

Curso

Bases Neurofisiológicas de Relaxamento e Meditação para Enfermagem





Curso

Bases Neurofisiológicas de Relaxamento e Meditação para Enfermagem

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: www.techtute.com/br/enfermagem/curso/bases-neurofisiologicas-relaxamento-meditacao-enfermagem

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Direção do curso

pág. 12

04

Estrutura e conteúdo

pág. 18

05

Metodologia

pág. 22

06

Certificado

pág. 30

01

Presentación

O conhecimento das Bases Neurofisiológicas de Relaxamento e Meditação para Enfermagem permitirá que o enfermeiro avalie e trate com eficácia as lesões musculoesqueléticas, como entorses, distensões e rupturas. É fundamental que o profissional se mantenha atualizado em uma área com avanços constantes. Por isso, cada vez mais profissionais de enfermagem o utilizam como tratamento terapêutico complementar. Com o objetivo de permitir que os profissionais de enfermagem contribuam de forma significativa para o processo de recuperação dos pacientes, a TECH desenvolveu um programa abrangente e de alto rigor, apresentado em um formato 100% online. Desta forma, o graduado se aprofundará nos tipos de mecanorreceptores e sua importância nos diferentes estilos de Yoga, distribuindo a carga didática de acordo com suas próprias necessidades. Tudo isso com a metodologia mais eficaz, o *Relearning* da TECH.





Você se aprofundará nas Bases Neurofisiológicas de Relaxamento e Meditação para Enfermagem e sua aplicação no mundo do Yoga Terapêutico”

O estilo de vida pouco saudável pode levar a uma maior incidência de lesões no Sistema Fascial. Felizmente, a prática regular de atividade física, como o Yoga, pode ajudar a reduzir a dor e corrigir a postura. Essa disciplina complementa perfeitamente os tratamentos tradicionais e está se tornando uma alternativa cada vez mais popular para determinadas condições. Como resultado, muitos profissionais na área de enfermagem estão incorporando o Yoga à sua prática clínica habitual.

Para atender à crescente demanda por atualização nesse tema, desenvolvemos este Curso de Bases Neurofisiológicas de Relaxamento e Meditação com duração de 6 semanas, que oferece o conteúdo didático mais inovador do panorama acadêmico atual. Desta forma, o programa ajuda o graduado a aprofundar nos conceitos mais importantes sobre o Sistema Fascial. Além disso, inclui recursos multimídia, leituras especializadas e estudos de caso para ajudar os alunos a se aprofundarem no tema.

Trata-se de um programa oferecido em uma modalidade totalmente online, permitindo que o enfermeiro se atualize com as novidades mais recentes do setor, equilibrando os estudos com outros aspectos de sua vida. Da mesma forma, a metodologia sob a qual é ministrado, o *Relearning*, torna o processo de aprendizagem eficaz e natural ao mesmo tempo. Com a apresentação dos materiais em diferentes suportes audiovisuais, facilita-se a integração progressiva dos conhecimentos. Assim, o graduado só precisará de um dispositivo com conexão à internet para acessar uma capacitação adaptada às suas necessidades.

Este **Curso de Bases Neurofisiológicas de Relaxamento e Meditação para Enfermagem** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de estudos de caso apresentados por especialistas em Yoga
- ♦ O conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático oferece informações científicas e práticas sobre as disciplinas que são essenciais para a prática profissional
- ♦ Contém exercícios práticos em que o processo de autoavaliação é realizado para melhorar o aprendizado
- ♦ Destaque especial para as metodologias inovadoras
- ♦ Aulas teóricas, perguntas a especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com conexão à Internet



Uma alternativa acadêmica que aprimorará suas habilidades no diagnóstico e tratamento de doenças que afetam a Fáscia”

“

Atualize-se sobre as diferentes vias miofasciais e sua importância nos distintos estilos de Yoga”

O corpo docente deste curso inclui profissionais da área que transferem a experiência do seu trabalho para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de sociedades científicas de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

A estrutura deste curso se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, através da qual o profissional tentará resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do curso. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos.

Você poderá acessar a biblioteca digital de recursos didáticos oferecidos pela TECH de qualquer dispositivo com conexão à internet.

Uma capacitação que permitirá se aprofundar nas diferentes posturas do Yoga e suas implicações nas Bases Neurofisiológicas de Relaxamento e Meditação para Enfermagem.



