

Mestrado Próprio

Pilates Terapêutico



Mestrado Próprio Pilates Terapêutico

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: www.techtitute.com//br/medicina/executive-master/mestrado-proprio-pilates-terapeutico

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Competências

pág. 12

04

Direção do curso

pág. 16

05

Estrutura e conteúdo

pág. 20

06

Metodologia

pág. 32

07

Certificado

pág. 40

01

Apresentação

A literatura científica existente destaca os benefícios do Pilates Terapêutico, especialmente no tratamento de Distúrbios Musculoesqueléticos. Esse apoio levou à promoção desse tipo de atividade física para pessoas que buscam aliviar a dor muscular ou melhorar determinadas patologias do sistema locomotor. Nesse sentido, a TECH elaborou uma capacitação 100% online, que fornece ao médico uma atualização sobre os exercícios mais eficazes para cada doença, os elementos para sua execução, a prevenção de lesões e a abordagem do supertreinamento de monitores e profissionais. Tudo isso a partir de um programa de estudos que oferece uma abordagem teórico-prática e o melhor material didático multimídia, para que o aluno possa realizar uma atualização efetiva em apenas 12 meses.





“

Um Mestrado Próprio que proporciona a você as mais recentes evidências científicas sobre os benefícios do Pilates Terapêutico no tratamento de Patologias do Sistema Locomotor”

O trabalho de respiração, contração muscular e flexibilidade, em coordenação com uma execução controlada e fluida de cada movimento corporal, é a base do método Pilates. Estudos científicos, alguns deles longitudinais, demonstraram os benefícios de sua prática em pacientes com problemas musculoesqueléticos.

Sem dúvida, sua eficácia faz com que seja necessário que os médicos conheçam os exercícios usados nos centros de reabilitação para tratar determinadas patologias, inclusive as neurológicas, a metodologia empregada e os equipamentos utilizados. Nesse sentido, a TECH desenvolveu o Mestrado Próprio em Pilates Terapêutico com uma duração de apenas 12 meses.

Um programa de estudos avançado, que destaca a atividade física como ferramenta para o manejo de condições dolorosas e o catálogo de exercícios adequados de acordo com a anatomia afetada ou a orientação para o fortalecimento ou elasticidade muscular. Além disso, este programa de estudos inclui áreas terapêuticas recentes baseadas em novas evidências e experiências do corpo docente que compõe essa opção acadêmica.

Tudo isso, além disso, com um ritmo dinâmico proporcionado pelos vídeos em detalhes, pelos resumos em vídeo de cada tópico, pelas leituras especializadas e pelos cenários de simulações, elaborados pela equipe de ensino. Também é mais atraente para os médicos devido à sua flexibilidade. Tudo o que o profissional precisa é de um dispositivo digital para acessar a qualquer hora do dia o conteúdo que se encontra na plataforma virtual. Assim, com uma metodologia exclusivamente online e sem aulas com horário fixo, os alunos têm maior liberdade para autogerir seu tempo nessa proposta acadêmica de vanguarda.

Este **Mestrado Próprio em Pilates Terapêutico** 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



Uma instituição acadêmica que se adapta a você e cria um programa de estudos que lhe permitirá conciliar suas atividades diárias com uma capacitação de qualidade”

“

Atualize-se sobre os debates mais recentes no campo terapêutico sobre o Pilates, analisando em profundidade seus benefícios e contraindicações”

O corpo docente deste curso inclui profissionais da área que transferem a experiência do seu trabalho para este curso, além de especialistas reconhecidos de sociedades científicas 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.

A estrutura deste programa se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, onde o profissional deverá tentar resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do curso acadêmico. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos.

Deseja manter-se atualizado com os mais recentes avanços em Pilates neurológico? Faça isso por meio desta capacitação desenvolvida pela TECH.

Uma jornada acadêmica que permitirá que você aprenda desde o Pilates Clássico ao Pilates Terapêutico e de Reabilitação.

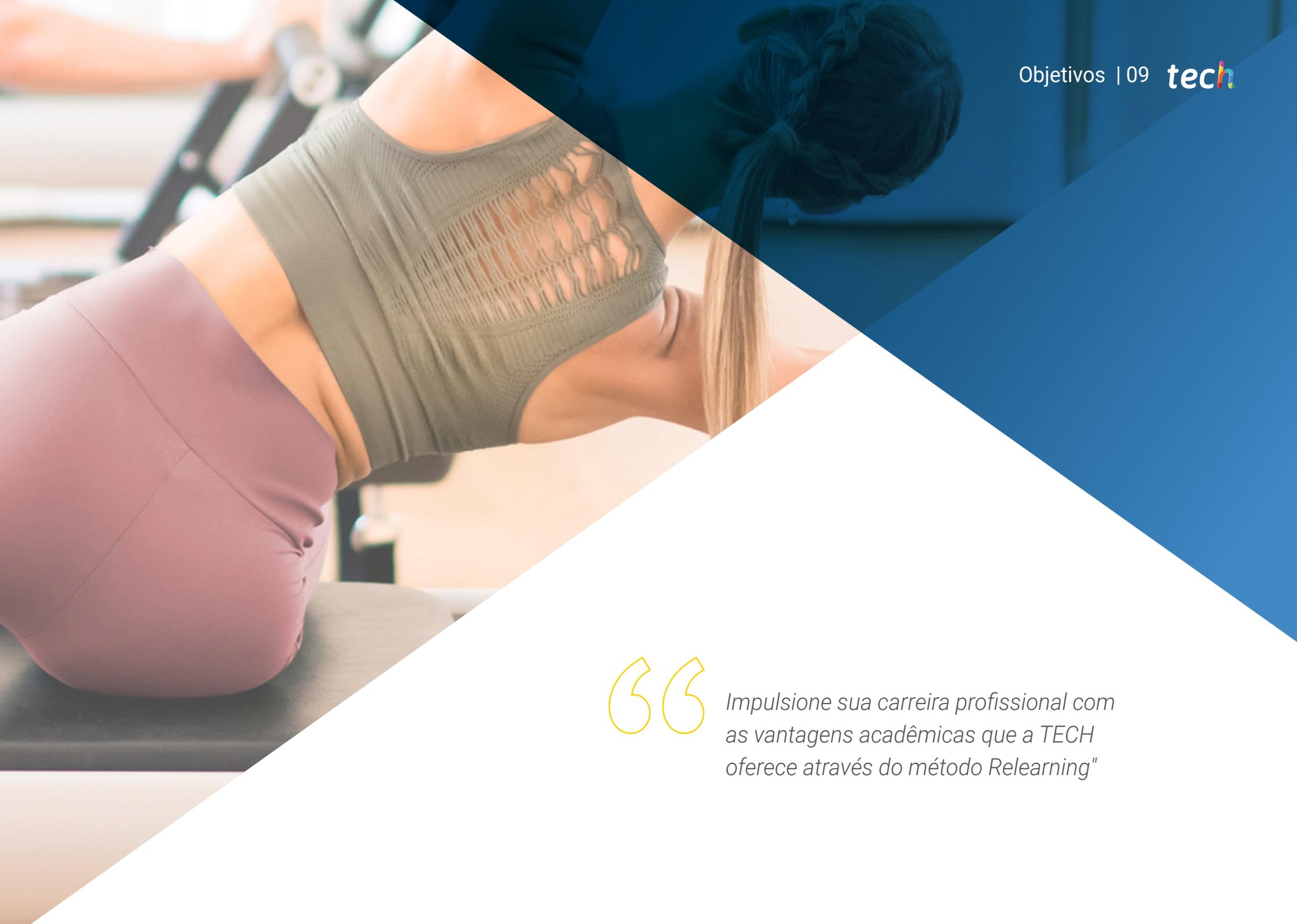


02

Objetivos

A evolução das metodologias e ferramentas de trabalho do Método Pilates permitiu que esse conjunto de técnicas alcançasse maiores e melhores abordagens terapêuticas para diversas patologias. Atualmente, são bem conhecidos seus benefícios durante a gravidez, o parto e a recuperação pós-parto. Seu potencial na reabilitação de pacientes com AVC também está sendo cada vez mais analisado pela comunidade médica. Por meio deste Mestrado Próprio, os alunos da TECH poderão ter acesso a todo esse conhecimento, adaptando-o de forma holística à sua prática diária.





