

CURSO 2008

Pilates Aplicado a la Fisioterapia. Ejercicios de Mat



ORGANIZAN

Garbí

ESCOLA UNIVERSITARIA
DE FISIOTERAPIA

 arasalud



I.A.C.E.S.

Instituto Alcalá de Ciencias
y Especialidades de la Salud

ÍNDICE

PRESENTACIÓN.....	3
OBJETIVOS DEL CURSO.....	4
PROGRAMA.....	5
CONTENIDO.....	5
CALENDARIO.....	6
DESARROLLO DEL CURSO.....	7
SELECCIÓN DE PARTICIPANTES.....	7
EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO DEL ALUMNADO.....	7
METODOLOGÍA.....	7
ORGANIZACIÓN DEL CURSO.....	8
SECRETARIA ADMINISTRATIVA.....	8
PRECIO DEL CURSO Y FORMAS DE PAGO.....	8
HORARIOS Y CONTENIDOS.....	9
BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN.....	10
CURSOS Y POSTGRADOS.....	11

PRESENTACIÓN

Existe en los últimos años una creciente e importante demanda de personas que quieren recibir tratamiento con el método Pilates, ya sea por voluntad propia o por indicación de algún facultativo o especialista sanitario.

El método Pilates se introdujo en España como un método de acondicionamiento físico, utilizado principalmente para mejorar la fuerza muscular y flexibilidad.

Con el tiempo, la sociedad ha ido conociendo el método y se ha aumentado su demanda, al tiempo que ha aumentado la demanda de recibir este método por los profesionales sanitarios que conocen y tratan sus dolencias musculares, articulares...: los fisioterapeutas.

Debido a esta demanda, los fisioterapeutas requieren recibir una formación sobre el método Pilates enfocada a su campo de actuación, que les permita conocer en profundidad las bases del método y las posibilidades terapéuticas que ofrece, así como la formación necesaria para poder aplicar este método como terapia grupal, facilitando así el acceso a este método terapéutico a la población.

La relación del método Pilates con la corrección de hábitos posturales y la gran prevalencia de alteraciones músculo-esqueléticas relacionadas con la postura justifica la necesidad de los fisioterapeutas por conocer este método y utilizarlo de forma profesional.

Uno de los campos que ha sido fuente de empleo para los fisioterapeutas en los últimos años es el deportivo: gimnasios, clubs deportivos, federaciones instalaciones municipales... En estos centros existe una importante demanda de introducir el método Pilates, debido a los importantes beneficios que se pueden conseguir con una correcta utilización de este método, tanto en la prevención de lesiones como en la recuperación de las mismas.

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 y que habrá de tener continuidad y complemento en diferentes niveles de especialización.

OBJETIVOS DEL CURSO

Objetivos generales:

Capacitar al alumno para la correcta aplicación del método Pilates mediante ejercicios de colchoneta/camilla, 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.

Ampliar los conocimientos del fisioterapeuta tanto en valoración muscular, postural y funcional como en la utilización de ejercicios de pilates como parte del tratamiento del paciente.

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 los principios del método Pilates y las diferentes herramientas de trabajo específicas del método Pilates, analizándolas desde un punto de vista fisioterápico.
- Capacitar al alumno a utilizar el método pilates como herramienta de trabajo individual y grupal en pacientes que se benefician de este trabajo, sabiendo detectar las indicaciones y precauciones de cada paciente.
- Ampliar los conocimientos y recursos del fisioterapeuta en el campo de la Educación para la Salud.

PROGRAMA

El Curso es estructurado en dos fines de semana. Un total de 4 días.

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 multifidos al control lumbopélvico.*
 - *Anatomía, palpación y contracción del Transverso abdominal.*
 - *Práctica.*
- *Principios básicos de trabajo*
 - *Principios tradicionales de trabajo.*
 - *Principios posturales. Práctica.*
 - *Clase de MAT.*

Seminario II:

- *Clase de MAT*
- *Estudio de ejercicios de nivel básico-intermedio: análisis, comprensión y ejecución práctica*
- *Utilización de pequeños accesorios (bandas elásticas, Fit Ball, pequeñas Pelotas, Magic Circle, foam roller)*
- *La técnica de enseñanza.*
- *Estructura de una clase de pilates en grupo*
- *Clase de MAT*
- *Casos especiales: osteoporosis, embarazo.*

CALENDARIO

SEDE ZARAGOZA

ARASALUD-IACES
C/ Teniente Catalán 6
50005 Zaragoza

Telf.:976 56 28 36

21/22 Marzo de 2009

09/10 Mayo de 2009

DESARROLLO DEL CURSO

SELECCIÓN DE PARTICIPANTES

El curso va dirigido a fisioterapeutas y alumnos de 3º de fisioterapia.

