

Corso Universitario

Yoga nei Diversi Momenti
Evolutivi in Infermieristica





Corso Universitario Yoga nei Diversi Momenti Evolutivi in Infermieristica

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

Accesso al sito web: www.techitute.com/it/infermieristica/corso-universitario/yoga-diversi-momenti-evolutivi-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

Lo Yoga svolge un ruolo fondamentale nello sviluppo fisico, emotivo e mentale di bambini e adolescenti. Questo perché le posizioni Yoga (asana) aiutano a sviluppare la forza, la flessibilità e la coordinazione fisica, essenziali per una crescita e uno sviluppo ottimali. Offre inoltre un approccio olistico al mantenimento di una buona salute fisica in età adulta e avanzata. Per questo motivo, sempre più professionisti del settore infermieristico desiderano approfondire lo Yoga come strumento complementare ai trattamenti convenzionali. In risposta, TECH ha sviluppato un titolo 100% online con un approccio teorico-pratico che permette agli studenti di tenersi aggiornati sui progressi di questa disciplina e sulla sua applicazione nelle diverse fasi della vita.



“

I contenuti più aggiornati dello Yoga per l'Infermieristica sono alla tua portata con questo esclusivo Corso Universitario di TECH"

Lo Yoga svolge un ruolo fondamentale nello sviluppo fisico, emotivo e mentale dei bambini e degli adolescenti, nonché nella promozione della salute fisica in età adulta e avanzata. Pertanto, nelle prime fasi di vita, le posizioni dello Yoga contribuiscono allo sviluppo della forza, della flessibilità e della coordinazione fisica, essenziali per una crescita e uno sviluppo ottimali. In età adulta e avanzata, lo Yoga offre un approccio olistico per mantenere una buona salute fisica, rafforzando i muscoli e aiutando a prevenire lesioni e problemi di invecchiamento. Inoltre, favorisce il rilassamento, riduce lo stress e migliora la qualità del sonno, essenziale per il benessere mentale ed emotivo in tutte le fasi della vita.

Per tutti questi motivi, l'assistenza Infermieristica è stata inserita come disciplina terapeutica complementare ai trattamenti convenzionali. Proprio per questo motivo, TECH ha sviluppato questo programma completo, pensato per i professionisti che desiderano approfondire le tecniche e i benefici di questa disciplina. Gli studenti avranno a disposizione il materiale didattico più all'avanguardia, sviluppato da prestigiosi esperti del settore. Avranno inoltre accesso a una grande quantità di materiali presentati in diversi formati audiovisivi che potranno essere consultati e scaricati 24 ore su 24 dal Campus Virtuale.

Si tratta di un'esclusivo titolo accademico insegnata al 100% online che comprende le conoscenze più complete e avanzate sullo Yoga nei Diversi Momenti Evolutivi per l'Infermieristica. E per accedervi lo studente avrà bisogno solo di un dispositivo con una connessione a Internet. In questo modo, potrete distribuire il carico didattico, integrando i concetti in modo naturale e progressivo con la migliore metodologia, il *Relearning*.

Questo **Corso Universitario in Yoga nei Diversi Momenti Evolutivi 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
- Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazioni scientifiche e pratiche sulle discipline essenziali per l'esercizio della professione
- Esercizi pratici che offrono un processo di autovalutazione per migliorare l'apprendimento
- Particolare enfasi sulle metodologie innovative
- Lezioni teoriche, domande all'esperto, forum di discussione su questioni controverse e lavoro di riflessione individuale
- Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o mobile dotato di connessione a internet



Un diploma 100% online che ti porterà ad aggiornare le tue conoscenze sulla Yoga Terapia e sulla sua applicazione nelle diverse fasi della vita"

“

Un'opzione accademica che ti permetterà di aggiornarti sulle tecniche più consigliate per le persone con esigenze sensoriali”

Il corpo docente del programma comprende professionisti del settore che apportano l'esperienza del loro lavoro a questa preparazione, oltre a specialisti riconosciuti da società leader e università prestigiose.

I contenuti multimediali, sviluppati in base alle ultime tecnologie educative, forniranno al professionista un apprendimento coinvolgente e localizzato, ovvero inserito in un contesto reale.

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. Il professionista sarà supportato da un innovativo sistema video interattivo sviluppato da riconosciuti esperti.