“

Impulsione sua carreira profissional com as vantagens acadêmicas que a TECH oferece através do método Relearning”



Objetivos gerais

- ♦ Aprimorar o conhecimento e as habilidades profissionais na prática e no ensino de exercícios de Pilates no solo, em diferentes aparelhos 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

Módulo 1. Método Pilates

- ♦ Conhecer os antecedentes do Pilates
- ♦ Aprofundar-se na história do Pilates
- ♦ Descrever a metodologia do Pilates

Módulo 2. Fundamentos do Método Pilates

- ♦ Aprofundar-se nos fundamentos do Pilates
- ♦ Identificar os exercícios mais relevantes
- ♦ Explicar as posições de Pilates que devem ser evitadas

Módulo 3. A academia de Pilates

- ♦ Descrever o espaço onde o Pilates é realizado
- ♦ Atualizar-se em relação aos aparelhos de Pilates
- ♦ Apresentar protocolos e progressões de exercícios

Módulo 4. Metodologia na prática do Método Pilates

- ♦ Sistematizar sessões com base no Método Pilates
- ♦ Definir tipos de sessões com base no Método Pilates
- ♦ Aprofundar-se nas controvérsias e no Método Pilates bem aplicado

Módulo 5. Pilates nas alterações da Coluna Vertebral

- ♦ 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

Módulo 6. Pilates nas alterações dos Membros Superiores

- ♦ Identificar as patologias do Ombro e sua abordagem
- ♦ Desenvolver conhecimento sobre a patologia do Cotovelo e sua abordagem
- ♦ Aprofundar-se na patologia do Punho e sua abordagem

Módulo 7. Pilates nas alterações dos Membros Inferiores

- ♦ Detectar características distintivas de cada lesão
- ♦ Abordar alterações por meio de exercícios baseados no Método Pilates
- ♦ Adequar protocolos de exercícios específicos para o processo de recuperação de lesões

Módulo 8. Patologia geral e seu tratamento com Pilates

- ♦ Dominar características de cada patologia
- ♦ Identificar os principais sinais de cada patologia
- ♦ Abordar alterações por meio de exercícios baseados no Método Pilates

Módulo 9. Pilates durante a gravidez, o parto e o pós-parto

- ♦ Diferenciar as diversas fases da gravidez
- ♦ Determinar exercícios específicos para cada fase
- ♦ Orientar mulheres durante a gravidez, o parto e o período pós-parto

Módulo 10. Pilates no esporte

- ♦ Identificar as lesões mais frequentes em cada esporte
- ♦ Indicar os fatores de risco que predisõem à lesão
- ♦ Selecionar exercícios baseados no Método Pilates adaptados a cada esporte

03

Competências

Por meio deste programa de estudos, os alunos poderão se aprofundar em abordagens terapêuticas inovadoras que combinam exercícios para fortalecer os músculos e melhorar a flexibilidade de pessoas afetadas por várias enfermidades. Dessa forma, cada aluno adquire um sólido conjunto de competências que, quando incorporadas à sua prática diária, servirão de base para uma carreira profissional diferenciada. Ao incorporar os exercícios disruptivos discutidos no programa de estudos, o aluno contará com o mais alto nível de habilidades para otimizar o processo de recuperação das pessoas sob seus cuidados.



“

As competências que você desenvolverá por meio deste programa de estudos permitirá que você obtenha uma prática holística e atualizada do uso do Pilates como estratégia terapêutica durante a gravidez, o parto e o pós-parto”

