanzas, ha destacado a TECH como «la mejor universidad online del mundo». Así lo han hecho constar recientemente en un artículo de su edición digital en el que se hacen eco del caso de éxito de esta institución, «gracias a la oferta académica que ofrece, la selección de su personal docente, y un método de aprendizaje innovador orientado a formar a los profesionales del futuro».

El mejor claustro docente top internacional

El claustro docente de TECH está integrado por más de 6.000 profesores de máximo prestigio internacional. Catedráticos, investigadores y altos ejecutivos de multinacionales, entre los cuales se destacan Isaiah Covington, entrenador de rendimiento de los Boston Celtics; Magda Romanska, investigadora principal de MetaLAB de Harvard; Ignacio Wistumba, presidente del departamento de patología molecular traslacional del MD Anderson Cancer Center; o D.W Pine, director creativo de la revista TIME, entre otros.

La mayor universidad digital del mundo

TECH es la mayor universidad digital del mundo. Somos la mayor institución educativa, con el mejor y más amplio catálogo educativo digital, cien por cien online y abarcando la gran mayoría de áreas de conocimiento. Ofrecemos el mayor número de titulaciones propias, titulaciones oficiales de posgrado y de grado universitario del mundo. En total, más de 14.000 títulos universitarios, en once idiomas distintos, que nos convierten en la mayor institución educativa del mundo.

Los planes de estudio más completos del panorama universitario

TECH ofrece los planes de estudio más completos del panorama universitario, con temarios que abarcan conceptos fundamentales y, al mismo tiempo, los principales avances científicos en sus áreas científicas específicas. Asimismo, estos programas son actualizados continuamente para garantizar al alumnado la vanguardia académica y las competencias profesionales más demandadas. De esta forma, los títulos de la universidad proporcionan a sus egresados una significativa ventaja para impulsar sus carreras hacia el éxito.

Un método de aprendizaje único

TECH es la primera universidad que emplea el *Relearning* en todas sus titulaciones. Se trata de la mejor metodología de aprendizaje online, acreditada con certificaciones internacionales de calidad docente, dispuestas por agencias educativas de prestigio. Además, este disruptivo modelo académico se complementa con el "Método del Caso", configurando así una estrategia de docencia online única. También en ella se implementan recursos didácticos innovadores entre los que destacan vídeos en detalle, infografías y resúmenes interactivos.

La universidad online oficial de la NBA

TECH es la universidad online oficial de la NBA. Gracias a un acuerdo con la mayor liga de baloncesto, ofrece a sus alumnos programas universitarios exclusivos, así como una gran variedad de recursos educativos centrados en el negocio de la liga y otras áreas de la industria del deporte. Cada programa tiene un currículo de diseño único y cuenta con oradores invitados de excepción: profesionales con una distinguida trayectoria deportiva que ofrecerán su experiencia en los temas más relevantes.

Líderes en empleabilidad

TECH ha conseguido convertirse en la universidad líder en empleabilidad. El 99% de sus alumnos obtienen trabajo en el campo académico que ha estudiado, antes de completar un año luego de finalizar cualquiera de los programas de la universidad. Una cifra similar consigue mejorar su carrera profesional de forma inmediata. Todo ello gracias a una metodología de estudio que basa su eficacia en la adquisición de competencias prácticas, totalmente necesarias para el desarrollo profesional.

Google Partner Premier

El gigante tecnológico norteamericano ha otorgado a TECH la insignia Google Partner Premier. Este galardón, solo al alcance del 3% de las empresas del mundo, pone en valor la experiencia eficaz, flexible y adaptada que esta universidad proporciona al alumno. El reconocimiento no solo acredita el máximo rigor, rendimiento e inversión en las infraestructuras digitales de TECH, sino que también sitúa a esta universidad como una de las compañías tecnológicas más punteras del mundo.

La universidad mejor valorada por sus alumnos

Los alumnos han posicionado a TECH como la universidad mejor valorada del mundo en los principales portales de opinión, destacando su calificación más alta de 4,9 sobre 5, obtenida a partir de más de 1.000 reseñas. Estos resultados consolidan a TECH como la institución universitaria de referencia a nivel internacional, reflejando la excelencia y el impacto positivo de su modelo educativo.