Segui la Yoga Terapia senza trascurare le tue attività personali grazie al programma 100% online, dove e quando vuoi.

Approfondirai le pratiche e le cure Yoga più benefiche durante la gravidanza e il post-partum.



02

Obiettivi

Il Corso Universitario in Yoga nei Diversi Momenti Evolutivi in Infermieristica acquisirà una solida comprensione delle esigenze e delle particolarità dello Yoga in ogni fase della vita. Si approfondiranno quindi temi come la pratica dello Yoga durante l'infanzia, il ciclo mestruale, la menopausa, la gravidanza, il periodo post-partum, gli anziani e le disabilità fisiche e sensoriali. Queste conoscenze lo aiuteranno a diventare un professionista più completo e qualificato, in grado di adattare e progettare lezioni di Yoga specifiche per ogni fase dello sviluppo, tenendo conto delle considerazioni e dei benefici particolari di ciascuna fase.





“

Tieniti aggiornato con il miglior materiale multimediale e audiovisivo, dentro e fuori dall'aula”



Obiettivo generale

- ◆ 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 le asana più appropriate in base alle caratteristiche della persona e alle lesioni che presenta
- ◆ Approfondire gli studi sulla biomeccanica e la sua applicazione alle asana dello Yoga Terapeutico
- ◆ Descrivere l'adattamento delle asana dello Yoga alle patologie di ogni persona
- ◆ Approfondire le basi Neurofisiologiche delle tecniche di meditazione e di Rilassamento esistenti

“

Un approfondimento sulla Yoga Terapia da parte del direttore degli insegnanti e responsabile della preparazione degli istruttori dell'Integral Yoga Institute di New York"





Obiettivi specifici

- ◆ Approfondire le diverse esigenze del corpo e la pratica dello Yoga in diversi momenti della vita, come l'infanzia, l'età adulta e la vecchiaia
- ◆ Esplorare come la pratica dello Yoga possa aiutare le donne durante il ciclo mestruale e la Menopausa e come adattare la pratica alle loro esigenze
- ◆ Approfondire la cura e la pratica dello yoga durante la gravidanza e il post-parto e come adattare la pratica alle esigenze delle donne in questo periodo
- ◆ Identificare l'idoneità della pratica dello Yoga per le persone con particolari esigenze fisiche e/o sensoriali e come adattare la pratica per soddisfare le loro esigenze
- ◆ Imparare a creare sequenze di Yoga specifiche per ogni momento evolutivo e necessità individuale e alle esigenze individuali
- ◆ Identificare e applicare le migliori pratiche per garantire la sicurezza e il benessere durante la pratica dello yoga nelle diverse fasi dello sviluppo e in situazioni particolari

03

Direzione del corso

Per garantire l'eccellenza nell'apprendimento, TECH è orgogliosa di avere un team di professionisti eccellenti che hanno collaborato strettamente alla creazione del piano di studi per questo corso di Yoga nei Diversi Momenti Evolutivi. Ogni modulo è stato accuratamente realizzato da professionisti altamente qualificati che condivideranno la loro vasta esperienza e competenza in aree chiave come l'infanzia, il ciclo mestruale, la menopausa, la gravidanza, post-partum, anziani e disabilità fisiche e sensoriali. Grazie a questa preparazione completa, i partecipanti saranno in grado di applicare le ultime tendenze e gli approcci innovativi nel campo dello Yoga.





“

Con questo programma sarai aggiornato sui più noti progressi nella gestione dei pazienti autistici attraverso lo Yoga"

Direttrice Ospite Internazionale

Come direttrice degli insegnanti e responsabile della preparazione degli istruttori presso l'Integral Yoga Institute di New York, Dianne Galliano si è posizionata come una delle figure più importanti del settore a livello internazionale. La sua attenzione accademica si è concentrata principalmente nello yoga terapeutico con oltre 6.000 ore documentate di insegnamento e aggiornamento continuo.