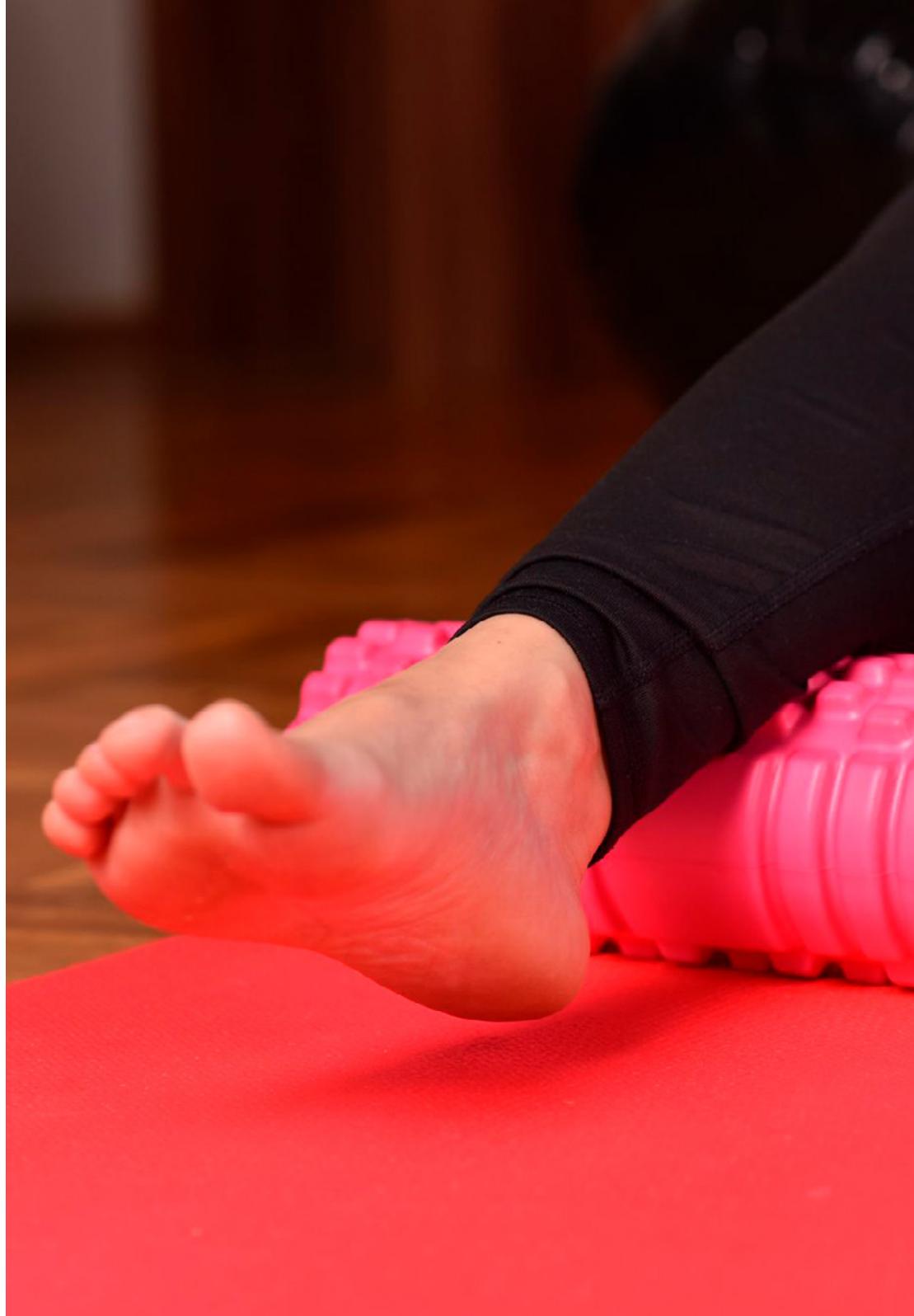


Competências gerais

- ♦ Atualizar conhecimento e as habilidades profissionais na prática e no ensino de exercícios de Pilates no colchonete, diferentes aparelhos e com implementos
- ♦ Estabelecer um protocolo de exercícios adaptado à sintomatologia e à patologia de cada situação pessoal
- ♦ Distinguir claramente entre um exercício de Pilates bem e mal executado
- ♦ Atender e prevenir o *burn out* em instrutores de Pilates
- ♦ Ampliar as habilidades para o atendimento de profissionais que sofreram overtraining de Pilates
- ♦ Fomentar o cuidado com a Saúde, aplicando corretamente os exercícios de Pilates

“

Um programa de estudos que permitirá que você amplie suas habilidades na implementação de exercícios específicos para ajudar as mulheres a superar os problemas do assoalho pélvico por meio do Método Pilates”





Competências específicas

- ♦ Adequar as cargas dos aparelhos ao objetivo buscado com um determinado exercício em um paciente específico
- ♦ Aplicar técnicas de Pilates de força e alongamento para tratar de várias lesões
- ♦ Identificar as principais lesões causadas pela prática incorreta do Pilates em não profissionais
- ♦ Estabelecer os exercícios para pessoas com osteoporose ou com problemas de incontinência
- ♦ Continuar a pesquisa com o objetivo de aprofundar-se no Pilates
- ♦ Estabelecer protocolos para a realização dos exercícios indicados no MATT
- ♦ Abordar os problemas dos Membros Superiores e Inferiores através do Pilates
- ♦ Recomendar determinados exercícios de Pilates para prevenir patologias musculares

04

Direção do curso

A filosofia da TECH é produzir conteúdo avançado e de qualidade. Para isso, integra em suas qualificações profissionais renomados com ampla experiência em seu setor. Nesse sentido, os alunos terão à disposição um programa de estudos avançado, elaborado por autênticos especialistas, precursores do Pilates e com amplo conhecimento no campo da Medicina e das Ciências da Atividade Física. Uma oportunidade única de atualizar seus conhecimentos com os melhores especialistas.





“

Você está diante de um Mestrado Próprio com especialistas pioneiros no método Pilates”

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. Edward Laskowski

- ♦ 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 em 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 Pontifícia de Comillas

Professores

Sra. Laura Cortés Lorenzo

- ♦ Fisioterapeuta na clínica Fiosiomon e na Federación Madrileña de Hockey
- ♦ Fisioterapeuta na clínica Fiosiomon
- ♦ Fisioterapeuta no Centro de Tecnificación e na Federación Madrileña de Hockey
- ♦ Fisioterapeuta em empresas através da Fisiowork S.L.
- ♦ Fisioterapia traumatológica na Clínica Artros
- ♦ Fisioterapeuta no Club SPV51 e no Club Valdeluz de Hockey Hierba
- ♦ Formada em Fisioterapia Universidade Complutense de Madrid

Sra. Virginia Parra Nebreda

- ♦ Fisioterapeuta de Assoalho Pélvico na Fundación de Esclerosis Múltiple de Madrid
- ♦ Fisioterapeuta de Assoalho Pélvico na Clínica Letfísio
- ♦ Fisioterapeuta na Residencia de Ancianos Orpea
- ♦ Mestrado em Fisioterapia em Pelviperineologia pela Universidade de Castilla-La Mancha
- ♦ Capacitação em Ultrassonografia Funcional em Fisioterapia do Assoalho Pélvico em Homens e Mulheres na FISIOMEDIT Formación
- ♦ Capacitação em Hipopressivos na LOW PRESSURE FITNESS
- ♦ Graduação em Fisioterapia pela Universidade Complutense de Madrid

Sr. Eduardo Pérez Costa

- ♦ CEO de Move2Be Fisioterapia e Readaptação
- ♦ Fisioterapeuta autônomo, tratamento domiciliar em Madri
- ♦ Fisioterapeuta na Clínica Natal San Sebastián de los Reyes
- ♦ Reabilitador esportivo do Club de Baloncesto Zona Press
- ♦ Fisioterapeuta na filial da UD Sanse
- ♦ Fisioterapeuta de campo na Fundación Marcet
- ♦ Fisioterapeuta na clínica Pascual & Muñoz
- ♦ Fisioterapeuta na clínica Fisio Life Plus
- ♦ Mestrado em Fisioterapia Manual do Aparelho Locomotor pela Universidade de Alcalá
- ♦ Formada em Fisioterapia pela Universidade de Alcalá

Sra. Marina García Ibáñez

- ♦ Fisioterapeuta na Fundación Esclerosis Múltiple de Madrid e consulta particular domiciliar
- ♦ Fisioterapeuta de tratamento domiciliar em crianças e adultos com patologia neurológica
- ♦ Fisioterapeuta na Fundación Esclerosis Múltiple de Madrid
- ♦ Fisioterapeuta e Psicóloga na Clínica Kinés
- ♦ Fisioterapeuta na Clínica San Nicolás
- ♦ Mestrado em Fisioterapia Neurológica: Técnicas de Avaliação e Tratamento pela Universidade Europeia de Madri
- ♦ Programa Avançado de Fisioterapia Neurológica pela Universidade Europeia de Madri
- ♦ Formada em Psicologia pela Universidade Nacional de Educação à Distância (UNED)

Sra. Valiente Serrano Noelia

- ♦ Fisioterapeuta na Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapeuta na Keiki Fisioterapia
- ♦ Fisioterapeuta na Jemed Importaciones

Sr. Longás de Jesús Antonio

- ♦ Fisioterapeuta na Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapeuta na Keiki Fisioterapia
- ♦ Fisioterapeuta na Jemed Importaciones



Uma experiência única, fundamental e decisiva para impulsionar seu crescimento profissional”

05

Estrutura e conteúdo

Graças à metodologia *Relearning*, baseada na repetição contínua dos conteúdos mais relevantes deste programa de estudos, o profissional poderá consolidar os conceitos de forma simples, reduzindo assim as horas de estudo. Dessa forma, o aluno concluirá uma capacitação eficaz de atualização de 12 meses de Pilates Terapêutico. Uma atualização em que o estudante adquirirá maior dinamismo com conteúdo multimídia, estudos de casos clínicos e a literatura disponível na extensa Biblioteca Virtual deste Mestrado Próprio.





