

CURSO 2009/2010

Pilates Aplicado a la Fisioterapia. Aparatos y Suelo



ORGANIZAN

Garbi

**ESCOLA UNIVERSITARIA
DE FISIOTERAPIA**



I.A.C.E.S.

**Instituto Alcalá de Ciencias
y Especialidades de la Salud**

ÍNDICE

PRESENTACIÓN	3
OBJETIVOS DEL CURSO	5
PROGRAMA	6
CONTENIDO	6
CALENDARIO	8
DESARROLLO DEL CURSO	9
SELECCIÓN DE PARTICIPANTES	9
EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO DEL ALUMNADO	9
METODOLOGÍA	9
ORGANIZACIÓN DEL CURSO	10
SECRETARIA ADMINISTRATIVA	10
PRECIO DEL CURSO Y FORMAS DE PAGO	10
HORARIOS Y CONTENIDOS	11
BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN	12

PRESENTACIÓN

El método Pilates fue creado por el Dr. Joseph Pilates en la primera mitad del siglo XX, sus estudios se basaron en la experiencia en la recuperación de enfermos de la primera guerra mundial. La técnica se basa en la combinación de proporcionar estabilidad de diferentes segmentos corporales para optimizar la movilidad en otros, permitiendo así mayor control del movimiento, prevención de lesiones tanto en columna vertebral como en las extremidades, y una flexibilidad y alineación que contribuyen a esa prevención.

El dominio de esta modalidad terapéutica requiere conocer con detalle la anatomía humana, sobre todo las estructuras musculares, articulares y la funcionalidad de cada una de ellas, ya que el método Pilates es un sistema de ejercicios basados en la flexibilidad y tonificación. Todos estos ejercicios se realizan en el suelo y en los aparatos específicos de método Pilates. La gran eficacia demostrada por el método Pilates para la prevención, recuperación y rehabilitación de lesiones ha hecho que los profesionales de la Fisioterapia se interesen cada vez más por este método y a su vez sea cada vez más demandado por la sociedad para prevenir y recuperarse de lesiones.

A lo largo del curso se profundiza en diversos temas anatómicos, biomecánicos, kinesiológicos del sistema neuromuscular y osteoarticular, así como un estudio analítico de cada ejercicio, analizando su exigencia biomecánica, su aplicación terapéutica y sus posibles contraindicaciones relativas en determinadas patologías. Se analiza la globalidad del método, con la finalidad de capacitar al fisioterapeuta para estructurar un plan terapéutico y una organización adecuada de clases colectivas con ejercicios de suelo y pequeños accesorios.

La metodología se basa en el aprendizaje pormenorizado y progresivo mediante una simulación propioceptiva que permita alcanzar la adecuada habilidad, aptitud y actitud en el terreno práctico para la realización de las diferentes modalidades del método Pilates, consiguiendo una técnica de enseñanza del método que permita al profesional optimizar el trabajo en la recuperación de su paciente.

Existe una demanda creciente de fisioterapeutas con conocimientos en el método Pilates debido a la gran expansión de este método, tanto a nivel social como en ámbito sanitario, solicitándose tanto en consultas y centros de fisioterapia privados, como en gimnasios, centros de tercera edad, instalaciones deportivas, federaciones... En estos centros y en los últimos años ha aumentado el número de fisioterapeutas y su campo de actuación, debiendo dar respuesta a las demandas tanto de los usuarios como del resto de profesionales. El método Pilates está presente en la oferta de servicios de la gran mayoría de estos centros. En el campo de la fisioterapia deportiva, los ejercicios de este método amplían al fisioterapeuta el repertorio terapéutico en la recuperación de lesiones, desde las primeras fases hasta conseguir el reentrenamiento del gesto funcional de cada práctica deportiva.

Muchos fisioterapeutas trabajan con alto porcentaje de pacientes con lesiones originadas por malos hábitos posturales, y debido a los beneficios que el método Pilates obtiene a nivel

postural, les surge la necesidad e inquietud profesional de estudiar un método que ayude en la recuperación de estos pacientes.

