

## LUGAR

Escuela Universitaria de Enfermería  
y Fisioterapia "San Juan de Dios".  
San Juan de Dios, 1. 28350 Ciempozuelos (Madrid)

Centro FORMA PILATES.  
Cuatro Amigos, 1. 28029 Madrid

## PRECIO Y DURACIÓN

- 1800 €
- 1620 € Antiguos alumnos

De ocho a diez alumnos por curso.  
La duración del curso será de 150 horas.

## INFORMACIÓN

Escuela Universitaria de Enfermería  
y Fisioterapia "San Juan de Dios"  
Avda. San Juan de Dios, 1  
28350 Ciempozuelos (Madrid)  
Tel: 91 893 37 69  
Fax 91 893 02 75

seceuef@euef.upcomillas.es  
[www.upcomillas.es](http://www.upcomillas.es)



ESCUELA UNIVERSITARIA DE ENFERMERÍA  
Y FISIOTERAPIA "SAN JUAN DE DIOS"

# CURSO *de* PILATES APLICADO *a la* TERAPIA *del* MOVIMIENTO

*Organiza:*

Escuela Universitaria de Enfermería  
y Fisioterapia "San Juan de Dios"

Forma Pilates



ESCUELA UNIVERSITARIA DE ENFERMERÍA  
Y FISIOTERAPIA "SAN JUAN DE DIOS"



## JUSTIFICACIÓN

El método se centra en el desarrollo de los músculos internos para mantener el equilibrio corporal y dar estabilidad y firmeza a la columna vertebral, por lo que es muy usado como terapia en rehabilitación. Los ejercicios están fundamentalmente compuestos por movimientos controlados, muy conscientes, y coordinados con la respiración, con el fin de crear un cuerpo armonioso, coordinado, musculado y flexible.

## OBJETIVOS

Conseguir que el fisioterapeuta conozca mejor a su paciente tanto en el aspecto de la valoración como en el tratamiento de la patología aumentando así su repertorio de técnicas a la hora de abordar el problema y ofrecer una mayor continuidad en el desarrollo y favorable evolución de la lesión.

## CONTENIDOS

### *Bloque I*

- Seminario Mattwork y sus principios básicos.
- Conocimiento de la colocación del paciente en los distintos aparatos Pilates.
- Clase de valoración. Análisis postural.
- Nivel Base Reformer.
- Iniciación al Nivel Base Cadillac.

### *Bloque II*

- Nivel Básico Reformer.
- Nivel Intermedio Reformer/ Cadillac.

### *Bloque III*

- Aplicación de los conocimientos dados en los distintos protocolos de actuación.
- Protocolo de espalda y rodilla.
- Protocolo de hombro y embarazo.

### *Bloque IV*

- Resolución de casos clínicos.
- Aplicación de técnicas de fisioterapia a través de los distintos accesorios Pilates que nos servirán para adaptar el mejor ejercicio a la lesión a tratar.

## METODOLOGÍA

**Aula teórica** en donde se expondrán a través de clases magistrales la formación básica sobre la cual se desarrollarán los contenidos del curso.

**Aula Teórico-Práctica:** En el aula, controlados por un profesor especialista en la materia, a través de la metodología del caso e intercalándolo con casos y problemas se expondrán las diferentes metodologías de tratamiento específicas para cada patología habitual.

**Prácticas Clínicas:** Cada alumno desarrollará 30 horas de prácticas clínicas tuteladas por un profesor especialista en la materia.

## EVALUACIÓN

Evaluación continuada y trabajo dirigido fin de curso.

## PROFESORADO

- Dña. Silvia Motilla. Fisioterapeuta, Especialista en curso del método Pilates COVA TECH (Milán). Certificado como Instructor Pilates nivel básico, intermedio y avanzado en Mattwork, Universal Reformer, Cadillac, Chair, Barrel y Step-barrel. Profesora Colaboradora y Tutora de prácticas de la Escuela Universitaria de Enfermería y Fisioterapia "San Juan de Dios" y Directora del Centro Forma Pilates de Madrid.
- D. Jaime Gómez-Cano. Fisioterapeuta. Diplomado en la especialidad de Técnica de Martillo Percutor Estructural. Instructor de Pilates por la escuela canadiense Stott Pilates. Tutor de prácticas de la Escuela Universitaria de Enfermería y Fisioterapia "San Juan de Dios".

**Coordinación:** Dr. D. Néstor Pérez Mallada. Fisioterapeuta. Profesor y Jefe de Estudios de Fisioterapia de la Escuela Universitaria de Enfermería y Fisioterapia "San Juan de Dios", integrada en la Universidad Pontificia Comillas.

## DESTINATARIOS y REQUISITOS DE ADMISIÓN

Estar en posesión del Título Universitario de Diplomado en Fisioterapia.