

Curso Universitario

Pilates Durante el Embarazo y Postparto





Curso Universitario Pilates Durante el Embarazo y Postparto

- » Modalidad: **online**
- » Duración: **6 semanas**
- » Titulación: **TECH Universidad FUNDEPOS**
- » Acreditación: **6 ECTS**
- » Horario: **a tu ritmo**
- » Exámenes: **online**

Acceso web: www.techtitute.com/medicina/curso-universitario/pilates-durante-embarazo-postparto

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 18

05

Metodología de estudio

pág. 22

06

Titulación

pág. 32

01

Presentación

El Pilates Terapéutico es una excelente opción de ejercicio durante y después del embarazo, especialmente en aquellos casos en los que la práctica de otras actividades físicas pueda resultar contraproducente. Por esta razón, es esencial que los médicos estén actualizados con las técnicas más eficientes para abordar de manera segura los ejercicios de Pilates adaptados a las necesidades de cada gestante. Por esto, TECH ha elaborado este programa, que le ofrece al profesional una puesta al día en torno a las técnicas adecuadas para cada trimestre de embarazo, sus indicaciones y contraindicaciones, así como los diferentes métodos para trabajar el suelo pélvico. Todo esto, en un formato 100% online, sin clases con horarios y amplio material multimedia.



“

Con esta titulación 100% en línea profundizarás en cómo el método Pilates puede ayudar a la mujer a sobrellevar los cambios físicos y hormonales durante el embarazo”

Durante el embarazo, el cuerpo de la mujer experimenta muchos cambios físicos y hormonales que pueden causar síntomas como dolor de espalda, fatiga, hinchazón y problemas digestivos, además de asociarse con riesgos de salud para tanto la madre como el feto. Es por eso, que el Pilates Terapéutico se presenta como una opción de ejercicio físico adaptado a las necesidades específicas de la embarazada, que puede mejorar su salud física y mental.

Estas bondades han llevado a una gran popularización de este método entre las gestantes. Por esta razón, el médico debe estar a la vanguardia en las técnicas más eficientes del Pilates, para proporcionar un abordaje seguro, adaptado y efectivo de los ejercicios durante esta etapa. En este sentido, TECH ha diseñado este programa que le asegura al egresado una completa puesta al día en los cambios físicos en la mujer embarazada, beneficios y objetivos del Pilates durante esta etapa.

Así, a lo largo de este itinerario académico, el egresado profundizará en los ejercicios indicados y contraindicaciones, el proceso de parto, el postparto inmediato o el abordaje a través de las técnicas de esta actividad física de los principales problemas en el embarazo. Todo esto, mediante una propuesta académica que se distingue por su material didáctico multimedia de calidad, accesible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Además, la flexibilidad de la metodología de TECH, le permite al profesional compatibilizar sus actividades laborales y personales diarias con una puesta al día única y eficaz. Sin presencialidad, ni clases con horarios encorsetados, el egresado se encuentra ante una propuesta académica que da respuesta real a las necesidades de los médicos del presente y futuro.

Adicionalmente, como parte del programa académico, TECH ha incorporado una *Masterclass* exclusiva y complementaria, creada por un prestigioso experto de renombre internacional en Medicina Deportiva y Rehabilitación Física. Esto permitirá a los egresados mantenerse al día en este campo tan solicitado, guiados por un profesional con una vasta experiencia.

Este **Curso Universitario en Pilates Durante el Embarazo y Postparto** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ◆ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Fisioterapia y especialistas en Pilates
- ◆ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido 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
- ◆ 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

“ *¡No dejes escapar esta oportunidad única!
Tendrás la oportunidad de participar en
una Masterclass adicional, impartida por
un docente de prestigio internacional en
Medicina Deportiva y Rehabilitación Física*”

“ *Implementarás a tu labor, las técnicas más avanzadas para mejorar la postura y reducir el dolor de espalda en pacientes embarazadas”*

El programa incluye en su cuadro docente a profesionales del sector que vierten en esta capacitación 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 una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

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

En tan solo 6 semanas podrás identificar los ejercicios más adecuados para la mejora de la fuerza y flexibilidad durante el postparto.