Con la realización de este curso se pretende ofertar una formación especializada, dirigida a Diplomados en Fisioterapia, que trata de abrir al profesional de este colectivo nuevas vías de desarrollo científico, asistencial y laboral.



OBJETIVOS DEL CURSO

Objetivos generales:

- Conseguir en el alumno la formación necesaria que le capacite para la correcta aplicación del método Pilates en pacientes que requieren un tratamiento fisioterápico, tanto para recuperarse como para prevención de lesiones y patologías, de forma que el nivel de asistencia profesional redunde en la mejor resolución de la patología a la que se enfrenta.
- El objetivo final, sería pues mejorar el conocimiento del Fisioterapeuta de su paciente, tanto en el aspecto de valoración como en el de tratamiento, aumentando su repertorio de técnicas para la evaluación del paciente y de recursos terapéuticos.

Objetivos específicos:

- Que los alumnos refuercen sus conocimientos anatómicos y biomecánicos de las diferentes estructuras corporales sobre las que han de desarrollar su acción profesional.
- Que el alumnado conozca con profundidad los principios del método Pilates y las diferentes herramientas de trabajo específicas del método Pilates, tanto en colchoneta como en aparatos, analizándolas desde un punto de vista fisioterápico.
- Que cada alumno conozca y desarrolle el método Pilates como un instrumento terapéutico útil para la valoración y resolución de los problemas que plantean los enfermos que solicitan su servicio profesional.
-



PROGRAMA

El Curso es estructurado en ocho seminarios de fin de semana.

CONTENIDO

✓ **Seminario I:**

Historia del Método Pilates.

Análisis postural. Práctica.

El Transverso abdominal

- *El sistema estabilizador local, estabilizador global y movilizador global.*
- *Contribución biomecánica del Transverso abdominal y de los multífidos al control lumbopélvico.*
- *Anatomía, palpación y contracción del Transverso abdominal.*

Análisis de los principios del método:

- *Principios tradicionales de trabajo.*
- *Principios posturales. Práctica.*

Clase de MAT.

✓ **Seminario II:**

Estudio de la técnica de enseñanza de ejercicios: descripción y práctica de técnicas para dirigir, facilitar y corregir la ejecución de los ejercicios.

Análisis de ejercicios en Cadillac, Reformer, Silla y Suelo. Práctica.

Pequeños aparatos. Adaptación de ejercicios con accesorios.

Clase de MAT.

✓ **Seminario III:**

Análisis de ejercicios en Cadillac, Reformer, Silla y Suelo. Práctica.

Resolución de un caso clínico.

Clase de MAT.

✓ **Seminario IV:**

*Análisis de ejercicios en Cadillac, Reformer, Silla y Suelo. Práctica.
Enseñanza a dúos en aparatos. Práctica.*

✓ **Seminario V:**

*Organización y dirección de una clase de grupo con ejercicios de suelo. Práctica.
Análisis de ejercicios en Cadillac, Reformer, Silla y Suelo. Práctica.*

✓ **Seminario VI**

*Resolución de un caso clínico.
Análisis de ejercicios en Cadillac, Reformer, Silla y Suelo. Práctica.
Clase de MAT.*

✓ **Seminario VII:**

*Análisis de ejercicios nivel avanzado: estabilización dinámica y reestreno del gesto funcional.
Utilización del método en diferentes patologías: cintura escapular, espondilolistesis, patología rotuliana, escoliosis, protrusiones y hernias.
Casos especiales: embarazo y osteoporosis.
Resolución de un caso clínico.
Repaso de ejercicios. Dudas.*

✓ **Seminario VIII:**

Examen teórico y práctico.



CALENDARIO

SEDE MADRID

EOM / IACES
C/ Saturnino Calleja 1 2ºIzq
Madrid
28002

MADRID
21/22 NOVIEMBRE 2009
19/20 DICIEMBRE 2009
23/24 ENERO 2010
27/28 FEBRERO 2010
20/21 MARZO 2010
24/25 ABRIL 2010
08/09 MAYO 2010
11/12 SEPTIEMBRE 2010

DESARROLLO DEL CURSO

SELECCIÓN DE PARTICIPANTES

El curso va dirigido a fisioterapeutas.