02

Objetivos

O plano de estudos foi elaborado para fornecer ao enfermeiro os recursos didáticos mais avançados nas Bases Neurofisiológicas de Relaxamento e Meditação para Enfermagem. Dessa forma, ao longo das 150 horas de conteúdos abrangentes, o graduado explorará a história, o conceito e a importância da prática do Yoga. Além disso, poderá identificar os principais desequilíbrios posturais e como corrigi-los. Tudo isso, sem necessidade de presença física e com o aval de uma universidade de grande prestígio, a TECH.





“

*Você se aprofundará nos principais
desequilíbrios posturais e em como
a prática do Yoga e a biomecânica
da Fáscia podem ajudar a corrigi-los”*



Objetivos gerais

- ♦ Incorporar os conhecimentos e habilidades necessários para o correto desenvolvimento e aplicação das técnicas de Yoga Terapêutico do ponto de vista clínico
- ♦ Criar um programa de Yoga projetado e baseado em evidências científicas
- ♦ Explorar as posturas (asanas) mais adequadas de acordo com as características da pessoa e suas lesões
- ♦ Explorar os estudos sobre biomecânica e sua aplicação às posturas (asanas) do Yoga Terapêutico
- ♦ Descrever a adaptação das posturas (asanas) do Yoga para as patologias de cada pessoa
- ♦ Explorar as bases neurofisiológicas das técnicas meditativas e de relaxamento existentes



Com este programa, você poderá incorporar as técnicas mais modernas de Tensegridade em seus tratamentos terapêuticos”





Objetivos específicos

- ♦ Aprofundar na história e conceito da fáscia, e sua importância na prática de Yoga
- ♦ Aprofundar nos diferentes tipos de mecanorreceptores na fáscia e como aplicá-los nos diferentes estilos de Yoga
- ♦ Indicar a necessidade de aplicar o termo fáscia nas aulas de Yoga para uma prática mais efetiva e consciente
- ♦ Explorar a origem e desenvolvimento do termo tensegridade, e sua aplicação na prática de Yoga
- ♦ Identificar as diferentes vias miofasciais e as posturas específicas para cada uma das cadeias
- ♦ Aplicar a biomecânica da fáscia na prática de Yoga para melhorar a mobilidade, força e flexibilidade
- ♦ Identificar os principais desequilíbrios posturais e como corrigi-los através da prática de Yoga e da biomecânica da fáscia

03

Dirección del curso

Uma das características distintivas desta capacitação é seu excelente corpo docente, formado por especialistas de prestígio internacional na área do Yoga Terapêutico. Com o objetivo de oferecer um plano de estudos de qualidade, a TECH reuniu uma equipe de alto nível que traz seu amplo conhecimento nesse campo. Portanto, o graduado terá a garantia que receberá uma capacitação elaborada por autênticos especialistas para oferecer um programa da mais alta qualidade.



“

Você aprenderá com os melhores especialistas em Yoga Terapêutico por meio de sua ampla e excelente experiência profissional”

Diretora Internacional Convidada

Sendo a Diretora de Professores e Chefe de Formação de Instrutores do Integral Yoga Institute de Nova York, Dianne Galliano se posiciona como uma das figuras mais importantes deste campo a nível internacional. Seu foco acadêmico tem sido principalmente o yoga terapêutico, contando com mais de 6.000 horas documentadas de ensino e formação contínua.

Assim, sua função tem sido a de tutorizar, desenvolver protocolos e critérios de formação e proporcionar educação contínua aos instrutores do Integral Yoga Institute. Ela concilia essa função com seu papel como terapeuta e instrutora em outras instituições como The 14th Street Y, Integral Yoga Institute Wellness Spa e a Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Seu trabalho também se estende à criação e direção de programas de yoga, desenvolvendo exercícios e avaliando os desafios que possam surgir. Ao longo de sua carreira, trabalhou com diferentes perfis de pessoas, incluindo homens e mulheres idosos e de meia-idade, indivíduos pré-natais e pós-natais, adultos jovens e até veteranos de guerra com uma série de problemas de saúde física e mental.

Para cada um deles, realiza um trabalho cuidadoso e personalizado, tendo tratado pessoas com osteoporose, em recuperação de cirurgias cardíacas ou pós-câncer de mama, vertigem, dores nas costas, síndrome do intestino irritável e obesidade. Ela possui várias certificações, destacando-se a E-RYT 500 pela Yoga Alliance, Suporte Vital Básico (SVB) pela American Health Training e Instrutora de Exercício Certificada pelo Centro de Movimento Somático.



