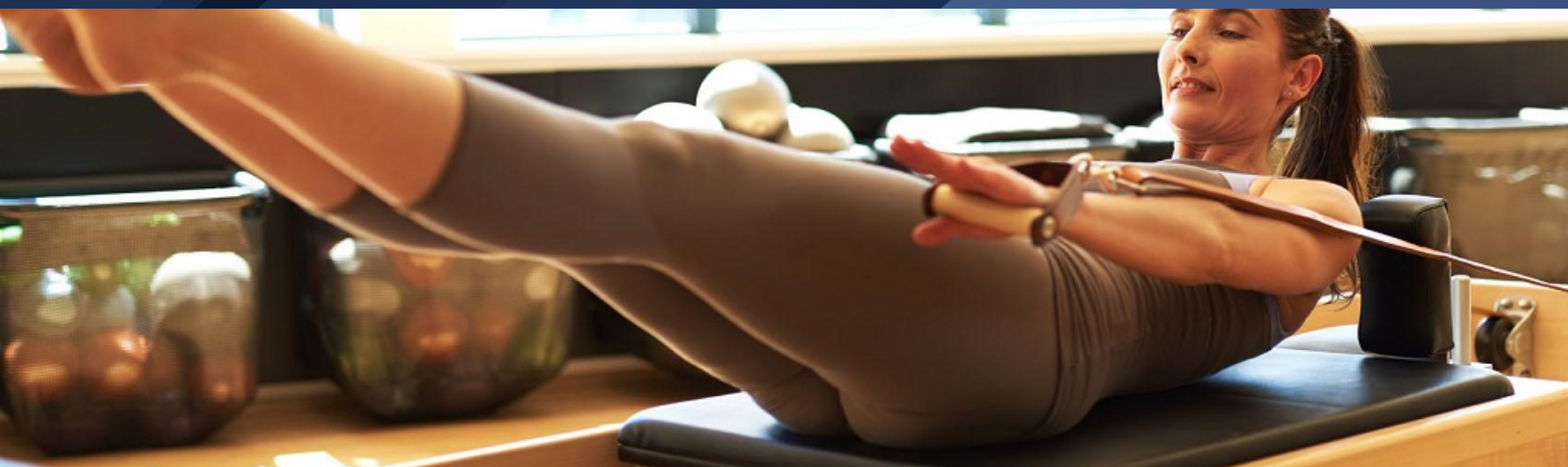




Curso en Pilates: Revisión y Actualización para su Aplicación a la Salud



<https://g-se.com/es/formacion/metodo-pilates-revision-actualizacion-aplicacion-salu...>





Curso en Pilates: Revisión y Actualización para su Aplicación a la Salud

*Valoración de la capacitación
por parte de los alumnos:*





Curso en Pilates: Revisión y Actualización para su Aplicación a la Salud

Sobre el Curso

PROGRAMA +Trainer

En la actualidad, el método Pilates es una forma de ejercicio físico que está adquiriendo gran popularidad. Atendiendo a los principios físicos y mentales en los que se fundamenta, puede ser una herramienta tan eficaz o más que otros tipos de ejercicio físico, determinándose recientemente como una intervención novedosa en el tratamiento de enfermedades crónicas no transmisibles debido a sus beneficios percibidos en los trastornos musculoesqueléticos, así como otras afecciones.

Pilates fue diseñado por Joseph Pilates como un ejercicio de bajo impacto adecuado para cualquier persona, y fue particularmente popular entre los bailarines durante muchos años. Originalmente llamado "contrología" (haciendo referencia al control del centro, de la zona lumbo-abdominal que él llamaba también «core» o «powerhouse»), lo describió como un sistema que "desarrolla el cuerpo de manera uniforme, corrige posturas equivocadas, restaura la vitalidad física, vigoriza la mente y eleva el espíritu".

En este curso de especialización teórico-práctico profundizaremos en la comprensión de la filosofía del Pilates desde una perspectiva anatomo-mecánica, revisaremos la evidencia científica existente sobre la efectividad y seguridad del método, y proporcionaremos herramientas prácticas que permitan diseñar programas de ejercicio seguros y eficaces en población sana y con patología.