03

Plan de estudios

En un entorno competitivo y en constante cambio, acceder a un plan de estudios actualizado es clave para responder a las exigencias del mercado. Este programa combina un enfoque teórico-práctico con contenidos innovadores que abordan los desafíos actuales del sector. Su estructura permite desarrollar competencias especializadas, ampliando las oportunidades profesionales y mejorando la capacidad de toma de decisiones. Además, la metodología de aprendizaje facilita la asimilación de conocimientos de manera flexible y eficiente. Con un temario alineado a las tendencias globales, esta propuesta académica representa una oportunidad para impulsar el crecimiento profesional y alcanzar un mayor nivel de especialización.

Potencia tu perfil profesional con conocimientos avanzados que te permitirán destacar en el ámbito de la fisioterapia, la rehabilitación y el bienestar"

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
- 3.8.3. Bandas elásticas
- 3.8.4. 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. Ultima 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

"Perfecciona tus técnicas de intervención en centros de rehabilitación, clínicas, gimnasios y otros espacios especializados en la recuperación funcional"

04

Objetivos docentes

Este programa tiene como objetivo proporcionar conocimientos avanzados sobre los Pilates Terapéuticos, abordando su aplicación en rehabilitación, prevención de lesiones y mejora del bienestar. A través de un enfoque basado en la evidencia, permite desarrollar habilidades en biomecánica, control postural y planificación de sesiones adaptadas a distintas necesidades. Además, integra estrategias para evaluar y corregir desequilibrios musculares, optimizando la recuperación funcional. También se profundiza en el diseño de programas terapéuticos para diferentes patologías, garantizando intervenciones efectivas. Con estos objetivos, el programa impulsa el desarrollo profesional y abre nuevas oportunidades en clínicas, centros de salud y espacios de bienestar

Perfecciona tus técnicas de intervención en centros de rehabilitación, clínicas, gimnasios y otros espacios especializados en la recuperación funcional"

Objetivos generales

- Dominar los fundamentos científicos y metodológicos de los Pilates Terapéuticos para su aplicación en la rehabilitación y el bienestar
- Desarrollar habilidades para evaluar y corregir alteraciones musculoesqueléticas mediante técnicas específicas de Pilates Terapéuticos
- Aplicar principios de biomecánica y control postural para optimizar la recuperación funcional y la prevención de lesiones
- Diseñar programas de ejercicios terapéuticos adaptados a diferentes patologías y perfiles de pacientes
- Integrar estrategias basadas en la evidencia científica para la planificación y ejecución de sesiones de Pilates Terapéuticos
- Identificar las principales afecciones musculoesqueléticas y su abordaje a través de protocolos terapéuticos específicos
- Optimizar la capacidad de intervención en entornos clínicos, deportivos y de bienestar mediante el uso adecuado de Pilates Terapéuticos
- Fomentar el pensamiento crítico y la toma de decisiones fundamentadas en la evaluación funcional del paciente
- Explorar nuevas tendencias y enfoques en la aplicación terapéutica del Pilates para mejorar la eficacia de los tratamientos
- Potenciar el perfil profesional mediante la adquisición de competencias especializadas que permitan destacar en el ámbito de la salud, la rehabilitación y el bienestar

Objetivos específicos

Módulo 1. El Método Pilates

- Comprender la evolución histórica y los principios fundamentales del Método Pilates
- Analizar los beneficios del Pilates Terapéuticos en la rehabilitación y el bienestar general
- Explorar las diferentes corrientes y enfoques del Pilates a lo largo del tiempo
- Identificar las bases científicas que sustentan la eficacia del Método Pilates en la mejora de la movilidad y estabilidad

Módulo 2. Fundamentos del Método Pilates

- Profundizar en los principios básicos como control, respiración y alineación postural
- Examinar la biomecánica aplicada a los movimientos esenciales del Pilates Terapéuticos
- Diferenciar los niveles de progresión y adaptación del método según las necesidades del paciente
- Integrar conocimientos de anatomía y fisiología en la ejecución de ejercicios específicos

Módulo 3. El gimnasio/estudio Pilates

- Conocer los principales aparatos y accesorios utilizados en la práctica del Pilates Terapéuticos
- Aprender a diseñar un espacio de trabajo óptimo para la aplicación del método
- Analizar la funcionalidad y aplicación de cada equipo en distintos contextos terapéuticos
- Desarrollar estrategias para maximizar la efectividad de los entrenamientos con equipos específicos