Ahondarás en cómo el Pilates puede ayudar con la incontinencia urinaria y a fortalecer el suelo pélvico de mujeres en estado de gestación.



02 Objetivos

Este Curso Universitario tiene como finalidad ofrecerle al profesional médico los conocimientos y competencias más actualizados en el ámbito del Pilates Durante el Embarazo y Postparto. De este modo, incrementará sus habilidades para el manejo de los principales problemas durante esta etapa, promoviendo un embarazo saludable. Para llegar a esta meta, TECH ha creado este Curso Universitario, que le ofrece la posibilidad al especialista de la Medicina la posibilidad de combinar su actualización con las demás actividades diarias, ya que no tendrá que sujetarse a un horario específico.





“

Gracias a esta titulación usarás el Pilates en la recuperación después del parto mediante ejercicios específicos”



Objetivos generales

- ♦ Potenciar el conocimiento y las competencias profesionales de la práctica y la enseñanza de los ejercicios del método Pilates en suelo, en las diferentes máquinas y con implementos
- ♦ Diferenciar las aplicaciones de los ejercicios Pilates y las adaptaciones a realizar para cada paciente
- ♦ Establecer un protocolo de ejercicios adaptados a la sintomatología y patología de cada paciente
- ♦ Delimitar las progresiones y regresiones de los ejercicios en función de las distintas fases en el proceso de recuperación de una lesión
- ♦ Evitar los ejercicios contraindicados en función de la valoración previa realizada a los pacientes y clientes
- ♦ Manejar en profundidad los aparatos utilizados en el Método Pilates
- ♦ Aportar la información necesaria para ser capaz buscar información científica y actualizada de los tratamientos con Pilates aplicables a las diferentes patologías
- ♦ Analizar las necesidades y mejoras de equipamiento Pilates en un espacio terapéutico destinado al ejercicio Pilates
- ♦ Desarrollar acciones que mejoren la efectividad de los ejercicios Pilates basados en los principios del método
- ♦ Realizar de manera correcta y analítica los ejercicios basados en el Método Pilates
- ♦ Analizar los cambios fisiológicos y posturales que afectan a la mujer embarazada
- ♦ Diseñar ejercicios adaptados a la mujer en el transcurso del embarazo hasta el parto
- ♦ Describir la aplicación del Método Pilates en deportistas de alto nivel





Objetivos específicos

- ◆ Diferenciar las distintas fases del embarazo
- ◆ Determinar ejercicios específicos para cada fase
- ◆ Orientar a la mujer durante el embarazo, parto y postparto



Explorarás en detalle los ejercicios de Pilates que ofrecen alivio del dolor durante la fase de dilatación y expulsión en mujeres en proceso de parto”



03

Dirección del curso

Este programa cuenta con un destacado cuerpo docente conformado por renombrados especialistas en el ámbito de la Fisioterapia, con un extenso dominio sobre el Método Pilates. Estos expertos altamente capacitados poseen un amplio conocimiento sobre las técnicas más innovadoras de esta disciplina, asegurando así que los egresados obtienen una actualización de primer nivel por parte de los principales referentes en este campo. Además, gracias a su cercanía, el egresado podrá resolver cualquier duda que tenga sobre el contenido de este programa.



“

Dispondrás de un equipo docente de renombre con el que ampliarás tus conocimientos en Pilates y cómo tratar la diástasis abdominal postparto”

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. 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



04

Estructura y contenido

Este Curso Universitario ha sido diseñado para proporcionar a los profesionales médicos una actualización de alta calidad en el ámbito del Pilates Durante el Embarazo y Postparto. De esta manera, se actualizarán conocimientos en los ejercicios recomendados durante el embarazo y postparto, así como las alteraciones postparto, la diástasis abdominal y los cambios en la estática pélvica y los prolapsos. Para ello, TECH proporciona herramientas pedagógicas innovadoras y el sistema *Relearning*, que lleva a afianzar los conceptos clave en un menor espacio de tiempo.





