

Corso Universitario

Colonna Vertebrale e Arti nello Yoga Terapeutico in Infermieristica





Corso Universitario

Colonna Vertebrale e Arti nello Yoga Terapeutico in Infermieristica

- » Modalità: online
- » Durata: 6 settimane
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Dedizione: 16 ore/settimana
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: www.techitute.com/it/medicina/corso-universitario/colonna-vertebrale-arti-yoga-terapeutico-infermieristica

Indice

01

Presentazione

pag. 4

02

Obiettivi

pag. 8

03

Direzione del corso

pag. 12

04

Struttura e contenuti

pag. 18

05

Metodologia

pag. 22

06

Titolo

pag. 30

01

Presentazione

Negli ultimi anni, lo Yoga Terapeutico si è affermato come terapia complementare o alternativa. Uno studio pubblicato sulla rivista *Complementary Therapies in Medicine* ha dimostrato che lo Yoga Terapeutico può essere utile per migliorare l'equilibrio, la flessibilità e la qualità della vita nelle persone affette da sclerosi multipla. In questo modo, è diventato essenziale per affrontare diverse patologie, soprattutto riguardanti la colonna vertebrale e gli arti. Per questo motivo, TECH ha preparato un programma incentrato su questa branca dello Yoga, in cui l'infermiere potrà approfondire argomenti come le vertebre lombari, i diaframmi respiratori e il Sistema Nervoso Periferico; il tutto con materiale multimediale di alta qualità che potrà essere consultato in qualsiasi momento.





“

Approfondisci l'importanza del Core e il significato dello Yoga come complemento medico"

Lo Yoga Terapeutico si è dimostrato efficace nel recupero di pazienti affetti da problemi alla Colonna Vertebrale e agli Arti. L'adattabilità delle sessioni e la loro complementarità con i trattamenti medici ne fanno un'opzione essenziale che gli infermieri devono mettere in pratica.

Con l'obiettivo di fornire agli infermieri un aggiornamento sullo Yoga Terapeutico per la Colonna Vertebrale e per gli Arti, è stato ideato un Corso Universitario 100% online, progettato da istruttori specializzati in questa disciplina. Il programma comprende una prospettiva teorica e pratica, numerose risorse aggiuntive e un piano di studi che promettono di aggiornare l'infermiere su queste tecniche complementari.

Questo programma prevede anche la partecipazione di un esperto internazionale di Yoga Terapeutico, il che dimostra il consolidamento di questo Corso Universitario come opzione garantita per l'approfondimento della materia. I materiali, le lezioni e i fondamenti impartiti durante le lezioni si basano su una solida base scientifica, che consente agli studenti di tenersi aggiornati sulle ultime conoscenze.

Questo programma si adatta alle esigenze dei professionisti del settore infermieristico, che desiderano tenersi aggiornati attraverso una qualifica flessibile e comoda. L'accesso richiede solo un dispositivo digitale con una connessione a Internet, il che lo rende ideale per chi ha bisogno di conciliare le attività quotidiane più stringenti con un aggiornamento all'avanguardia.

Questo **Corso Universitario in Colonna Vertebrale e Arti nello Yoga Terapeutico in Infermieristica** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ♦ Sviluppo di casi di studio presentati da esperti in Yoga
- ♦ I contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici in base ai quali sono stati concepiti forniscono informazioni scientifiche e pratiche riguardo alle discipline mediche essenziali per l'esercizio della professione
- ♦ Esercizi pratici che offrono un processo di autovalutazione per migliorare l'apprendimento
- ♦ Speciale enfasi sulle metodologie innovative
- ♦ Lezioni teoriche, domande all'esperto, forum di discussione su questioni controverse e lavori di riflessione individuale
- ♦ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o portatile provvisto di connessione a internet



Un programma unico con il quale approfondirai la comprensione dei diversi movimenti della Colonna Vertebrale e delle relative posizioni nello Yoga Terapeutico"

“

Aggiornati sull'efficacia dello Yoga Terapeutico nel recupero di pazienti affetti da problemi alla Colonna Vertebrale e agli Arti”

Il personale docente del programma comprende prestigiosi professionisti del settore che apportano la propria esperienza di lavoro, così come specialisti riconosciuti e appartenenti a società scientifiche di riferimento e a università di prestigio.

I contenuti multimediali, sviluppati in base alle ultime tecnologie educative, forniranno al professionista un apprendimento coinvolgente e localizzato, ovvero inserito in un contesto simulato nel quale svolgere un tirocinio immersivo, concepito per l'esercitazione in situazioni reali.