Por riguroso orden de inscripción.

EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO DEL ALUMNADO

La asistencia a las clases será obligatoria, no admitiéndose más de un 10% de faltas justificadas. Se pasará lista tanto por las mañanas como por las tardes.

METODOLOGÍA

Exposiciones conceptuales, apoyadas en soporte audiovisual

Ejecución práctica de cada ejercicio.

Entrenamiento en la técnica de enseñanza de los ejercicios.

Aplicaciones prácticas y ejemplificación de tratamientos, con casos clínicos teórico-prácticos

ORGANIZACIÓN DEL CURSO

SECRETARIA ADMINISTRATIVA

La secretaría del curso estará ubicada en c/ saturnino Calleja 1 2ºIzq 28002 Madrid

Horario :
9.30h a 14.00 y de 15.00 a 17.30h
Tfno : 91 713 02 67
Fax : 91 415 92 46
E-mail : iacesfundadores@yahoo.es

PRECIO DEL CURSO Y FORMAS DE PAGO

Las plazas son limitadas con el fin de preservar la adecuada calidad del seminario. La admisión se llevará a cabo por riguroso orden de inscripción.

El precio total del curso por asistente es de 1.700€ e incluye: curso de formación, documentación y examen.

- **200€** para la inscripción. (Antes del 10 de NOVIEMBRE del 2009)
- **Tres cuotas de 500€** (Enero 2010- Marzo 2010 – Mayo 2010)

Horas prácticas exigidas/recomendadas previas al examen práctico: 30 horas.

Remítase boletín de inscripción a la secretaría de IACES-Escuela Internacional de Fisioterapia de Postgrado en C/ Saturnino Calleja 1, 2º Izq 28002 Madrid junto a fotocopia de transferencia bancaria, fotocopia del DNI y fotocopia título de Fisioterapia.

CAJA RURAL DE TOLEDO

C. BANCO	C. SUCURSAL	D.C.	Nº CUENTA
3081	0259	92	2292929920

IMPORTANTE: Cada vez que se realice el pago de las cuotas anteriormente citadas deberán enviar copia del ingreso a la secretaria del curso.

IACES – Instituto Alcalá de Ciencias y Especialidades de la Salud
C/ Saturnino Calleja 1, 2ºIzq 28002 Madrid
TLF: 917130267 Fax: 914159246

HORARIOS Y CONTENIDOS

*128 horas de formación + 30h de práctica en nuestro centro
Seminarios en fin de semana: sábado y domingo de 9:30 a 19:00*

Certificado Otorgado por IACES y la Escuela de Fisioterapia Garbí de Gerona.

Cursos anteriores acreditados por la Comisión de Formación Continuada de la CAM.

BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN

PILATES APLICADO A LA FISIOTERAPIA. SUELO Y APARATOS 2009/2010

SEDE				Foto
Nombre				
Primer Apellido				
Segundo Apellido				
N.I.F				
Nº Colegiado				
DIRECCIÓN DE CONTACTO				
Dirección				
C.P.		Localidad		
Provincia				
Teléfono Fijo		Móvil		
Fax		Otro		
Email				
CITA OTROS CURSOS DE POSTGRADO DE FISIOTERAPIA QUE TE GUSTARÍA CURSAR				
•				
•				
•				
•				
OBSERVACIONES				

Los datos serán incorporados a una base de datos para facilitar la gestión administrativa, la emisión de certificados, las estadísticas y el envío de comunicaciones relacionadas con el curso o cursos similares. La información no será utilizada con ningún otro fin. De acuerdo con la ley Orgánica de Protección de Datos de Carácter Personal 15/1999 puede acceder a los datos, modificarlos o cancelarlos.

La escuela no se hace responsable de cambios de fechas o seminarios a lo largo del curso

IACES – Instituto Alcalá de Ciencias y Especialidades de la Salud
C/ Saturnino Calleja 1, 2ºIzq 28002 Madrid
TLF: 917130267 Fax: 914159246