Módulo 4. Metodología en la práctica del Método Pilates

- Aplicar técnicas de enseñanza efectivas para guiar sesiones de Pilates Terapéuticos
- Desarrollar planes de trabajo adaptados a diferentes perfiles y patologías
- Implementar estrategias de corrección postural y supervisión de ejercicios
- Evaluar la evolución del paciente y realizar ajustes en la metodología aplicada

Módulo 5. Pilates en las alteraciones de la Columna Vertebral

- Identificar las principales patologías de la columna y su relación con la movilidad funcional
- Aplicar ejercicios específicos de Pilates Terapéuticos para la rehabilitación y prevención de lesiones vertebrales
- Desarrollar estrategias de tratamiento para mejorar la estabilidad y alineación de la columna
- Integrar técnicas de respiración y control motor para la optimización del movimiento espinal

Módulo 6. Pilates en las alteraciones del Miembro Superior

- Analizar las disfunciones más comunes del hombro, codo y muñeca en diferentes poblaciones
- Diseñar programas de recuperación funcional mediante Pilates Terapéuticos
- Implementar ejercicios adaptados a la movilidad y estabilidad del miembro superior
- Evaluar la progresión del paciente y realizar ajustes en las rutinas de tratamiento

Módulo 7. Pilates en las alteraciones del Miembro Inferior

- Comprender las patologías más frecuentes de cadera, rodilla y tobillo en la práctica clínica
- Aplicar protocolos de intervención con Pilates Terapéuticos para mejorar la funcionalidad del miembro inferior
- Desarrollar ejercicios específicos para la rehabilitación y prevención de lesiones en extremidades inferiores
- Integrar el control postural y la biomecánica en la recuperación del movimiento

Módulo 8. Patología general y su tratamiento con Pilates

- Examinar el impacto del Pilates Terapéuticos en diversas condiciones médicas y funcionales
- Diseñar programas personalizados para el tratamiento de patologías musculoesqueléticas y neurológicas
- Aplicar estrategias de intervención en poblaciones con necesidades especiales
- Evaluar la respuesta del paciente al tratamiento y ajustar la progresión de los ejercicios

Módulo 9. Pilates durante el Embarazo, Parto y Postparto

- Comprender los cambios fisiológicos y biomecánicos que ocurren durante el embarazo y el postparto
- Diseñar programas de Pilates Terapéuticos seguros y efectivos para cada etapa gestacional
- Aplicar técnicas específicas para fortalecer el suelo pélvico y mejorar la recuperación postparto
- Evaluar los beneficios del método en la salud materno-infantil y su impacto en la calidad de vida

Módulo 10. Pilates en el deporte

- Analizar el papel del Pilates Terapéuticos en la prevención de lesiones y mejora del rendimiento deportivo
- Diseñar programas específicos para deportistas de distintas disciplinas
- Aplicar ejercicios avanzados para optimizar la fuerza, flexibilidad y control motor en atletas
- Evaluar la eficacia del Pilates en la recuperación de lesiones deportivas y el retorno a la actividad física

"Amplía tus oportunidades laborales en un sector en crecimiento, diferenciándote con una preparación rigurosa y alineada con las tendencias actuales del mercado"

05

Metodología de estudio

TECH es la primera universidad en el mundo que combina la metodología de los ***case studies*** con el ***Relearning***, un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración dirigida.

Esta disruptiva estrategia pedagógica ha sido concebida para ofrecer a los profesionales la oportunidad de actualizar conocimientos y desarrollar competencias de un modo intensivo y riguroso. Un modelo de aprendizaje que coloca al estudiante en el centro del proceso académico y le otorga todo el protagonismo, adaptándose a sus necesidades y dejando de lado las metodologías más convencionales.

TECH te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera"

El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

En la metodología de estudios de TECH el alumno es el protagonista absoluto. Las herramientas pedagógicas de cada programa han sido seleccionadas teniendo en cuenta las demandas de tiempo, disponibilidad y rigor académico que, a día de hoy, no solo exigen los estudiantes sino los puestos más competitivos del mercado.