“

Con el método Relearning afianzarás los conceptos más determinantes de este programa de forma efectiva y sin esfuerzo”

Módulo 1. Pilates durante el Embarazo, Parto y Postparto

- 1.1. Primer trimestre
 - 1.1.1. Cambios en el primer trimestre
 - 1.1.2. Beneficios y objetivos
 - 1.1.3. Ejercicios indicados
 - 1.1.4. Contraindicaciones
- 1.2. Segundo trimestre
 - 1.2.1. Cambios en el segundo trimestre
 - 1.2.2. Beneficios y objetivos
 - 1.2.3. Ejercicios indicados
 - 1.2.4. Contraindicaciones
- 1.3. Tercer trimestre
 - 1.3.1. Cambios en el tercer trimestre
 - 1.3.2. Beneficios y objetivos
 - 1.3.3. Ejercicios indicados
 - 1.3.4. Contraindicaciones
- 1.4. Parto
 - 1.4.1. Fase dilatación y expulsivo
 - 1.4.2. Beneficios y objetivos
 - 1.4.3. Recomendaciones
 - 1.4.4. Contraindicaciones
- 1.5. Postparto Inmediato
 - 1.5.1. Recuperación y puerperio
 - 1.5.2. Beneficios y objetivos
 - 1.5.3. Ejercicios indicados
 - 1.5.4. Contraindicaciones
- 1.6. Incontinencia urinaria y suelo pélvico
 - 1.6.1. Anatomía implicada
 - 1.6.2. Fisiopatología
 - 1.6.3. Ejercicios indicados
 - 1.6.4. Contraindicaciones





- 1.7. Problemas en el embarazo y abordaje mediante Método Pilates
 - 1.7.1. Cambio estática corporal
 - 1.7.2. Problemas más frecuentes
 - 1.7.3. Ejercicios indicados
 - 1.7.4. Contraindicaciones
- 1.8. Preparación al embarazo
 - 1.8.1. Beneficios de la preparación física durante búsqueda embarazo
 - 1.8.2. Actividad física recomendada
 - 1.8.3. Ejercicios indicados en el primer embarazo
 - 1.8.4. Preparación durante búsqueda del segundo y sucesivos
- 1.9. Postparto Tardío
 - 1.9.1. Cambios anatómicos largo plazo
 - 1.9.2. Preparación para la vuelta a la actividad física
 - 1.9.3. Ejercicios indicados
 - 1.9.4. Contraindicaciones
- 1.10. Alteraciones post-parto
 - 1.10.1. Díastasis abdominal
 - 1.10.2. Cambio estática pélvica-prolapsos
 - 1.10.3. Alteraciones musculatura abdominal profunda
 - 1.10.4. Indicaciones y contraindicaciones en cesárea

“

Con este Curso Universitario incorporarás a tu praxis clínica la mejor forma de preparación física para el embarazo y el parto mediante Pilates”

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 intenso 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 en la plataforma de reseñas Trustpilot, 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

Titulación

El Curso Universitario en Pilates Durante el Embarazo y Postparto garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a dos diplomas de Curso Universitario, uno expedido por TECH Global University y otro expedido por Universidad FUNDEPOS.



“

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

El programa del **Curso Universitario en Pilates Durante el Embarazo y Postparto** es el más completo del panorama académico actual. A su egreso, el estudiante recibirá un diploma universitario emitido por TECH Global University, y otro por Universidad FUNDEPOS.

Estos títulos de formación permanente y actualización profesional de TECH Global University y Universidad FUNDEPOS garantizan la adquisición de competencias en el área de conocimiento, otorgando un alto valor curricular al estudiante que supere las evaluaciones y acredite el programa tras cursarlo en su totalidad.

Este doble reconocimiento, de dos destacadas instituciones universitarias, suponen una doble recompensa a una formación integral y de calidad, asegurando que el estudiante obtenga una certificación reconocida tanto a nivel nacional como internacional. Este mérito académico le posicionará como un profesional altamente capacitado y preparado para enfrentar los retos y demandas en su área profesional.

Título: **Curso Universitario en Pilates Durante el Embarazo y Postparto**

Modalidad: **online**

Duración: **6 semanas**

Acreditación: **6 ECTS**



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



Curso Universitario
Pilates Durante el
Embarazo y Postparto

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad FUNDEPOS
- » Acreditación: 6 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Curso Universitario

Pilates Durante el Embarazo y Postparto