“

Uma experiência acadêmica de 1.500 horas com o conteúdo mais atualizado sobre o Método Pilates e sua aplicação no tratamento de patologias do cotovelo e outras alterações nos Membros Superiores”

Módulo 1. Método Pilates

- 1.1. Joseph Pilates
 - 1.1.1. Joseph Pilates
 - 1.1.2. Livros e postulados
 - 1.1.3. Legado
 - 1.1.4. Origem do exercício personalizado
- 1.2. Antecedentes do Método Pilates
 - 1.2.1. Referências
 - 1.2.2. Evolução
 - 1.2.3. Situação atual
 - 1.2.4. Conclusões
- 1.3. Evolução do Método
 - 1.3.1. Melhorias e modificações
 - 1.3.2. Contribuições para o método Pilates
 - 1.3.3. Pilates Terapêutico
 - 1.3.4. Pilates e Atividade Física
- 1.4. Princípios do Método Pilates
 - 1.4.1. Definição dos Princípios
 - 1.4.2. Evolução dos Princípios
 - 1.4.3. Níveis de progressão
 - 1.4.4. Conclusões
- 1.5. Pilates Clássico x Contemporâneo/Moderno
 - 1.5.1. Pontos-chave do Pilates Clássico
 - 1.5.2. Análise do Pilates Moderno/Clássico
 - 1.5.3. Contribuições do Pilates Moderno
 - 1.5.4. Conclusões
- 1.6. Pilates Solo e Pilates em Aparelhos
 - 1.6.1. Fundamentos do Pilates Solo
 - 1.6.2. Evolução do Pilates Solo
 - 1.6.3. Fundamentos do Pilates em Aparelhos
 - 1.6.4. Evolução do Pilates em Aparelhos

- 1.7. Evidência científica
 - 1.7.1. Revistas científicas relacionadas com Pilates
 - 1.7.2. Teses de doutorado sobre Pilates
 - 1.7.3. Publicações sobre Pilates
 - 1.7.4. Aplicações para Pilates
- 1.8. Orientações do Método Pilates
 - 1.8.1. Tendências Nacionais
 - 1.8.2. Tendências Internacionais
 - 1.8.3. Análise de tendências
 - 1.8.4. Conclusões
- 1.9. Escolas
 - 1.9.1. Escolas de Formação em Pilates
 - 1.9.2. Revistas
 - 1.9.3. Evolução das Escolas de Pilates
 - 1.9.4. Conclusões
- 1.10. Associações e Federações de Pilates
 - 1.10.1. Definições
 - 1.10.2. Contribuições
 - 1.10.3. Objetivos
 - 1.10.4. PMA

Módulo 2. Fundamentos do Método Pilates

- 2.1. Os diferentes conceitos do método
 - 2.1.1. Os conceitos de acordo com Joseph Pilates
 - 2.1.2. Evolução dos Conceitos
 - 2.1.3. Gerações posteriores
 - 2.1.4. Conclusões
- 2.2. Respiração
 - 2.2.1. Os diferentes tipos de respiração
 - 2.2.2. Análise dos tipos de respiração
 - 2.2.3. Os efeitos da respiração
 - 2.2.4. Conclusões

- 2.3. A pélvis como centro de estabilidade e movimento
 - 2.3.1. O Core de Joseph Pilates
 - 2.3.2. O Core científico
 - 2.3.3. Fundamento anatômico
 - 2.3.4. Core nos processos de recuperação
- 2.4. A organização da cintura escapular
 - 2.4.1. Revisão anatômica
 - 2.4.2. Biomecânica da cintura escapular
 - 2.4.3. Aplicações em Pilates
 - 2.4.4. Conclusões
- 2.5. A organização do movimento do membro inferior
 - 2.5.1. Revisão anatômica
 - 2.5.2. Biomecânica do membro inferior
 - 2.5.3. Aplicações em Pilates
 - 2.5.4. Conclusões
- 2.6. A articulação da coluna vertebral
 - 2.6.1. Revisão anatômica
 - 2.6.2. Biomecânica da coluna vertebral
 - 2.6.3. Aplicações em Pilates
 - 2.6.4. Conclusões
- 2.7. Alinhamentos de segmentos corporais
 - 2.7.1. A postura
 - 2.7.2. A postura em Pilates
 - 2.7.3. Alinhamentos segmentares
 - 2.7.4. Cadeias musculares e fasciais
- 2.8. A integração funcional
 - 2.8.1. Conceito de integração funcional
 - 2.8.2. Implicações em diferentes atividades
 - 2.8.3. A tarefa
 - 2.8.4. O contexto

- 2.9. Fundamentos do Pilates Terapêutico
 - 2.9.1. História do Pilates Terapêutico
 - 2.9.2. Conceitos no Pilates Terapêutico
 - 2.9.3. Critérios no Pilates Terapêutico
 - 2.9.4. Exemplos de lesões ou patologias
- 2.10. Pilates Clássico e Pilates Terapêutico
 - 2.10.1. Diferenças entre os dois métodos
 - 2.10.2. Justificativa
 - 2.10.3. Progressão
 - 2.10.4. Conclusões

Módulo 3. A academia/estudio de Pilates

- 3.1. O Reformer
 - 3.1.1. Introdução ao Reformer
 - 3.1.2. Benefícios do Reformer
 - 3.1.3. Principais exercícios no Reformer
 - 3.1.4. Principais erros no Reformer
- 3.2. O Cadillac ou Trapeze table
 - 3.2.1. Introdução ao Cadillac
 - 3.2.2. Benefícios do Cadillac
 - 3.2.3. Principais exercícios no Cadillac
 - 3.2.4. Principais erros no Cadillac
- 3.3. A cadeira
 - 3.3.1. Introdução do Chair
 - 3.3.2. Benefícios do Chair
 - 3.3.3. Principais exercícios no chair
 - 3.3.4. Principais erros no chair
- 3.4. Barrel
 - 3.4.1. Introdução ao Barrel
 - 3.4.2. Benefícios do Barrel
 - 3.4.3. Principais exercícios no Barrel
 - 3.4.4. Principais erros no Barrel

- 3.5. Modelos “Combo”
 - 3.5.1. Introdução ao modelo Combo
 - 3.5.2. Benefícios do modelo Combo
 - 3.5.3. Principais exercícios do modelo Combo
 - 3.5.4. Principais erros do modelo Combo
- 3.6. O aro flexível
 - 3.6.1. Introdução ao aro flexível
 - 3.6.2. Benefícios do aro flexível
 - 3.6.3. Principais exercícios do aro flexível
 - 3.6.4. Principais erros do aro flexível
- 3.7. O *Spine* Corrector
 - 3.7.1. Introdução ao *Spine* corrector
 - 3.7.2. Benefícios do *Spine* corrector
 - 3.7.3. Principais exercícios no *Spine* corrector
 - 3.7.4. Principais erros do *Spine* corrector
- 3.8. Implementos adaptados ao método
 - 3.8.1. *Foam roller*
 - 3.8.2. *Fit Ball*
 - 3.8.4. Faixas elásticas
 - 3.8.5. Bosu
- 3.9. Espaço
 - 3.9.1. Preferências de equipamento
 - 3.9.2. O espaço de Pilates
 - 3.9.3. Instrumental de pilates
 - 3.9.4. Boas práticas de espaço
- 3.10. O ambiente
 - 3.10.1. Conceito de ambiente
 - 3.10.2. Características de diferentes ambientes
 - 3.10.3. Escolha do ambiente
 - 3.10.4. Conclusões