Con el modelo educativo asincrónico de TECH, es el alumno quien elige el tiempo que destina al estudio, cómo decide establecer sus rutinas y todo ello desde la comodidad del dispositivo electrónico de su preferencia. El alumno no tendrá que asistir a clases en vivo, a las que muchas veces no podrá acudir. Las actividades de aprendizaje las realizará cuando le venga bien. Siempre podrá decidir cuándo y desde dónde estudiar.

"En TECH NO tendrás clases en directo (a las que luego nunca puedes asistir)"

Los planes de estudios más exhaustivos a nivel internacional

TECH se caracteriza por ofrecer los itinerarios académicos más completos del entorno universitario. Esta exhaustividad se logra a través de la creación de temarios que no solo abarcan los conocimientos esenciales, sino también las innovaciones más recientes en cada área.

Al estar en constante actualización, estos programas permiten que los estudiantes se mantengan al día con los cambios del mercado y adquieran las habilidades más valoradas por los empleadores. De esta manera, quienes finalizan sus estudios en TECH reciben una preparación integral que les proporciona una ventaja competitiva notable para avanzar en sus carreras.

Y además, podrán hacerlo desde cualquier dispositivo, pc, tableta o smartphone.

> *El modelo de TECH es asincrónico, de modo que te permite estudiar con tu pc, tableta o tu smartphone donde quieras, cuando quieras y durante el tiempo que quieras"*

Case studies o Método del caso

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, su función era también presentarles situaciones complejas reales. Así, podían tomar decisiones y emitir juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Con este modelo de enseñanza es el propio alumno quien va construyendo su competencia profesional a través de estrategias como el *Learning by doing* o el *Design Thinking*, utilizadas por otras instituciones de renombre como Yale o Stanford.

Este método, orientado a la acción, será aplicado a lo largo de todo el itinerario académico que el alumno emprenda junto a TECH. De ese modo se enfrentará a múltiples situaciones reales y deberá integrar conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones. Todo ello con la premisa de responder al cuestionamiento de cómo actuaría al posicionarse frente a eventos específicos de complejidad en su labor cotidiana.

Método *Relearning*

En TECH los *case studies* son potenciados con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

Este método rompe con las técnicas tradicionales de enseñanza para poner al alumno en el centro de la ecuación, proveyéndole del mejor contenido en diferentes formatos. De esta forma, consigue repasar y reiterar los conceptos clave de cada materia y aprender a aplicarlos en un entorno real.

En esta misma línea, y de acuerdo a múltiples investigaciones científicas, la reiteración es la mejor manera de aprender. Por eso, TECH ofrece entre 8 y 16 repeticiones de cada concepto clave dentro de una misma lección, presentada de una manera diferente, con el objetivo de asegurar que el conocimiento sea completamente afianzado durante el proceso de estudio.

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

Un Campus Virtual 100% online con los mejores recursos didácticos

Para aplicar su metodología de forma eficaz, TECH se centra en proveer a los egresados de materiales didácticos en diferentes formatos: textos, vídeos interactivos, ilustraciones y mapas de conocimiento, entre otros. Todos ellos, diseñados por profesores cualificados que centran el trabajo en combinar casos reales con la resolución de situaciones complejas mediante simulación, el estudio de contextos aplicados a cada carrera profesional y el aprendizaje basado en la reiteración, a través de audios, presentaciones, animaciones, imágenes, etc.

Y es que las últimas evidencias científicas en el ámbito de las Neurociencias apuntan a la importancia de tener en cuenta el lugar y el contexto donde se accede a los contenidos antes de iniciar un nuevo aprendizaje. Poder ajustar esas variables de una manera personalizada favorece que las personas puedan recordar y almacenar en el hipocampo los conocimientos para retenerlos a largo plazo. Se trata de un modelo denominado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que es aplicado de manera consciente en esta titulación universitaria.

