



FISIOFOCUS
Formación para fisioterapeutas

Método Pilates suelo para fisioterapeutas

Introducción

Nuestro **curso de fisioterapia** "Método Pilates suelo para fisioterapeutas" va dirigido a todos aquellos **fisioterapeutas** que quieran incorporar el **Método Pilates** para realizar tratamientos individuales o grupales, mejorando su éxito profesional.



El método Pilates es un sistema de entrenamiento físico y mental creado por Joseph Pilates a principios del sg XX. Se considera como una "controlología corporal", estudiando el movimiento preciso y correcto, enfocado a todo tipo de gente. Es una mezcla entre gimnasia oriental y occidental, basado en una higiene postural que busca conseguir la postura correcta previamente a la ejecución del movimiento.

Se basa en el conocimiento de distintas especialidades y une el fortalecimiento muscular con el control mental, la respiración y la relajación.

Hoy en día se ha convertido en una herramienta indispensable en la fisioterapia para prevenir y tratar patologías musculoesqueléticas de manera individual o en grupo.

Objetivos

Este curso va dirigido a todos aquellos fisioterapeutas que quieran incorporar el Método Pilates como método de tratamiento, mejorando su éxito profesional.

Objetivos principales:

- Conocer la historia de Joseph Pilates, sus principios y beneficios.
- Profundizar en la valoración de un paciente: historia clínica, anamnesis, valoración de la postura y pruebas funcionales.
- Aprender a realizar los ejercicios de nivel básico, medio y avanzado.
- Aprender estrategias de enseñanza de los ejercicios en los pacientes.
- Aportar estrategias de adaptación en función de cada patología y paciente.
- Capacidad para estructurar e impartir una clase en grupo.
- Capacidad para estructurar una clase de preparto y postparto



FISIOFOCUS
Formación para fisioterapeutas

Programa completo del curso

LOS ALUMNOS RECIBIRÁN UN CD CON TODOS LOS EJERCICIOS REALIZADOS EN CLASE PARA QUE LOS PUEDAN CONSULTAR CUANDO LO PRECISEN.

1.INTRODUCCIÓN

- Historia de Joseph Pilates
- ¿Qué es el Método Pilates?
- Principios del Método Pilates
- Beneficios de Método Pilates

2.ANATOMÍA Y BIOMECÁNICA DEL CUERPO Y SU RELACIÓN CON EL MÉTODO PILATES

3.VALORACIÓN DEL PACIENTE

- Historia clínica y anamnesis
- Análisis de la postura. Valoración estática
- Valoración dinámica: pruebas globales y pruebas analíticas.

4.EJERCICIOS DE PILATES MATWORK NIVEL BÁSICO

5.EJERCICIOS DE PILATES MATWORK NIVEL MEDIO

6.EJERCICIOS DE PILATES MATOWORK NIVEL AVANZADO

7.FISIOTERAPIA Y EL MÉTODO PILATES

- Cervicalgias
- Dorsalgias
- Lumbalgias
- Patologías articulares
- Escoliosis
- Hernias discales
- Enfermedades reumáticas

8.MÉTODO PILATES EN EMBARAZO Y POSTPARTO



FISIOFOCUS
Formación para fisioterapeutas

Profesora

Laura Calzado



Fisioterapeuta especialista en Uroginecología y Obstetricia.
Máster Universitario en Técnicas avanzadas en Fisioterapia para la mujer Universidad Europea de Madrid.

Postgrado de Experto en Fisioterapia Obstretocoa y Uroginecología.

Directora y fisioterapeuta en la clínica LC Fisioterapia en Madrid, centro dedicado principalmente a la fisioterapia de la mujer.

Imparte conferencias en la Universidad Rey Juan Carlos

Imparte seminarios Teórico-Prácticos en la Universidad de Alcalá de Henares

Profesora de cursos de postgrado relacionados con el suelo pélvico y obstreticia.

Instructora de Pilates en suelo y avanzado.

Metodología

El curso será teórico-práctico con mayor incidencia en la parte práctica, que se realizará entre los alumnos.