Módulo 4. Metodologia na prática do Método Pilates

- 4.1. A sessão inicial
 - 4.1.1. Avaliação inicial
 - 4.1.2. Consentimento informado
 - 4.1.3. Palavras e comandos relacionados ao Pilates
 - 4.1.4. Começo do Método Pilates
- 4.2. Avaliação inicial
 - 4.2.1. Avaliação postural
 - 4.2.2. Avaliação da flexibilidade
 - 4.2.3. Avaliação coordenada
 - 4.2.4. Planejamento da sessão. Ficha Pilates
- 4.3. A aula de Pilates
 - 4.3.1. Exercícios iniciais
 - 4.3.2. Grupos de estudantes
 - 4.3.3. Posicionamento, voz, correções
 - 4.3.4. O descanso
- 4.4. Os alunos-pacientes
 - 4.4.1. Tipos de alunos de Pilates
 - 4.4.2. Compromisso personalizado
 - 4.4.3. Os objetivos do aluno
 - 4.4.4. A escolha do método
- 4.5. Progressão e Regressão dos exercícios
 - 4.5.1. Introdução às progressões e regressões
 - 4.5.2. As progressões
 - 4.5.3. As regressões
 - 4.5.4. A evolução do tratamento
- 4.6. Protocolo geral
 - 4.6.1. Um protocolo básico generalizado
 - 4.6.2. Respeitar fundamentos dos Pilates
 - 4.6.3. Análise do protocolo
 - 4.6.4. Funções do protocolo

- 4.7. Indicações de exercícios
 - 4.7.1. Características: posição inicial
 - 4.7.2. Contraindicações de exercícios
 - 4.7.3. Auxílios verbais e táteis
 - 4.7.4. Programação de aulas
- 4.8. O professor/instrutor
 - 4.8.1. Análise do aluno
 - 4.8.2. Tipos de professores
 - 4.8.3. Geração do ambiente adequado
 - 4.8.4. Acompanhamento do aluno
- 4.9. O programa base
 - 4.9.1. Pilates para principiantes
 - 4.9.2. Pilates para intermediários
 - 4.9.3. Pilates para especialistas
 - 4.9.4. Pilates profissional
- 4.10. Software para estudo de Pilates
 - 4.10.1. Principais softwares para estúdio de Pilates
 - 4.10.2. Aplicativo de Pilates
 - 4.10.3. A mais recente tecnologia no estúdio de Pilates
 - 4.10.4. Avanços mais significativos no estudo do Pilates

Módulo 5. Pilates nas alterações da Coluna Vertebral

- 5.1. Revisão anatômica básica
 - 5.1.1. Biomecânica da coluna vertebral
 - 5.1.2. Miologia da coluna vertebral
 - 5.1.3. Biomecânica da coluna vertebral
 - 5.1.4. Conclusões
- 5.2. Patologia frequentes suscetíveis de tratamento com Pilates
 - 5.2.1. Patologias do crescimento
 - 5.2.2. Patologias em idosos
 - 5.2.3. Patologias na pessoa sedentária
 - 5.2.4. Patologias em atletas
- 5.3. Exercícios indicados no MATT, em aparelhos e com acessórios. Protocolo geral
 - 5.3.1. Exercícios de alongamento
 - 5.3.2. Exercícios de estabilização central
 - 5.3.3. Exercícios de mobilização das articulações
 - 5.3.4. Exercícios de fortalecimento
 - 5.3.5. Exercícios funcionais
- 5.4. Patologia discal
 - 5.4.1. Patomecânica
 - 5.4.2. Síndromes discais
 - 5.4.3. Diferenças entre os tipos de patologias
 - 5.4.4. Boas práticas
- 5.5. Patologia articular
 - 5.5.1. Patomecânica
 - 5.5.2. Síndromes articulares
 - 5.5.3. Tipos de Patologia
 - 5.5.4. Conclusões
- 5.6. Patologia muscular
 - 5.6.1. Patomecânica
 - 5.6.2. Síndromes musculares
 - 5.6.3. Tipos de patologias
 - 5.6.4. Conclusões
- 5.7. Patologia da coluna cervical
 - 5.7.1. Sintomas
 - 5.7.2. Síndromes cervicais
 - 5.7.3. Protocolos específicos
 - 5.7.4. Conclusões
- 5.8. Patologia da coluna dorsal
 - 5.8.1. Sintomas
 - 5.8.2. Síndromes dorsais
 - 5.8.3. Protocolos específicos
 - 5.8.4. Conclusões

- 5.9. Patologia coluna lombar
 - 5.9.1. Sintomas
 - 5.9.2. Síndromes lombares
 - 5.9.3. Protocolos específicos
 - 5.9.4. Conclusões
- 5.10. Patologia sacroilíaca
 - 5.10.1. Sintomas
 - 5.10.2. Síndromes lombares
 - 5.10.3. Protocolos específicos
 - 5.10.4. Conclusões

Módulo 6. Pilates nas alterações dos Membros Superiores

- 6.1. Revisão anatômica básica
 - 6.1.1. Osteologia do Membro Superior
 - 6.1.2. Miologia do Membro Superior
 - 6.1.3. Biomecânica do Membro Superior
 - 6.1.4. Boas práticas
- 6.2. Exercícios de estabilização
 - 6.2.1. Introdução aos Exercícios de Estabilização
 - 6.2.2. Exercícios de estabilização MATT
 - 6.2.3. Exercícios de estabilização em aparelhos
 - 6.2.4. Melhores exercícios de estabilização
- 6.3. Exercícios de mobilização das articulações
 - 6.3.1. Introdução aos exercícios de mobilidade articular
 - 6.3.2. Exercícios de mobilidade articular MATT
 - 6.3.3. Exercícios de mobilidade articular em aparelhos
 - 6.3.4. Melhores exercícios de mobilidade articular
- 6.4. Exercícios de fortalecimento
 - 6.4.1. Introdução aos exercícios de fortalecimento
 - 6.4.2. Exercícios de fortalecimento MATT
 - 6.4.3. Exercícios de fortalecimento em aparelhos
 - 6.4.4. Melhores exercícios de fortalecimento

- 6.5. Exercícios funcionais
 - 6.5.1. Introdução aos exercícios funcionais
 - 6.5.2. Exercícios funcionais MATT
 - 6.5.3. Exercícios funcionais em aparelhos
 - 6.5.4. Melhores exercícios funcionais
- 6.6. Patologia do ombro Protocolos específicos
 - 6.6.1. Ombro doloroso
 - 6.6.2. Ombro congelado
 - 6.6.3. Ombro hipomóvel
 - 6.6.4. Exercícios para os ombros
- 6.7. Patologia do cotovelo. Protocolos específicos
 - 6.7.1. Patologia articular
 - 6.7.2. Lesões musculotendíneas
 - 6.7.3. Cotovelo pós-traumático ou pós-cirúrgico
 - 6.7.4. Exercícios para o cotovelo
- 6.8. Patologia do punho
 - 6.8.1. Principais síndromes
 - 6.8.2. Tipos de patologias do punho
 - 6.8.3. Exercícios para o punho
 - 6.8.4. Conclusões
- 6.9. Patologia da mão
 - 6.9.1. Principais síndromes
 - 6.9.2. Tipos de patologias da mãos
 - 6.9.3. Exercícios para as mãos
 - 6.9.4. Conclusões
- 6.10. Compressão de nervos nos Membros Superiores
 - 6.10.1. Plexo braquial
 - 6.10.2. Nervos periféricos
 - 6.10.3. Tipos de patologias
 - 6.10.4. Exercícios para compressão de nervos dos Membros Superiores