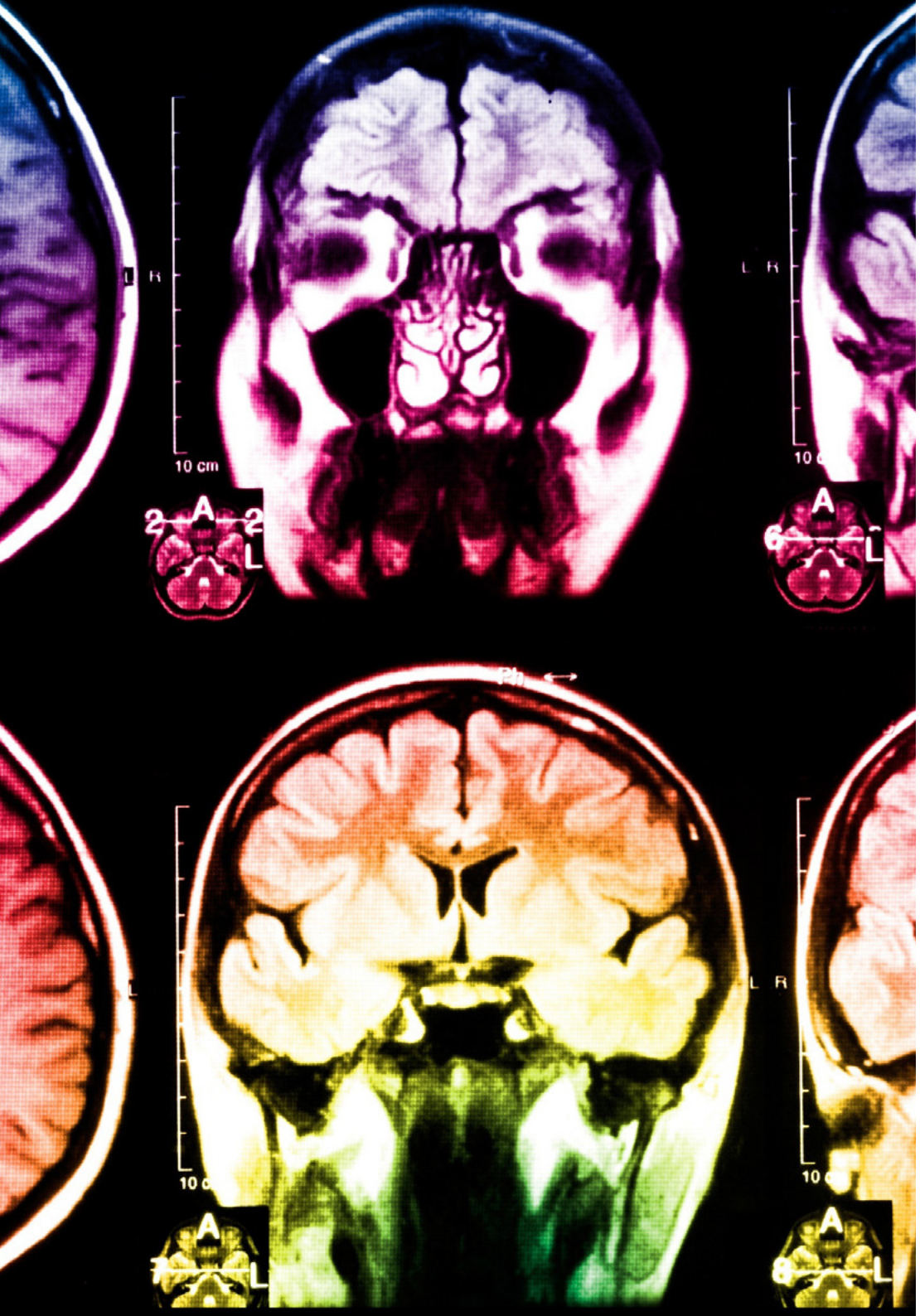
Por otro lado, también en aras de favorecer al máximo el contacto mentor-alumno, se proporciona un amplio abanico de posibilidades de comunicación, tanto en tiempo real como en diferido (mensajería interna, foros de discusión, servicio de atención telefónica, email de contacto con secretaría técnica, chat y videoconferencia).

Asimismo, este completísimo Campus Virtual permitirá que el alumnado de TECH organice sus horarios de estudio de acuerdo con su disponibilidad personal o sus obligaciones laborales. De esa manera tendrá un control global de los contenidos académicos y sus herramientas didácticas, puestas en función de su acelerada actualización profesional.