Sra. Dianne Galliano

- Diretora do Instituto de Yoga Integral, Nova York, Estados Unidos
- Instrutora de Yoga Terapêutico na The 14TH Street Y
- Terapeuta de Yoga no Integral Yoga Institute Wellness Spa de Nova York
- Instrutora Terapêutica na Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Formada em Ensino Fundamental I pela State University of New York
- Mestrado em Yoga Terapêutico pela Universidade de Maryland

“

*Graças à TECH você será capaz
de aprender com os melhores
profissionais do mundo”*

Direção



Sra. Zoraida Escalona García

- Vice-presidente da Associação Espanhola de Yoga Terapêutico
- Fundadora do método *Air Core* (aulas que combinam TRX e Treinamento Funcional com Yoga)
- Formadora em Yoga Terapêutico
- Formada em Ciências Biológicas pela Universidade Autônoma de Madrid
- Curso de Professor de: Ashtanga Yoga Progressivo, FisiomYoga, Yoga Miofascial e Yoga e Câncer
- Curso de Monitor de Pilates Solo
- Curso em Fitoterapia e Nutrição
- Curso de Professor de Meditação



04

Estructura y contenido

O plano de estudos deste curso universitário imergirá o graduado nas Bases Neurofisiológicas de Relaxamento e Meditação para Enfermagem, orientando-o para o Yoga Terapêutico. Uma jornada acadêmica com duração de 6 semanas, onde se inclui informação sobre a Fáscia, tipos de mecanorreceptores e sua importância no Yoga, as Cadeias Miofasciais e linhas posteriores. Um programa onde o aluno terá à sua disposição ferramentas pedagógicas de alta qualidade baseadas em pilulas multimídia, leituras especializadas e estudos de caso. Tudo isso disponível 24 horas por dia, a partir de qualquer dispositivo digital com conexão à internet.





“

*Uma jornada acadêmica em que você
conterá com leituras especializadas
disponíveis 24 horas por dia”*

Módulo 1. Sistema Fascial

- 1.1. Fáscia
 - 1.1.1. História
 - 1.1.2. Fáscia vs. Aponeurose
 - 1.1.3. Tipos
 - 1.1.4. Funções
- 1.2. Tipos de mecanorreceptores e sua importância nos diferentes estilos de Yoga
 - 1.2.1. Importância
 - 1.2.2. Golgi
 - 1.2.3. Paccini
 - 1.2.4. Ruffini
- 1.3. Cadeias Miofasciais
 - 1.3.1. Definição
 - 1.3.2. Importância no Yoga
 - 1.3.3. Conceito de tensegridade
 - 1.3.4. Os três diafragmas
- 1.4. LPS: Linha Posterior Superficial
 - 1.4.1. Definição
 - 1.4.2. Vias anatômicas
 - 1.4.3. Posturas passivas
 - 1.4.4. Posturas ativas
- 1.5. LAS: Linha Anterior Superficial
 - 1.5.1. Definição
 - 1.5.2. Vias anatômicas
 - 1.5.3. Posturas passivas
 - 1.5.4. Posturas ativas
- 1.6. LL: Linha Lateral
 - 1.6.1. Definição
 - 1.6.2. Vias anatômicas
 - 1.6.3. Posturas passivas
 - 1.6.4. Posturas ativas





- 1.7. LE: Linha Espiral
 - 1.7.1. Definição
 - 1.7.2. Vias anatômicas
 - 1.7.3. Posturas passivas
 - 1.7.4. Posturas ativas
- 1.8. Linhas funcionais
 - 1.8.1. Definição
 - 1.8.2. Vias anatômicas
 - 1.8.3. Posturas passivas
 - 1.8.4. Posturas ativas
- 1.9. Linhas dos braços
 - 1.9.1. Definição
 - 1.9.2. Vias anatômicas
 - 1.9.3. Posturas passivas
 - 1.9.4. Posturas ativas
- 1.10. Principais desequilíbrios
 - 1.10.1. Padrão ideal
 - 1.10.2. Grupo de flexão e extensão
 - 1.10.3. Grupo de abertura e fechamento
 - 1.10.4. Padrão inspiratório e expiratório

“

Um programa 100% online que se aprofundará no Yoga Terapêutico e sua aplicação à Fáschia”

05 Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: o **Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo e foi considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações científicas, como o **New England Journal of Medicine**.