La creazione di questo programma è incentrata sull'Apprendimento Basato sui Problemi, mediante il quale il professionista deve cercare di risolvere le diverse situazioni di pratica professionale che gli si presentano durante il corso. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama.

Aggiornarti con le più recenti tecniche dello Yoga Terapeutico e applicarle ai trattamenti della Colonna Vertebrale e degli Arti.

Avrai accesso alla biblioteca virtuale più completa, per rendere costante il tuo aggiornamento professionale.



02 Obiettivi

Questo Corso Universitario in Colonna Vertebrale e Arti nello Yoga Terapeutico in Infermieristica è stato creato con l'obiettivo di consentire ai professionisti del settore infermieristico di aggiornare le proprie conoscenze sull'applicazione dello Yoga Terapeutico alle zone della Colonna Vertebrale e degli arti. In questo modo, saranno preparati ad adattare la pratica di questa attività alle diverse patologie presentate dal paziente, soddisfacendo così le sue specifiche esigenze di rafforzamento, mobilità o elasticità.





“

*Approfondisci uno dei
trattamenti complementari
più utilizzati al mondo”*



Obiettivi generali

- ◆ Incorporare le conoscenze e le competenze necessarie per il corretto sviluppo e l'applicazione delle tecniche di Yoga Terapeutico da un punto di vista clinico
- ◆ Creare un programma di Yoga progettato e basato su prove scientifiche
- ◆ Approfondire gli asana più appropriati in base alle caratteristiche della persona e alle lesioni che presenta
- ◆ Approfondire gli studi sulla biomeccanica e la sua applicazione agli asana dello Yoga Terapeutico
- ◆ Descrivere l'adattamento degli asana dello Yoga alle patologie di ogni persona
- ◆ Approfondire le basi Neurofisiologiche delle tecniche di meditazione e di rilassamento esistenti





Obiettivi specifici

- ♦ Descrivere il sistema muscolare, nervoso e scheletrico
- ♦ Approfondire l'anatomia e le funzioni della colonna vertebrale
- ♦ Approfondire la fisiologia dell'anca
- ♦ Descrivere la morfologia degli arti superiori e inferiori
- ♦ Approfondire il Diaframma e il Core



Approfondisci la contrazione isometrica e isotonica e la loro rilevanza negli diversi stili di Yoga"

03

Direzione del corso

Coerentemente con il suo impegno a fornire qualifiche universitarie di alta qualità, TECH ha selezionato con cura gli istruttori che fanno parte di questo programma. In questo modo, i professionisti del settore infermieristico che decideranno di intraprendere questa alternativa accademica, otterranno l'aggiornamento desiderato in relazione al trattamento della Colonna Vertebrale e degli Arti attraverso lo Yoga Terapeutico, grazie al contenuto elaborato dai maggiori esperti in questa disciplina. Il programma è completato dalla partecipazione di un professionista internazionale che fornirà le linee guida più aggiornate nel campo dello Yoga Terapeutico applicato alla Colonna Vertebrale e agli Arti.





“

*Aggiornati grazie alla guida
accademica di esperti con una grande
traiettoria nello Yoga Terapeutico”*

Direttrice Ospite Internazionale

Come direttrice degli insegnanti e responsabile della formazione degli istruttori presso l'Integral Yoga Institute di New York, Dianne Galliano si è affermata come una delle figure più importanti del settore a livello internazionale. Il suo interesse accademico si è concentrato principalmente sullo **yoga terapeutico**, con oltre 6.000 ore documentate di insegnamento e formazione continua.

Ha di fatto svolto un ruolo di tutor, sviluppando protocolli e criteri di formazione e fornendo una educazione continua agli istruttori dell'Integral Yoga Institute. Combina questo lavoro con il suo ruolo di terapeuta e istruttore presso altre istituzioni come il 14TH Street Y, l'Integral Yoga Institute Wellness Spa e l'Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Il suo lavoro si estende anche alla **creazione e alla conduzione di programmi di yoga**, sviluppando esercizi e valutando le sfide che possono presentarsi. Nel corso della sua carriera ha lavorato con diversi profili di persone, tra cui uomini e donne anziani e di mezza età, individui in fase pre-natale e post-natale, giovani adulti e persino veterani di guerra, colpiti da una serie di problemi di salute fisica e mentale.

Per ognuno di loro svolge un lavoro attento e personalizzato, avendo trattato persone con osteoporosi, convalescenza da intervento cardiaco o post-cancro al seno, vertigini, mal di schiena, Sindrome dell'Intestino Irritabile e Obesità. Ha conseguito diverse certificazioni, tra cui E-RYT 500 di Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) di American Health Training e Certified Exercise Instructor del Somatic Movement Center.