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 manuales prácticos y en presentaciones Power Point.

Ejecución práctica de cada ejercicio.

Entrenamiento en la técnica de enseñanza de los ejercicios.

ORGANIZACIÓN DEL CURSO

SECRETARIA ADMINISTRATIVA

La secretaría del curso estará ubicada en:
ARASALUD Centro de Osteopatía y Fisioterapia
C/ Teniente Catalán 6
50005 Zaragoza

Horario :
10:00h a 13:00 y de 16:00 a 18:00h
Tfno : 979 56 28 36
Fax : 979 56 28 36
E-mail : arasalud@arasalud.com

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 450 €, e incluye: curso de formación y documentación.

Remítase boletín de inscripción a la secretaría de ARASALUD-IACES en C/ Teniente Catalán 6, 50005 Zaragoza, junto a fotocopia de transferencia bancaria, fotocopia del DNI y fotocopia título de Fisioterapia, del carnet de colegiación o de la matrícula de 3º de fisioterapia.

CAJA DE AHORROS DE LA INMACULADA

C. BANCO	C. SUCURSAL	D.C.	Nº CUENTA
2086	0025	11	33-002000-95

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

HORARIOS Y CONTENIDOS

35 horas de formación.

Seminarios en fin de semana: sábado y domingo de 9:00 a 19:30

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. EJERCICIOS DE MAT 2008/09

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 y Arasalud no se hacen responsables de cambios de fechas o seminarios a lo largo del curso.

CURSOS Y POSTGRADOS

NORMATIVA

Para inscribirse en cualquiera de los cursos que IACES oferta son necesarios estos documentos:

- **Rellenar el boletín de inscripción que viene en cada uno de los programas de los cursos**
- **Fotocopia del DNI**
- **Fotocopia del Título de fisioterapia o en su defecto el carnet de colegiado**
- **Fotocopia del resguardo del pago**

NOTAS MUY IMPORTANTES

- **Las plazas son limitadas** para asegurar la calidad docente.
- Las reservas telefónicas, solo se mantendrán siete días para dar tiempo al pago de la matrícula.
- En caso de renunciar a participar en el curso ya matriculado, **si se realiza 45 días antes del comienzo del curso se devolverá el importe de la matrícula, descontando 60€ por costes administrativos.** Si se realiza **antes de 20 días del comienzo del curso se tendrá derecho a la devolución del 50%** del importe pagado. **Si es posterior NO SE DEVOLVERÁ EL IMPORTE ABONADO**, salvo si el interesado presentase a otro estudiante para cubrir su plaza, en este caso solamente se descontarían 30€ de costes administrativos.
- Si el alumno no pudiese asistir al curso por una causa de fuerza mayor (enfermedad propia grave, fallecimiento de familiar de primer grado o enfermedad grave de persona dependiente del interesado) justificada documentalmente, el alumno podrá escoger entre aplicar el importe íntegro pagado, a cualquier otra edición del mismo curso o de otro curso de nuestro catálogo, durante un año a contar a partir de la fecha del curso original. También podría optar por aplicar las condiciones de renuncia del punto anterior.
- **La dirección se reserva el derecho de anular o modificar las fechas de aquellos cursos que no alcancen un mínimo de inscripciones necesarias, teniendo derecho al reintegro total de lo abonado si no interesasen las nuevas fechas.**
- Los datos personales suministrados están amparados por la ley de protección de datos, y podrán ser anulados o modificados de nuestra base de datos a petición del interesado.
- Los contenidos temáticos de los cursos pueden ser modificados sin previo aviso, con el fin evidente de mejorar la calidad del programa.
- Si por causas de fuerza mayor (enfermedad, etc.) no pudiese asistir el profesor previsto en el programa, será sustituido si es posible por un profesor de equivalente categoría, y si no fuese posible se programarán fechas nuevas, teniendo derecho los alumnos a renunciar a la participación en el curso, si estas circunstancias no les conviniesen.
- **IACES se comunicará antes del comienzo de un curso, si este tuviese que ser anulado, no haciéndose responsable de los viajes ni reservas hoteleras de los alumnos que lo hubiesen realizado.**