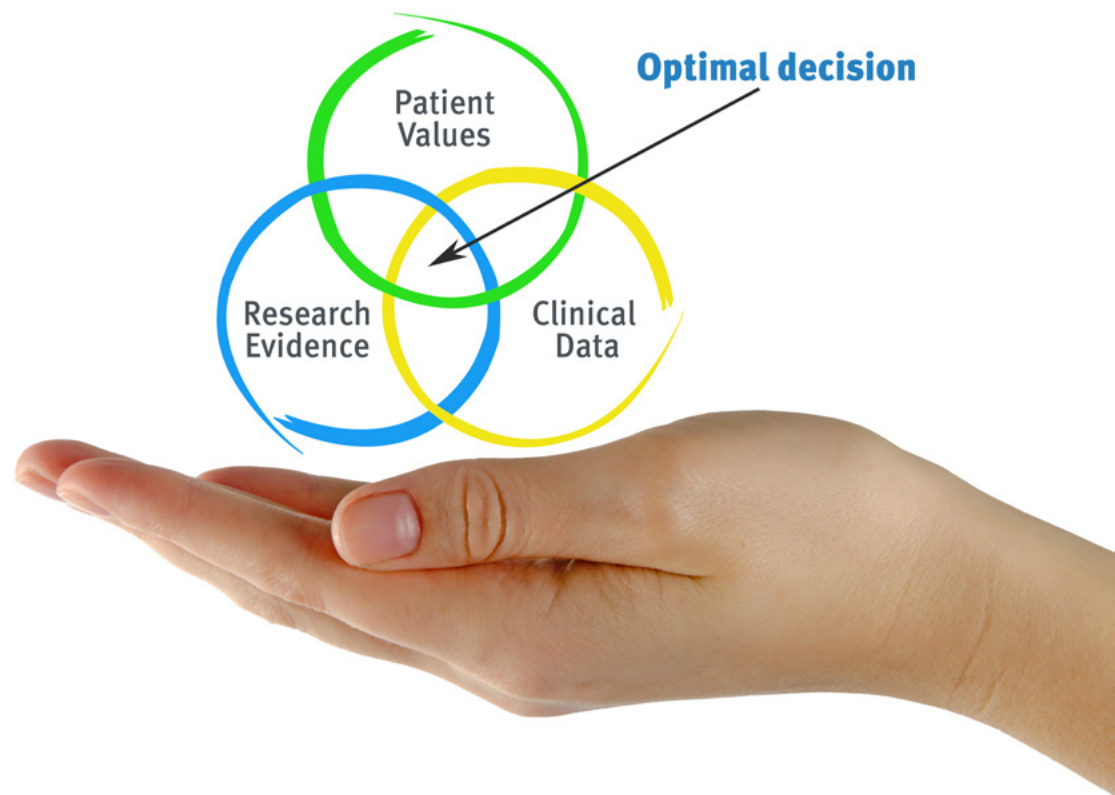
“

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que se mostrou extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização"

Na TECH Nursing School usamos o Método de Estudo de Caso

Em uma situação concreta, o que um profissional deveria fazer? Ao longo deste programa, os alunos irão se deparar com diversos casos clínicos simulados, baseados em pacientes reais, onde deverão investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver as situações. Há inúmeras evidências científicas sobre a eficácia deste método. Os enfermeiros aprendem melhor, mais rápido e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

Com a TECH os enfermeiros experimentam uma maneira de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo.



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação comentada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra algum componente clínico peculiar, seja pelo seu poder de ensino ou pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso estudado seja fundamentado na vida profissional atual, recriando as condições reais na prática da enfermagem profissional.

“

Você sabia que este método foi desenvolvido em 1912, em Harvard, para os alunos de Direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais e complexas para que os alunos tomassem decisões e justificassem como resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard”

A eficácia do método é justificada por quatro conquistas fundamentais:

1. Os enfermeiros que seguem este método não só assimilam os conceitos, mas também desenvolvem a capacidade mental através de exercícios que avaliam situações reais e a aplicação do conhecimento.
2. A aprendizagem se consolida através das habilidades práticas, permitindo que o profissional de enfermagem integre melhor o conhecimento no ambiente hospitalar ou no atendimento primário.
3. A assimilação de ideias e conceitos se torna mais fácil e mais eficiente, graças ao uso de situações decorrentes da realidade.
4. A sensação de eficiência do esforço investido se torna um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz em um maior interesse pela aprendizagem e um aumento no tempo dedicado ao curso.



Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando 8 elementos didáticos diferentes em cada aula.

Potencializamos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

O enfermeiro aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes simulados de aprendizagem. Estes simulados são realizados através de softwares de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.



Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis de satisfação geral dos profissionais que concluíram seus estudos, com relação aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Essa metodologia já capacitou mais de 175 mil enfermeiros com sucesso sem precedentes em todas as especialidades, independente da carga prática. Nossa metodologia de ensino é desenvolvida em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente com um perfil socioeconômico médio-alto e uma média de idade de 43,5 anos.

O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo o espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso.

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica.

A nota geral do sistema de aprendizagem da TECH é de 8,01, de acordo com os mais altos padrões internacionais.



Este programa oferece o melhor material educacional, preparado cuidadosamente para os profissionais:



Material de estudo

Todo o conteúdo didático foi desenvolvido especificamente para o programa pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que permite que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso com as técnicas mais inovadoras e oferecendo alta qualidade em todo o material que colocamos à disposição do aluno.



Técnicas e procedimentos de enfermagem em vídeo

A TECH aproxima o aluno das técnicas mais recentes, dos últimos avanços educacionais e da vanguarda das técnicas de enfermagem atuais. Tudo isso com o máximo rigor, explicado e detalhado para contribuir para a assimilação e compreensão do aluno. E o melhor de tudo, você pode vê-los quantas vezes quiser.



Resumos interativos

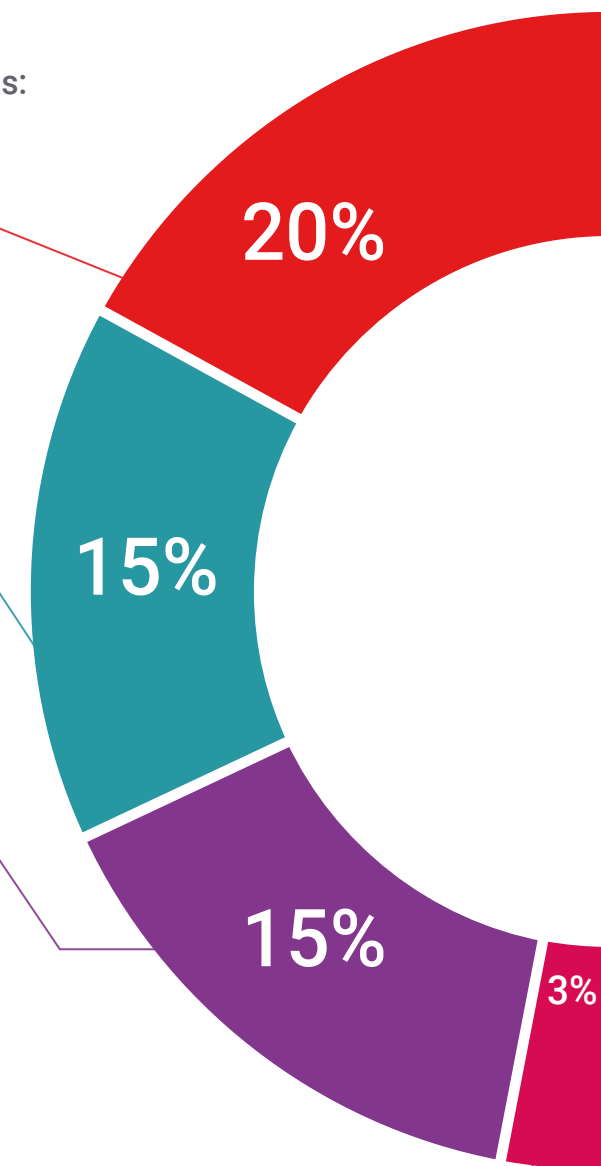
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica, através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