"La modalidad de estudios online de este programa te permitirá organizar tu tiempo y tu ritmo de aprendizaje, adaptándolo a tus horarios"

La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los alumnos 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 alumno 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.



La metodología universitaria mejor valorada por sus alumnos

Los resultados de este innovador modelo académico son constatables en los niveles de satisfacción global de los egresados de TECH.

La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos según el índice global score, obteniendo un 4,9 de 5.

Accede a los contenidos de estudio desde cualquier dispositivo con conexión a Internet (ordenador, tablet, smartphone) gracias a que TECH está al día de la vanguardia tecnológica y pedagógica.

Podrás aprender con las ventajas del acceso a entornos simulados de aprendizaje y el planteamiento de aprendizaje por observación, esto es, Learning from an expert.

Así, en este programa estarán disponibles los mejores materiales educativos, preparados a conciencia:

Material de estudio

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

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.

Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.

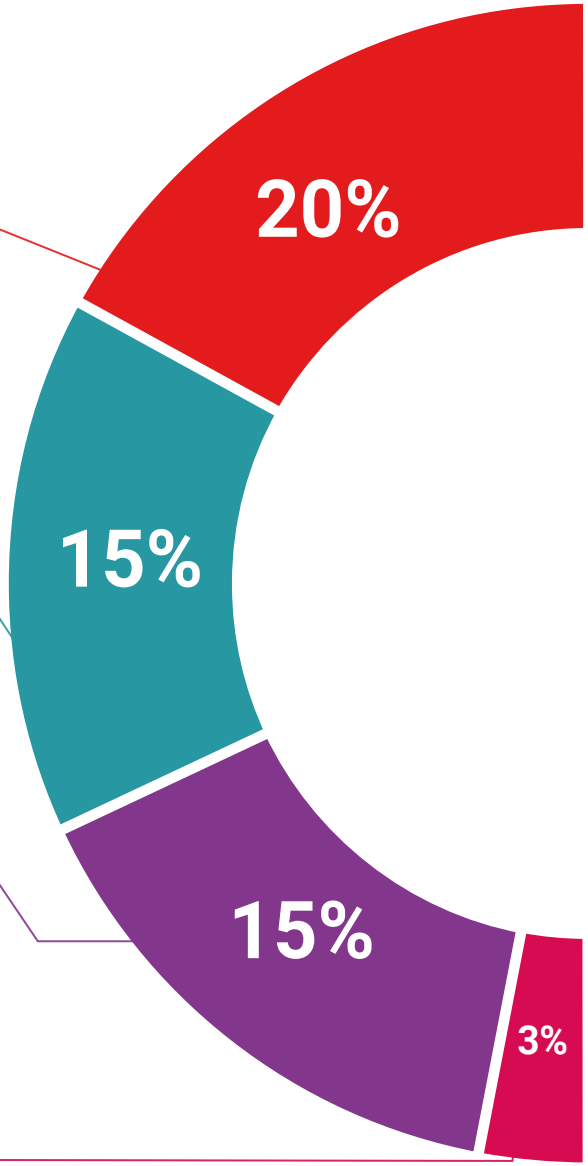
Resúmenes interactivos

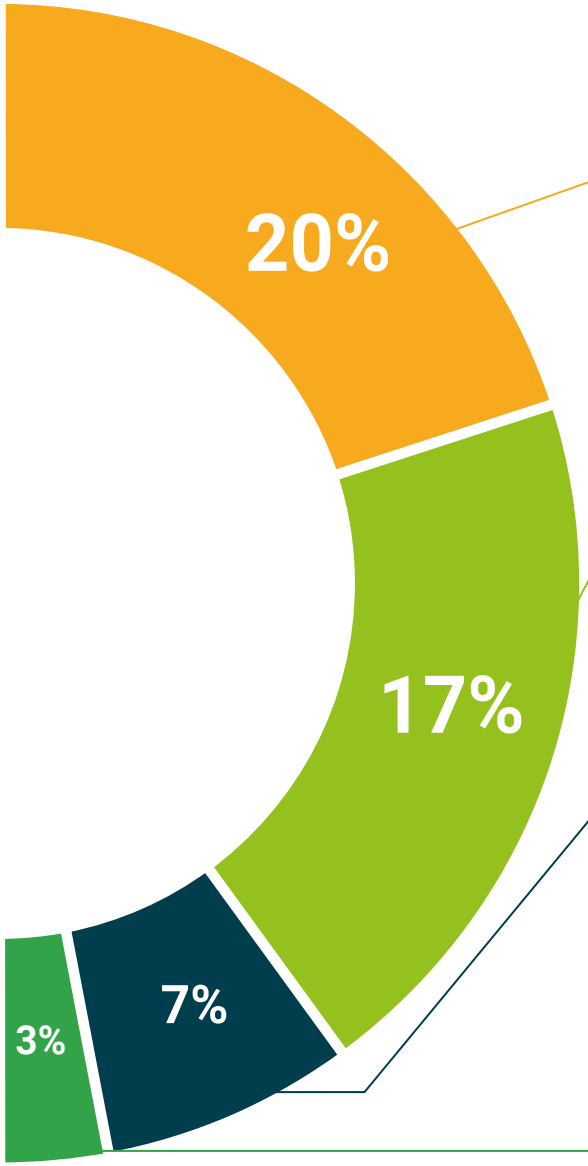
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