Módulo 7. Pilates nas alterações dos Membros Inferiores

- 7.1. Revisão anatômica básica
 - 7.1.1. Osteologia dos Membro Inferiores
 - 7.1.2. Miologia do Membros Inferiores
 - 7.1.3. Biomecânica dos Membros Inferiores
 - 7.1.4. Boas práticas
- 7.2. Patologia frequentes suscetíveis de tratamento com Pilates
 - 7.2.1. Patologias do crescimento
 - 7.2.2. Patologias em atletas
 - 7.2.3. Outros tipos de patologias
 - 7.2.4. Conclusões
- 7.3. Exercícios indicados no MATT, em aparelhos e com implementos. Protocolo geral
 - 7.3.1. Exercícios de dissociação
 - 7.3.2. Exercícios de mobilização
 - 7.3.3. Exercícios de fortalecimento
 - 7.3.4. Exercícios funcionais
- 7.4. Patologia da quadril
 - 7.4.1. Patologia articular
 - 7.4.2. Lesões musculotendíneas
 - 7.4.3. Patologia cirúrgica. Próteses
 - 7.4.4. Exercícios para o quadril
- 7.5. Patologia do joelho
 - 7.5.1. Patologia articular
 - 7.5.2. Lesões musculotendíneas
 - 7.5.3. Patologia cirúrgica. Próteses
 - 7.5.4. Exercícios para o joelho
- 7.6. Patologia do tornozelo
 - 7.6.1. Patologia articular
 - 7.6.2. Lesões musculotendíneas
 - 7.6.3. Patologia cirúrgica
 - 7.6.4. Exercícios para o tornozelo

- 7.7. Patologia do pé
 - 7.7.1. Patologia articular e fascial
 - 7.7.2. Lesões musculotendíneas
 - 7.7.3. Patologia cirúrgica
 - 7.7.4. Exercícios para os pés
- 7.8. Compressão de nervos nos Membros Inferiores
 - 7.8.1. Plexo braquial
 - 7.8.2. Nervos periféricos
 - 7.8.3. Tipos de patologias
 - 7.8.4. Exercícios para compressão de nervos dos Membros Inferiores
- 7.9. Análise da cadeia anterolateral dos Membros Inferiores
 - 7.9.1. O que é a cadeia anterolateral e qual a sua importância para o paciente
 - 7.9.2. Aspectos importantes para a avaliação
 - 7.9.3. Relação da cadeia com a patologia já descrita
 - 7.9.4. Exercícios para trabalhar a cadeia anterolateral
- 7.10. Análise da cadeia posteromedial dos Membros Inferiores
 - 7.10.1. O que é a cadeia posteromedial e qual a sua importância para o paciente
 - 7.10.2. Aspectos importantes para a avaliação
 - 7.10.3. Relação da cadeia com a patologia já descrita
 - 7.10.4. Exercícios para trabalhar a cadeia posteromedial

Módulo 8. Patologia geral e seu tratamento com Pilates

- 8.1. Sistema nervoso
 - 8.1.1. Sistema nervoso central
 - 8.1.2. Sistema nervoso periférico
 - 8.1.3. Breve descrição das vias neurais
 - 8.1.4. Benefícios do Pilates na patologia neurológica
- 8.2. Avaliação neurológica com foco em Pilates
 - 8.2.1. Anamnese
 - 8.2.2. Avaliação da força e tom
 - 8.2.3. Avaliação da sensibilidade
 - 8.2.4. Testes e escalas

- 8.3. Patologias neurológicas mais prevalentes e evidências científicas no Pilates
 - 8.3.1. Breve descrição das patologias
 - 8.3.2. Princípios básicos de Pilates na patologia neurológica
 - 8.3.3. Adaptação das posições de Pilates
 - 8.3.4. Adaptação dos exercícios de Pilates
- 8.4. Esclerose múltipla
 - 8.4.1. Descrição da patologia
 - 8.4.2. Avaliação das capacidades do paciente
 - 8.4.3. Adaptação dos exercícios de Pilates Solo
 - 8.4.4. Adaptação dos exercícios de Pilates com elementos
- 8.5. Acidente Vascular Cerebral (AVC)
 - 8.5.1. Descrição da patologia
 - 8.5.2. Avaliação das capacidades do paciente
 - 8.5.3. Adaptação dos exercícios de Pilates Solo
 - 8.5.4. Adaptação dos exercícios de Pilates com elementos
- 8.6. Parkinson
 - 8.6.1. Descrição da patologia
 - 8.6.2. Avaliação das capacidades do paciente
 - 8.6.3. Adaptação dos exercícios de Pilates Solo
 - 8.6.4. Adaptação dos exercícios de Pilates com elementos
- 8.7. Paralisia cerebral
 - 8.7.1. Descrição da patologia
 - 8.7.2. Avaliação das capacidades do paciente
 - 8.7.3. Adaptação dos exercícios de Pilates Solo
 - 8.7.4. Adaptação dos exercícios de Pilates com elementos
- 8.8. Adultos idosos
 - 8.8.1. Doenças associadas à idade
 - 8.8.2. Avaliação das capacidades do paciente
 - 8.8.3. Exercícios indicados
 - 8.8.4. Exercícios contraindicados

- 8.9. Osteoporose
 - 8.9.1. Descrição da patologia
 - 8.9.2. Avaliação das capacidades do paciente
 - 8.9.3. Exercícios indicados
 - 8.9.4. Exercícios contraindicados
- 8.10. Problemas do Assoalho Pélvico: Incontinência Urinária
 - 8.10.1. Descrição da patologia
 - 8.10.2. Incidência e prevalência
 - 8.10.3. Exercícios indicados
 - 8.10.4. Exercícios contraindicados

Módulo 9. Pilates durante a gravidez, o parto e o pós-parto

- 9.1. Primeiro trimestre
 - 9.1.1. Mudanças no primeiro trimestre
 - 9.1.2. Benefícios e objetivos
 - 9.1.3. Exercícios indicados
 - 9.1.4. Contraindicações
- 9.2. Segundo trimestre
 - 9.2.1. Mudanças no segundo trimestre
 - 9.2.2. Benefícios e objetivos
 - 9.2.3. Exercícios indicados
 - 9.2.4. Contraindicações
- 9.3. Terceiro trimestre
 - 9.3.1. Mudanças no terceiro trimestre
 - 9.3.2. Benefícios e objetivos
 - 9.3.3. Exercícios indicados
 - 9.3.4. Contraindicações
- 9.4. Parto
 - 9.4.1. Fase de dilatação e parto
 - 9.4.2. Benefícios e objetivos
 - 9.4.3. Recomendações
 - 9.4.4. Contraindicações