Dott.ssa Galliano, Dianne

- Istruttrice di Yoga Terapeutico presso il 14TH Street Y
- Terapista di Yoga presso l'Integral Yoga Institute Wellness Spa di New York City
- Istruttrice Terapeutica presso Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Laurea in Scienze della Formazione presso la State University of New York
- Master in Yoga Terapeutico presso l'Università di Maryland

“

Grazie a TECH potrai imparare al fianco dei migliori professionisti al mondo”

Direzione



Dott.ssa Escalona García, Zoraida

- ◆ Vicepresidente dell'Associazione Spagnola di Yoga Terapeutico
- ◆ Fondatrice del metodo *Air Core* (corsi che combinano TRX e Allenamento Funzionale con lo Yoga).
- ◆ Insegnante di Yoga Terapeutico
- ◆ Laurea in Scienze Biologiche presso l'Università Autonoma di Madrid
- ◆ Corso per Insegnanti di: Ashtanga Yoga Progressivo, Physiomyoga, Yoga Miofasciale e Yoga e Cancro
- ◆ Corso di Istruttore di Pilates a terra
- ◆ Corso di Fitoterapia e Nutrizione
- ◆ Corso per Insegnanti di Meditazione

Personale docente

Dott.ssa García, Mar

- ◆ Direttrice e istruttrice del centro di Yoga Satnam Yoga
- ◆ Insegnante di Vinyasa Yoga
- ◆ Insegnante di Yoga Speciale
- ◆ Insegnante di Yoga per bambini e famiglie



04

Struttura e contenuti

Il programma di questo Corso Universitario comprende un'ampia gamma di concetti relativi all'anatomia e alla funzione della colonna vertebrale e degli arti, dal sistema muscolare, nervoso e scheletrico alle diverse zone del corpo, come il bacino e gli arti superiori e inferiori. Il tutto, riunito in una serie di materiali multimediali e al 100% online, da consultare a lezione e al di fuori. In questo modo, gli studenti avranno gli elementi necessari per essere pienamente aggiornati in questa materia.





“

Avrai accesso ai migliori programmi di studio sulle tematiche legate allo Yoga Terapeutico e alla sua applicazione alla zona lombare

Modulo 1. Colonna Vertebrale e Arti

- 1.1. Sistema muscolare
 - 1.1.1. Muscolo: unità funzionale
 - 1.1.2. Tipi di muscoli
 - 1.1.3. Muscoli tonici e fascici
 - 1.1.4. Contrazione isometrica e isotonica e la loro rilevanza negli stili di Yoga
- 1.2. Sistema nervoso
 - 1.2.1. Neuroni: unità funzionale
 - 1.2.2. Sistema Nervoso Centrale: encefalo e midollo spinale
 - 1.2.3. Sistema Nervoso Periferico somatico: nervi
 - 1.2.4. Sistema Nervoso Periferico Autonomo: Simpatico e Parasimpatico
- 1.3. Sistema osseo
 - 1.3.1. Osteociti: unità funzionale
 - 1.3.2. Scheletro assile e appendicolare
 - 1.3.3. Tendini
 - 1.3.4. Legamenti
- 1.4. Colonna vertebrale
 - 1.4.1. Evoluzione della colonna vertebrale e delle sue funzioni
 - 1.4.2. Struttura
 - 1.4.3. Tipo di vertebra
 - 1.4.4. Movimenti della colonna
- 1.5. Regione cervicale e dorsale
 - 1.5.1. Vertebre cervicali: tipiche e atipiche
 - 1.5.2. Vertebre dorsali
 - 1.5.3. Muscoli principali della regione cervicale
 - 1.5.4. Muscoli principali della regione dorsale
- 1.6. Regione lombare
 - 1.6.1. Vertebre lombari
 - 1.6.2. Sacro
 - 1.6.3. Coxis
 - 1.6.4. Muscoli principali





- 1.7. Bacino
 - 1.7.1. Anatomia: differenza tra bacino maschile e femminile
 - 1.7.2. Due concetti chiave: antiversione e retroversione
 - 1.7.3. Muscoli principali
 - 1.7.4. Pavimento pelvico
- 1.8. Arti superiori
 - 1.8.1. Articolazione della spalla
 - 1.8.2. Muscoli della cuffia dei rotatori
 - 1.8.3. Braccio, gomito e avambraccio
 - 1.8.4. Muscoli principali
- 1.9. Arti Inferiori
 - 1.9.1. Articolazione coxo-femorale
 - 1.9.2. Ginocchio: articolazione tibio-femorale e femoro-rotulea
 - 1.9.3. Legamenti e menischi del ginocchio
 - 1.9.4. Muscoli principali della gamba
- 1.10. Diaframma e Core
 - 1.10.1. Anatomia del diaframma
 - 1.10.2. Diaframma e respirazione
 - 1.10.3. Muscoli del "Core"
 - 1.10.4. Core e la sua importanza nello Yoga



Riceverai l'aggiornamento che una buona sessione di Yoga Terapeutico necessita"

05

Metodologia

Questo programma ti offre un modo differente di imparare. La nostra metodologia si sviluppa in una modalità di apprendimento ciclico: *il Relearning*.