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

Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.

Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.

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 nuestras 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.

06

Cuadro docente

El cuadro docente de este programa está conformado por profesionales de alto nivel, con una amplia trayectoria en la aplicación de los Pilates Terapéuticos en distintos ámbitos. Gracias a su experiencia en fisioterapia, rehabilitación, entrenamiento y bienestar, aportan una visión integral que enriquece el aprendizaje. Además, su conocimiento actualizado en las últimas tendencias y evidencias científicas garantiza una enseñanza rigurosa y aplicable a la práctica profesional. A través de una metodología dinámica y enfocada en la excelencia, el equipo docente guía a los profesionales en la adquisición de competencias clave, asegurando una preparación de calidad y altamente competitiva en el sector.

Aprende de un equipo docente conformado por especialistas con una trayectoria destacada, cuyos casos de éxito incluyen la implementación de programas en centros de salud y la dirección de estudios de referencia"

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.**

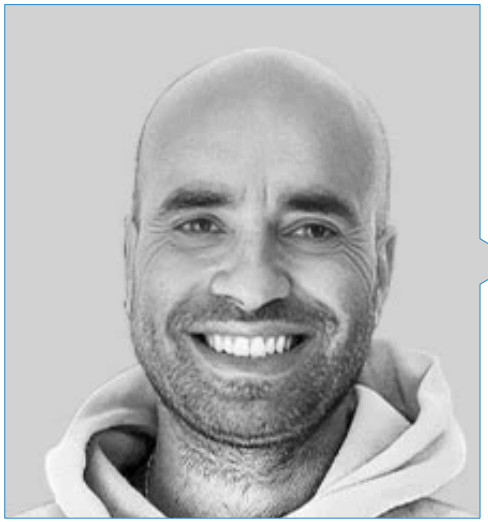
Además, ha sido un elemento clave en eventos deportivos de renombre, como los **Juegos Olímpicos de Invierno** (2002), en **Salt Lake City,** y el **Maratón de Chicago,** proporcionando **atención médica** de calidad. A esto hay que sumar su dedicación a la **divulgación,** que ha quedado reflejada en 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 (2005-2023)
- CEO Fisio 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. Cortés Lorenzo, Laura

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

D. Pérez Costa, Eduardo

- 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 Pelviperineología 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

Dña. Valiente Serrano, Noelia

- Fisioterapeuta en Fisio Domicilio Madrid
- Fisioterapeuta en Keiki Fisioterapia
- Fisioterapeuta en Jemed Importaciones

D. Longás de Jesús, Antonio

- Fisioterapeuta en clínica Lagasca
- Fisioterapeuta en Fisio Domicilio Madrid
- Fisioterapeuta en Club de Rugby Veterinaria

07

Titulación

El Máster Título Propio en Pilates Terapéutico garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Máster Propio expedido por TECH Universidad.