- 9.5. Pós-parto imediato
 - 9.5.1. Recuperação e puerpério
 - 9.5.2. Benefícios e objetivos
 - 9.5.3. Exercícios indicados
 - 9.5.4. Contraindicações
- 9.6. Incontinência urinária e Assoalho Pélvico
 - 9.6.1. Anatomia implicada
 - 9.6.2. Fisiopatologia
 - 9.6.3. Exercícios indicados
 - 9.6.4. Contraindicações
- 9.7. Problemas na gravidez e abordagem usando o Método Pilates
 - 9.7.1. Mudança na estática corporal
 - 9.7.2. Problemas mais frequentes
 - 9.7.3. Exercícios indicados
 - 9.7.4. Contraindicações
- 9.8. Preparação para a gravidez
 - 9.8.1. Benefícios da preparação física durante a gravidez
 - 9.8.2. Atividade física recomendada
 - 9.8.3. Exercícios indicados na primeira gravidez
 - 9.8.4. Preparação durante a busca da segunda gravidez e subsequentes
- 9.9. Pós-parto tardio
 - 9.9.1. Alterações anatômicas de longo prazo
 - 9.9.2. Preparação para o retorno à atividade física
 - 9.9.3. Exercícios indicados
 - 9.9.4. Contraindicações
- 9.10. Alterações pós-parto
 - 9.10.1. Diástase abdominal
 - 9.10.2. Prolapsos dos Órgãos Pélvicos
 - 9.10.3. Alterações na musculatura abdominal profunda
 - 9.10.4. Indicações e contra-indicações na cesárea



Módulo 10. Pilates no esporte

- 10.1. Futebol
 - 10.1.1. Lesões mais frequentes
 - 10.1.2. Pilates como tratamento e prevenção
 - 10.1.3. Benefícios e objetivos
 - 10.1.4. Exemplo em esportistas de elite
- 10.2. Esportes com raquete
 - 10.2.1. Lesões mais frequentes
 - 10.2.2. Pilates como tratamento e prevenção
 - 10.2.3. Benefícios e objetivos
 - 10.2.4. Exemplo em esportistas de elite
- 10.3. Basquetebol
 - 10.3.1. Lesões mais frequentes
 - 10.3.2. Pilates como tratamento e prevenção
 - 10.3.3. Benefícios e objetivos
 - 10.3.4. Exemplo em esportistas de elite
- 10.4. Handebol
 - 10.4.1. Lesões mais frequentes
 - 10.4.2. Pilates como tratamento e prevenção
 - 10.4.3. Benefícios e objetivos
 - 10.4.4. Exemplo em esportistas de elite
- 10.5. Golf
 - 10.5.1. Lesões mais frequentes
 - 10.5.2. Pilates como tratamento e prevenção
 - 10.5.3. Benefícios e objetivos
 - 10.5.4. Exemplo em esportistas de elite
- 10.6. Natação
 - 10.6.1. Lesões mais frequentes
 - 10.6.2. Pilates como tratamento e prevenção
 - 10.6.3. Benefícios e objetivos
 - 10.6.4. Exemplo em esportistas de elite
- 10.7. Atletismo
 - 10.7.1. Lesões mais frequentes
 - 10.7.2. Pilates como tratamento e prevenção
 - 10.7.3. Benefícios e objetivos
 - 10.7.4. Exemplo em esportistas de elite
- 10.8. Dança e artes cênicas
 - 10.8.1. Lesões mais frequentes
 - 10.8.2. Pilates como tratamento e prevenção
 - 10.8.3. Benefícios e objetivos
 - 10.8.4. Exemplo em esportistas de elite
- 10.9. Hóquei em Patins
 - 10.9.1. Lesões mais frequentes
 - 10.9.2. Pilates como tratamento e prevenção
 - 10.9.3. Benefícios e objetivos
 - 10.9.4. Exemplo em esportistas de elite
- 10.10. Rugby
 - 10.10.1. Lesões mais frequentes
 - 10.10.2. Pilates como tratamento e prevenção
 - 10.10.3. Benefícios e objetivos
 - 10.10.4. Exemplo em esportistas de elite



Um programa de estudos desenvolvido para manter você atualizado com os exercícios de Pilates mais eficazes para pacientes com lesões nas costas e na coluna”

06

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:

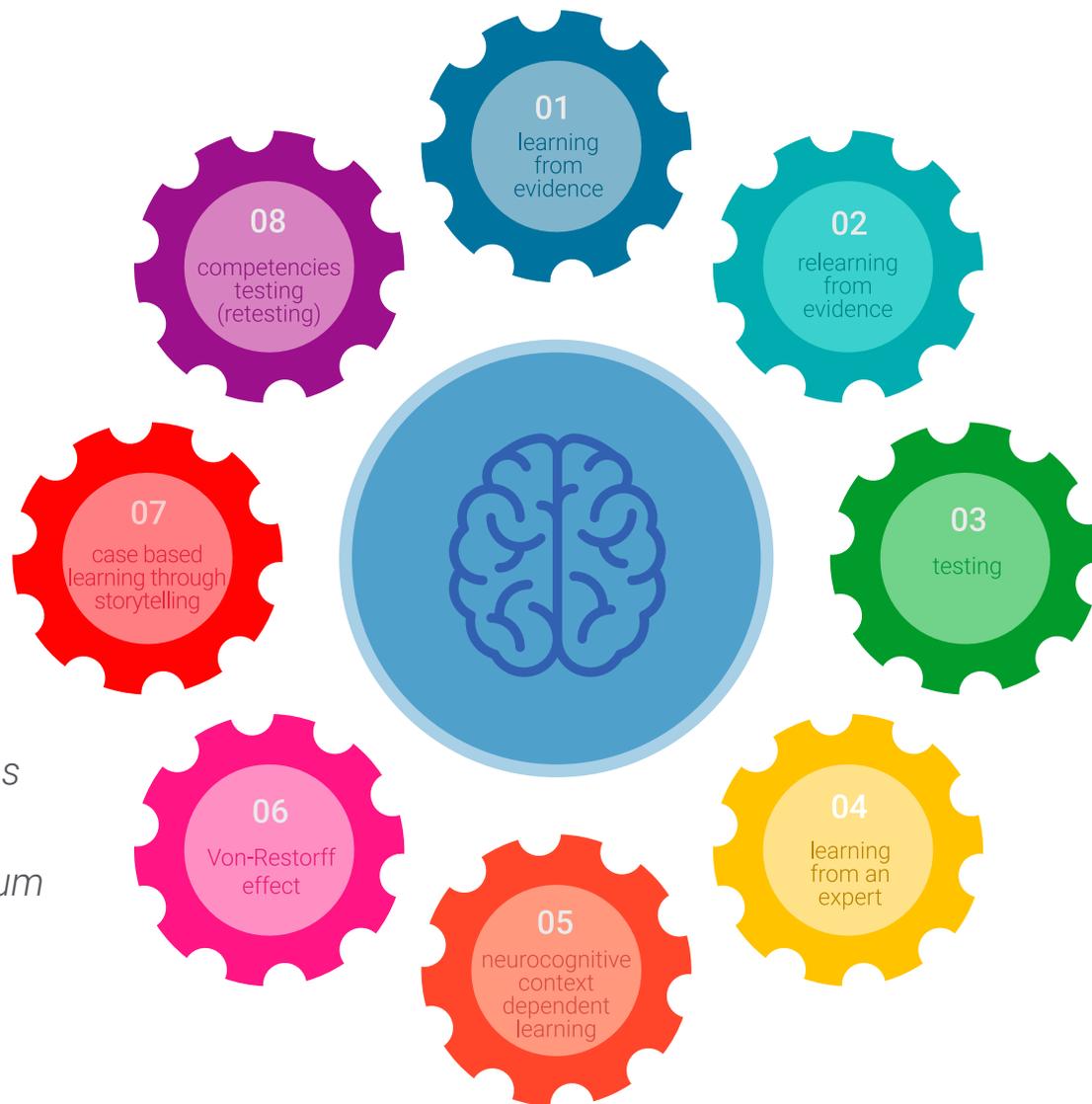
1. Os alunos que seguem este método não só assimilam os conceitos, mas também desenvolvem a capacidade mental através de exercícios de avaliação de situações reais e de aplicação de conhecimentos.
2. A aprendizagem se consolida nas habilidades práticas permitindo ao aluno integrar melhor o conhecimento 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