Los alumnos que hayan asistido a algún curso del profesor Rafael Humanes, podrán obtener un 20% de descuento* en esta capacitación. Para la obtención del descuento**, deben acreditar la participación en los cursos indicados mediante el envío del certificado de asistencia al siguiente email: patologias@iicefs.org.

* Aplicable únicamente si se realiza el curso completo.

** El descuento se debe aplicar antes de efectuar el pago. En ningún caso se efectuará el descuento una vez se haya abonado el curso.



Información Útil



PERFIL DE EGRESADO

- Especialistas en Ejercicio Físico. (entrenadores personales, instructores, entrenadores físicos)
- Profesionales de la salud. (médicos, fisioterapeutas, etc.)
- Formación académica de base en ciencias del ejercicio físico (estudiantes o graduados/licenciados) y/o medicina.



CURSO DESTINADO A:

Profesionales del Ámbito de la Salud y del Ejercicio Físico:

- Graduados, Licenciados, Diplomados y maestros en Educación Física
- Estudiantes de grado/licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y Deporte
- Técnicos deportivos en activo (entrenadores deportivos, instructores, entrenadores personales, etc.)
- Fisioterapeutas y kinesiólogos o estudiantes de estas profesiones afines.
- Médicos o estudiantes de medicina



Curso en Pilates: Revisión y Actualización para su Aplicación a la Salud

Docentes



RAFAEL HUMANES BALMONT
PILATES



LUCÍA GUERRERO ROMERO
Lic. en Ciencias de la Actividad Física y Deporte. Máster en Entrenamiento Personal. Máster en Prescripción de Ejercicio Físico en Patologías.



Curso en Pilates: Revisión y Actualización para su Aplicación a la Salud

Docentes



JUAN RAMÓN HEREDIA ELVAR

Fisiología, Metodología del Entrenamiento



Curso en Pilates: Revisión y Actualización para su Aplicación a la Salud

Programa académico (20 Horas cátedra)

Módulo 1

Filosofía y descripción del método. Principios tradicionales y evolución

-

Definición y análisis de los ejercicios desde la comprensión anatómica y biomecánica

-

Revisión de las evidencias científicas y extensión de su uso en diferentes contextos

-

Módulo 2

Core, pilates y mujer. Revisión y aplicaciones

-

Adaptaciones al entrenamiento aplicadas al dolor lumbar y las patologías raquídeas.
Sesiones prácticas

-



Journals



SPORT Discus™ with Full Text



Online Education Center nos brinda de manera exclusiva y gratuita para todos los alumnos avanzados de G-SE el ingreso a SPORT Discus with Full text.

Con cobertura a texto completo (full text) que data desde el año 1930, SPORTDiscus with Full Text es la herramienta esencial para los estudiantes que desean estar un paso adelante en cuanto a conocimientos, investigación y trabajos finales de grado, másteres y doctorados.

El contenido incluye:

- Más de **650 revistas** (journals) a texto completo.
- Resúmenes de 970 revistas.
- Actas e informes de conferencias.
- Más de **3800 vídeos**.
- Más de **150000 artículos** con referencias citadas de búsqueda.

Pueden consultar y descargar estos materiales cuantas veces deseen mientras dure el acceso a este campus virtual de G-SE.



Curso en Pilates: Revisión y Actualización para su Aplicación a la Salud

Certificados



CERTIFICADO FINAL DE APROBACIÓN

- Otorga: Instituto Internacional de Ciencias del Ejercicio Físico y Salud
- Tipo de certificado: Digital
- Este certificado especifica que un alumno ha realizado todas las evaluaciones y ha aprobado una capacitación en particular. Se incluyen los siguientes datos: nombres y apellidos del alumno, nombre de la capacitación, cantidad de horas cátedra y nombre de la organización que certifica.



CERTIFICADO FINAL DE ASISTENCIA

- Otorga: Instituto Internacional de Ciencias del Ejercicio Físico y Salud
- Tipo de certificado: Digital
- Este certificado especifica que un alumno ha asistido a una capacitación en particular. Se incluyen los siguientes datos: nombres y apellidos del alumno, nombre de la capacitación, cantidad de horas cátedra y nombre de la organización que certifica.