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

Este **Máster Título Propio en Pilates Terapéutico** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal* con acuse de recibo su correspondiente título de **Máster Propio** emitido por **TECH Universidad.**

Este título expedido por **TECH Universidad** expresará la calificación que haya obtenido en el Máster Título Propio, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

Título: **Máster Título Propio en Pilates Terapéutico**

Modalidad: **No escolarizada (100% en línea)**

Duración: **12 meses**

tech universidad

C. _____, con documento de identificación _____ ha superado con éxito y obtenido el título de:

Máster Título Propio en Pilates Terapéutico

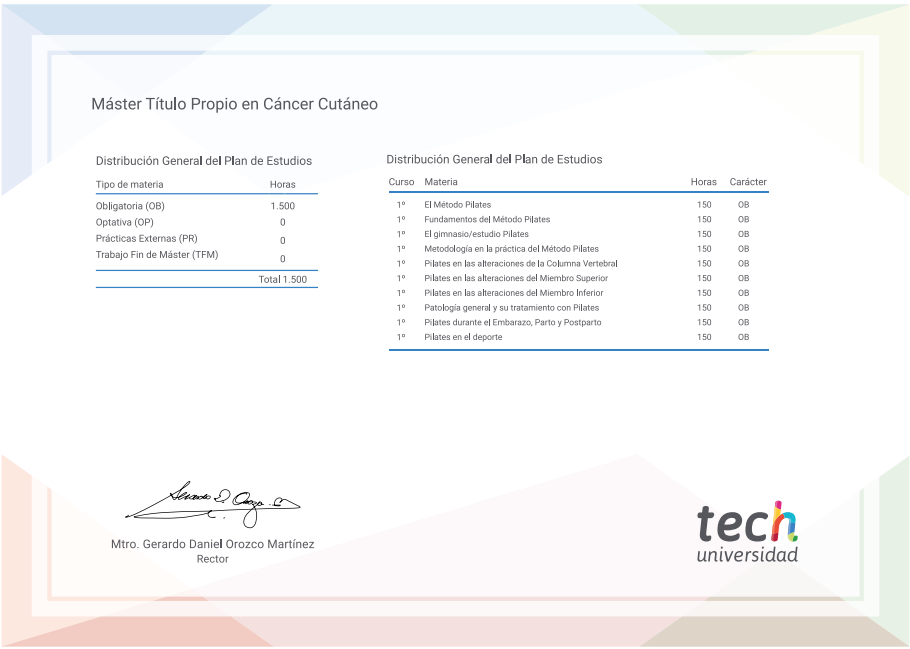
Se trata de un título propio de esta Universidad con una duración de 1.500 horas, con fecha de inicio dd/mm/aaaa y fecha de finalización dd/mm/aaaa.

TECH es una Institución Particular de Educación Superior reconocida por la Secretaría de Educación Pública a partir del 28 de junio de 2024.

En Ciudad de México, a 31 de mayo de 2024

Mtro. Gerardo Daniel Orozco Martínez
Rector

Este título propio se deberá acompañar siempre del título universitario habilitante expedido por la autoridad competente para ejercer profesionalmente en cada país. código único TECH: AFWOR23S techtitute.com/titulos



Máster Título Propio en Cáncer Cutáneo

Distribución General del Plan de Estudios

Tipo de materia	Horas
Obligatoria (OB)	1.500
Optativa (OP)	0
Prácticas Externas (PR)	0
Trabajo Fin de Máster (TFM)	0
	Total 1.500

Distribución General del Plan de Estudios

Curso	Materia	Horas	Carácter
1º	El Método Pilates	150	OB
1º	Fundamentos del Método Pilates	150	OB
1º	El gimnasio/estudio Pilates	150	OB
1º	Metodología en la práctica del Método Pilates	150	OB
1º	Pilates en las alteraciones de la Columna Vertebral	150	OB
1º	Pilates en las alteraciones del Miembro Superior	150	OB
1º	Pilates en las alteraciones del Miembro Inferior	150	OB
1º	Patología general y su tratamiento con Pilates	150	OB
1º	Pilates durante el Embarazo, Parto y Postparto	150	OB
1º	Pilates en el deporte	150	OB

Mtro. Gerardo Daniel Orozco Martínez
Rector

tech universidad

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

Máster Título Propio
Pilates Terapéutico

- Modalidad: **online**
- Duración: **12 meses**
- Titulación: **TECH Universidad**
- Horario: **a tu ritmo**
- Exámenes: **online**

Máster Título Propio

Pilates Terapéutico

tech universidad