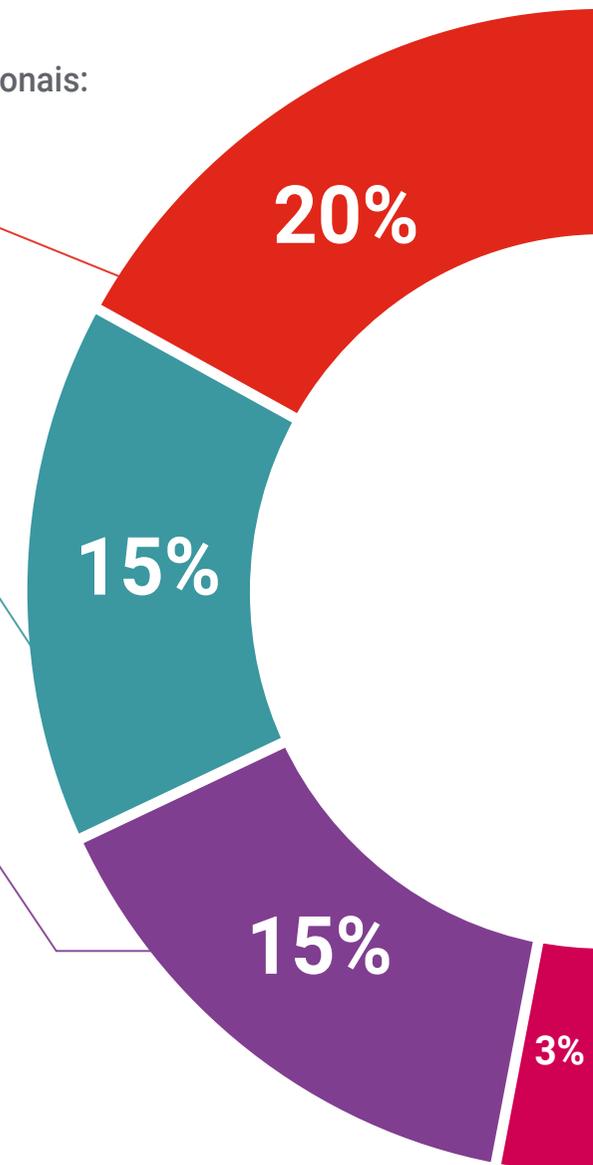
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

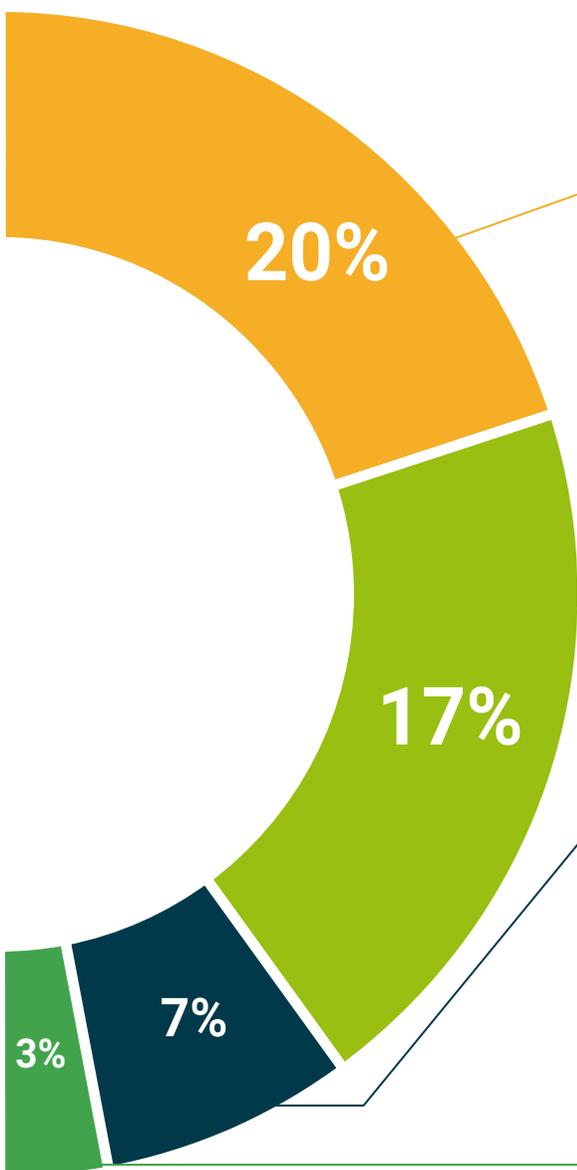
Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



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.



07

Certificado

O Mestrado Próprio em Pilates Terapêutico garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, o acesso a um título de Mestrado Próprio emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

Conclua este programa de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”

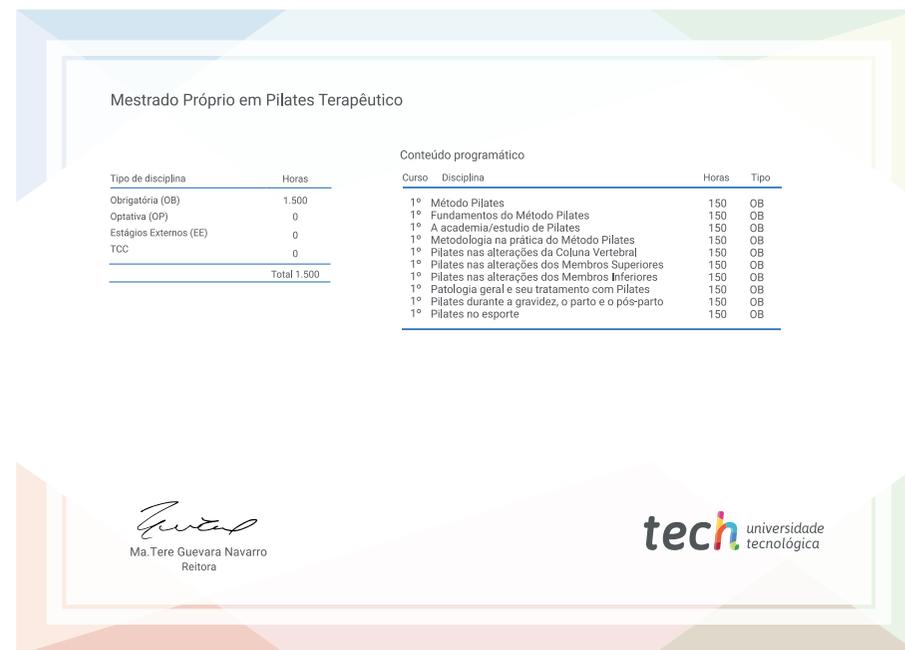
Este **Mestrado Próprio em Pilates Terapêutico** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* correspondente ao título de **Mestrado Próprio** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

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

Título: **Mestrado Próprio em Pilates Terapêutico**

N.º de Horas Oficiais: **1.500h.**



*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 compromisso

atenção personalizada

conhecimento

presente

desenvolvimento

tech universidade
tecnológica

Mestrado Próprio

Pilates Terapêutico

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Mestrado Próprio

Pilates Terapêutico