Questo sistema di insegnamento viene applicato nelle più prestigiose facoltà di medicina del mondo ed è considerato uno dei più efficaci da importanti pubblicazioni come il *New England Journal of Medicine*.



“

Scopri il Relearning, un sistema che abbandona l'apprendimento lineare convenzionale, per guidarti attraverso dei sistemi di insegnamento ciclici: una modalità di apprendimento che ha dimostrato la sua enorme efficacia, soprattutto nelle materie che richiedono la memorizzazione”

In TECH Nursing School applichiamo il Metodo Casistico

In una data situazione concreta, cosa dovrebbe fare un professionista? Durante il programma affronterai molteplici casi clinici simulati ma basati su pazienti reali, per risolvere i quali dovrai indagare, stabilire ipotesi e infine fornire una soluzione. Esistono molteplici prove scientifiche sull'efficacia del metodo. I professionisti imparano meglio, in modo più veloce e sostenibile nel tempo.

Con TECH l'infermiere sperimenta un modo di imparare che sta scuotendo le fondamenta delle università tradizionali di tutto il mondo.



Secondo il dottor Gérvas, il caso clinico è una presentazione con osservazioni del paziente, o di un gruppo di pazienti, che diventa un "caso", un esempio o un modello che illustra qualche componente clinica particolare, sia per il suo potenziale didattico che per la sua singolarità o rarità. È essenziale che il caso sia radicato nella vita professionale attuale, cercando di ricreare le condizioni reali nella pratica professionale infermieristica.

“

Sapevi che questo metodo è stato sviluppato ad Harvard nel 1912 per gli studenti di Diritto? Il metodo casistico consisteva nel presentare agli studenti situazioni reali complesse per far prendere loro decisioni e giustificare come risolverle. Nel 1924 fu stabilito come metodo di insegnamento standard ad Harvard”

L'efficacia del metodo è giustificata da quattro risultati chiave:

1. Gli studenti che seguono questo metodo non solo raggiungono l'assimilazione dei concetti, ma sviluppano anche la loro capacità mentale, attraverso esercizi che valutano situazioni reali e l'applicazione delle conoscenze.
2. L'apprendimento è solidamente incorporato nelle abilità pratiche che permettono al professionista in infermieristica di integrare al meglio le sue conoscenze in ambito ospedaliero o in assistenza primaria.
3. L'approccio a situazioni nate dalla realtà rende più facile ed efficace l'assimilazione delle idee e dei concetti.
4. La sensazione di efficienza degli sforzi compiuti diventa uno stimolo molto importante per gli studenti e si traduce in un maggiore interesse per l'apprendimento e in un aumento del tempo dedicato al corso.



Metodologia Relearning

TECH coniuga efficacemente la metodologia del Caso di Studio con un sistema di apprendimento 100% online basato sulla ripetizione, che combina 8 diversi elementi didattici in ogni lezione.

Potenziamo il Caso di Studio con il miglior metodo di insegnamento 100% online: il Relearning.



L'infermiere imparerà mediante casi reali e la risoluzione di situazioni complesse in contesti di apprendimento simulati. Queste simulazioni sono sviluppate utilizzando software all'avanguardia per facilitare un apprendimento coinvolgente.

All'avanguardia della pedagogia mondiale, il metodo Relearning è riuscito a migliorare i livelli di soddisfazione generale dei professionisti che completano i propri studi, rispetto agli indicatori di qualità della migliore università online del mondo (Columbia University).

Mediante questa metodologia abbiamo formato più di 175.000 infermieri con un successo senza precedenti in tutte le specializzazioni indipendentemente dal carico pratico. La nostra metodologia pedagogica è stata sviluppata in un contesto molto esigente, con un corpo di studenti universitari di alto profilo socio-economico e un'età media di 43,5 anni.

Il Relearning ti permetterà di apprendere con meno sforzo e più performance, impegnandoti maggiormente nella tua specializzazione, sviluppando uno spirito critico, difendendo gli argomenti e contrastando le opinioni: un'equazione che punta direttamente al successo.