Curso en Pilates: Revisión y Actualización para su Aplicación a la Salud

Avales Científicos



INSTITUTO INTERNACIONAL DE
CIENCIAS DEL EJERCICIO FÍSICO Y SALUD

**Instituto Internacional de Ciencias del Ejercicio
Físico y Salud**



Formas de Pago

GLOBALES

Tarjeta de crédito o débito internacional / Tarjeta de crédito o débito Europea / PayPal Depósito o transferencia (Bankinter)

SOLO PARA ARGENTINA

Tarjeta de crédito o débito Argentina / Depósito o transferencia bancaria (Banco Galicia) Pago Fácil / Rapipago

SOLO PARA BOLIVIA

PagosNet

SOLO PARA CHILE

Servipag / Sencillito / Webpay / Multicaja

SOLO PARA COLOMBIA

Tarjeta de crédito o débito Colombiana / Via Baloto / Pagos Seguros en Línea (PSE)

SÓLO PARA ECUADOR

SafetyPay

SÓLO PARA MÉXICO

OXXO; Tarjeta de crédito o débito Mexicana; SPEI

SÓLO PARA PERÚ

PagoEfectivo; SafetyPay; Tarjeta de crédito o débito Peruana

SÓLO PARA URUGUAY

Depósito o transferencia (Santander Uruguay)

FORMAS DE PAGO DE SOCIOS EDUCATIVOS

Tarjeta de crédito o débito Argentina; Pago en sede; Depósito o transferencia bancaria (Banco Galicia; Santander; Sabadell); Western Union; PayPal; Tarjeta de crédito o débito internacional; Pago en efectivo; Consignación o transferencia bancaria (Banco DAVIVIENDA); Pago Fácil / Rapipago; Credit or debit card; Depósito o transferencia bancaria (Banco Nación)



Formas de Pago



En todos los países:





Q&A



G-SE "Preguntas"

The screenshot displays the G-SE Preguntas interface. On the left is a sidebar with navigation links: 'Iniciar Sesión', 'Home', 'Mis Preguntas', 'Preguntas Seguidas', and 'Mis Respuestas'. The main content area features a search bar at the top with the placeholder 'Haz una pregunta...'. Below it, a question card is visible, titled '¿Qué' and dated '27 may 2021 · 11:29'. The question text is 'La exposición a la luz artificial ¿genera cambios o disturbios en el sueño?'. To the right of the question are icons for views (5), replies (1), and a menu. Below the question is an answer card, titled 'Respuesta' and dated '27 may 2021 · 11:29', by user 'Ernesto Cifuentes Merenea'. The answer text discusses the physical and mental fatigue from playing football at night and its impact on sleep. At the bottom of the answer card are icons for upvotes and downvotes, both showing a count of 0, and a link '(ver más)'. Below the answer card is a 'Responder...' input field.

G-SE Preguntas es la base de conocimientos más grande de habla hispana sobre las ciencias del ejercicio. Preguntas, respuestas, comentarios y un valioso intercambio de información abierto y en tiempo real entre colegas de todas las disciplinas.

¿Cómo puedo participar?

- **Posteando preguntas a colegas.** Las preguntas son y serán siempre anónimas, por más que te pidamos que te loguees/registres.
- **Aportando tu conocimiento** respondiendo preguntas para ganar reputación dentro de la comunidad.

¡Echa un vistazo y comienza a participar!

MÁS INFORMACIÓN



Grupo Sobre Entrenamiento (G-SE) es el Líder Mundial en Información y Capacitación a Distancia en Ciencias del Ejercicio y Salud

G-SE es un referente en la información y la capacitación a distancia en ciencias del ejercicio y medicina del deporte, dividiéndose en tres grandes secciones: 1) "Artículos", en donde se presentan blogs y artículos gratuitos contenidos en más de 7 journals especializados; 2) "Capacitaciones", una gran plataforma de difusión y comercialización de formaciones a distancia ofrecidas por nuestros socios educativos integrada a nuestro poderoso LMS (learning management system) de desarrollo propio; y 3) "Foros" en donde se promueve la interactividad, experiencias compartidas y opiniones de expertos.

 g-se@g-se.com

   [g-se.com](https://www.g-se.com)