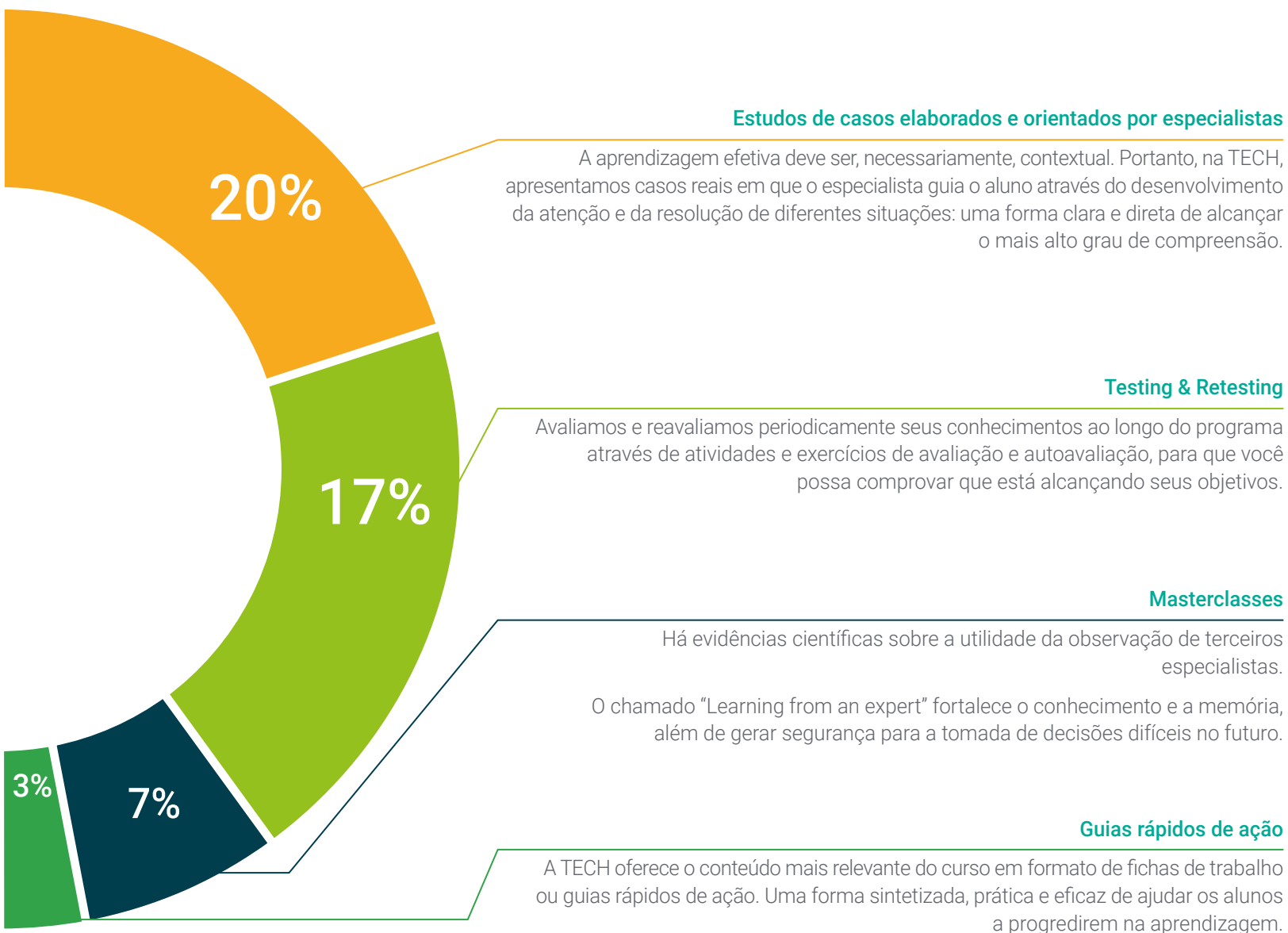
Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que for necessário para complementar a sua capacitação.





06

Titulación

O Curso de Bases Neurofisiológicas de Relaxamento e Meditação para Enfermagem garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, o acesso ao certificado do Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado do Curso, emitido pela TECH Universidade Tecnológica”

Este **Curso de Bases Neurofisiológicas de Relaxamento e Meditação para Enfermagem** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* do **Curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Curso de Bases Neurofisiológicas de Relaxamento e Meditação para Enfermagem**

Modalidade: **online**

Duração: **6 semanas**



*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.



Curso

Bases Neurofisiológicas de
Relaxamento e Meditação
para Enfermagem

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Curso

Bases Neurofisiológicas de Relaxamento e Meditação para Enfermagem