Nel nostro programma, l'apprendimento non è un processo lineare, ma avviene in una spirale (impariamo, disimpariamo, dimentichiamo e re-impariamo). Pertanto, combiniamo ciascuno di questi elementi in modo concentrico.

Il punteggio complessivo del sistema di apprendimento di TECH è 8.01, secondo i più alti standard internazionali.



Questo programma offre i migliori materiali didattici, preparati appositamente per i professionisti:



Materiali di studio

Tutti i contenuti didattici sono creati da specialisti che insegneranno nel programma universitario, appositamente per esso, in modo che lo sviluppo didattico sia realmente specifico e concreto.

Questi contenuti sono poi applicati al formato audiovisivo che supporterà la modalità di lavoro online di TECH. Tutto questo, con le ultime tecniche che offrono componenti di alta qualità in ognuno dei materiali che vengono messi a disposizione dello studente.



Tecniche e procedure di infermieristica in video

TECH aggiorna lo studente sulle ultime tecniche, progressi educativi e all'avanguardia delle tecniche infermieristiche attuali. Il tutto in prima persona, con il massimo rigore, spiegato e dettagliato affinché tu lo possa assimilare e comprendere. E la cosa migliore è che puoi guardarli tutte le volte che vuoi.



Riepiloghi interattivi

Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



Lecture complementari

Articoli recenti, documenti di consenso e linee guida internazionali, tra gli altri. Nella biblioteca virtuale di TECH potrai accedere a tutto il materiale necessario per completare la tua specializzazione.





Analisi di casi elaborati e condotti da esperti

Un apprendimento efficace deve necessariamente essere contestuale. Per questa ragione, TECH ti presenta il trattamento di alcuni casi reali in cui l'esperto ti guiderà attraverso lo sviluppo dell'attenzione e della risoluzione di diverse situazioni: un modo chiaro e diretto per raggiungere il massimo grado di comprensione.



Testing & Retesting

Valutiamo e rivalutiamo periodicamente le tue conoscenze durante tutto il programma con attività ed esercizi di valutazione e autovalutazione, affinché tu possa verificare come raggiungi progressivamente i tuoi obiettivi.



Master class

Esistono evidenze scientifiche sull'utilità dell'osservazione di esperti terzi. Imparare da un esperto rafforza la conoscenza e la memoria, costruisce la fiducia nelle nostre future decisioni difficili.



Guide di consultazione veloce

TECH ti offre i contenuti più rilevanti del corso in formato schede o guide di consultazione veloce. Un modo sintetico, pratico ed efficace per aiutare lo studente a progredire nel suo apprendimento.



06 Titolo

Il Corso Universitario in Colonna Vertebrale e Arti nello Yoga Terapeutico in Infermieristica garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di una qualifica di Corso Universitario rilasciata da TECH Università Tecnologica.



“

Porta a termine con successo questo programma e ricevi la tua qualifica universitaria senza spostamenti o fastidiose formalità”

Questo **Corso Universitario in Colonna Vertebrale e Arti nello Yoga Terapeutico in Infermieristica** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato.

Dopo aver superato la valutazione, lo studente riceverà mediante lettera certificata* con ricevuta di ritorno, la sua corrispondente qualifica di **Corso Universitario** rilasciata da **TECH Università Tecnologica**.

Il titolo rilasciato da **TECH Università Tecnologica** esprime la qualifica ottenuta nel Corso Universitario, e riunisce tutti i requisiti comunemente richiesti da borse di lavoro, concorsi e commissioni di valutazione di carriere professionali.

Titolo: **Corso Universitario in Colonna Vertebrale e Arti nello Yoga Terapeutico in Infermieristica**

N° Ore Ufficiali: **150 o.**



*Apostille dell'Aia. Se lo studente dovesse richiedere che il suo diploma cartaceo sia provvisto di Apostille dell'Aia, TECH EDUCATION effettuerà le gestioni opportune per ottenerla pagando un costo aggiuntivo.

futuro
salute fiducia persone
educazione informazione tutor
garanzia accreditamento insegnamento
istituzioni tecnologia apprendimento
comunità impegno
attenzione personalizzata
conoscenza presente qualità
formazione online
sviluppo istituzioni
classe virtuale

tech università
tecnologica

Corso Universitario
Colonna Vertebrale e Arti nello
Yoga Terapeutico in Infermieristica

- » Modalità: online
- » Durata: 6 settimane
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Dedizione: 16 ore/settimana
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Corso Universitario

Colonna Vertebrale e Arti nello
Yoga Terapeutico in Infermieristica