Ha quindi svolto un ruolo di mentore, sviluppando protocolli e criteri di preparazione 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 o l'Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Il suo lavoro si estende anche alla creazione e alla conduzione di programmi di yoga, allo sviluppo di esercizi e alla valutazione delle 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 prenatale e postnatale, giovani adulti e persino veterani di guerra con 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

- Insegnante di Yoga Therapy presso il 14TH Street Y
- Terapeuta di Yoga presso l'Integral Yoga Institute Wellness Spa di New York City
- Istruttrice Terapeutica presso Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Laurea in Educazione Elementare presso la State University di New York
- Master in Yoga Therapy presso l'Università del Maryland

“

*Grazie a TECH potrai
apprendere con i migliori
professionisti al mondo”*

Direzione



Dott.ssa Escalona García, Zoraida

- ◆ Vicepresidentessa dell'Associazione Spagnola di Yoga Terapeutico
- ◆ Fondatrice del metodo *Air Core* (corsi che combinano TRX e Functional / Training con lo Yoga)
- ◆ Preparatore di Yoga Therapy
- ◆ Laurea in Scienze Biologiche presso l'Università Autonoma di Madrid
- ◆ Corso per Insegnanti di: Ashtanga Yoga Progressivo, FisiomYoga, Yoga Miofasciale e Yoga e Cancro
- ◆ Corso Istruttore di Pilates a Terra
- ◆ Corso di Fitoterapia e Nutrizione
- ◆ Corso per Insegnanti di Meditazione

Personale docente

Dott.ssa García, Mar

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



04

Struttura e contenuti

In questo titolo, l'infermiera approfondirà i Diversi Momenti Evolutivi, trattando temi rilevanti come il ciclo mestruale, la menopausa, la gravidanza, con esempi di asana consigliati, gravidanza, con esempi di asana consigliati. Inoltre, le questioni relative all'invecchiamento e alle e delle disabilità fisiche e sensoriali, compreso il modo in cui progettare una classe adeguata. Un programma 100% online che offre la possibilità di accedere a diversi materiali didattici e audiovisivi per una migliore comprensione del tema dello Yoga.



“

*Un titolo completo che ti metterà
all'avanguardia nella Yoga Terapia”*

Modulo 1. Yoga nei Diversi Momenti Evolutivi

- 1.1. Infanzia
 - 1.1.1. Perché è importante?
 - 1.1.2. Benefici
 - 1.1.3. Come si presenta una classe
 - 1.1.4. Ejemplo de saludo al sol adaptado
- 1.2. Donna e ciclo mestruale
 - 1.2.1. Fase mestruale
 - 1.2.2. Fase follicolare
 - 1.2.3. Fase ovulatoria
 - 1.2.4. Fase luteale
- 1.3. Yoga e ciclo mestruale
 - 1.3.1. Sequenza della fase follicolare
 - 1.3.2. Sequenza della fase ovulatoria
 - 1.3.3. Sequenza della fase luteale
 - 1.3.4. Sequenza durante le mestruazioni
- 1.4. Menopausa
 - 1.4.1. Considerazioni generali
 - 1.4.2. Cambiamenti fisici e ormonali
 - 1.4.3. Secuencia durante la menstruación
 - 1.4.4. Asana consigliati
- 1.5. Gravidanza
 - 1.5.1. Perché praticarlo
 - 1.5.2. Asana nel primo trimestre
 - 1.5.3. Asana nel secondo trimestre
 - 1.5.4. Asana nel terzo trimestre
- 1.6. Post-parto
 - 1.6.1. Benefici fisici
 - 1.6.2. Benefici mentali
 - 1.6.3. Raccomandazioni generali
 - 1.6.4. Pratica con il bambino



- 1.7. Terza età
 - 1.7.1. Principali patologie che incontreremo
 - 1.7.2. Benefici
 - 1.7.3. Considerazioni generali
 - 1.7.4. Controindicazioni
- 1.8. Disabilità fisica
 - 1.8.1. Lesione Cerebrale
 - 1.8.2. Danno al midollo spinale
 - 1.8.3. Danno Muscolare
 - 1.8.4. Come progettare una classe
- 1.9. Disabilità sensoriale
 - 1.9.1. Auditivo
 - 1.9.2. Visivo
 - 1.9.3. Sensoriale
 - 1.9.4. Come progettare una Sequenza
- 1.10. Considerazioni generali sulle disabilità più frequenti che incontreremo
 - 1.10.1. Sindrome di Down
 - 1.10.2. Autismo
 - 1.10.3. Paralisi cerebrale
 - 1.10.4. Disturbo dello sviluppo intellettivo



Con una metodologia flessibile che ti permetterà di aggiornarti professionalmente e, allo stesso tempo, di continuare a svolgere le tue attività lavorative e personali"

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.

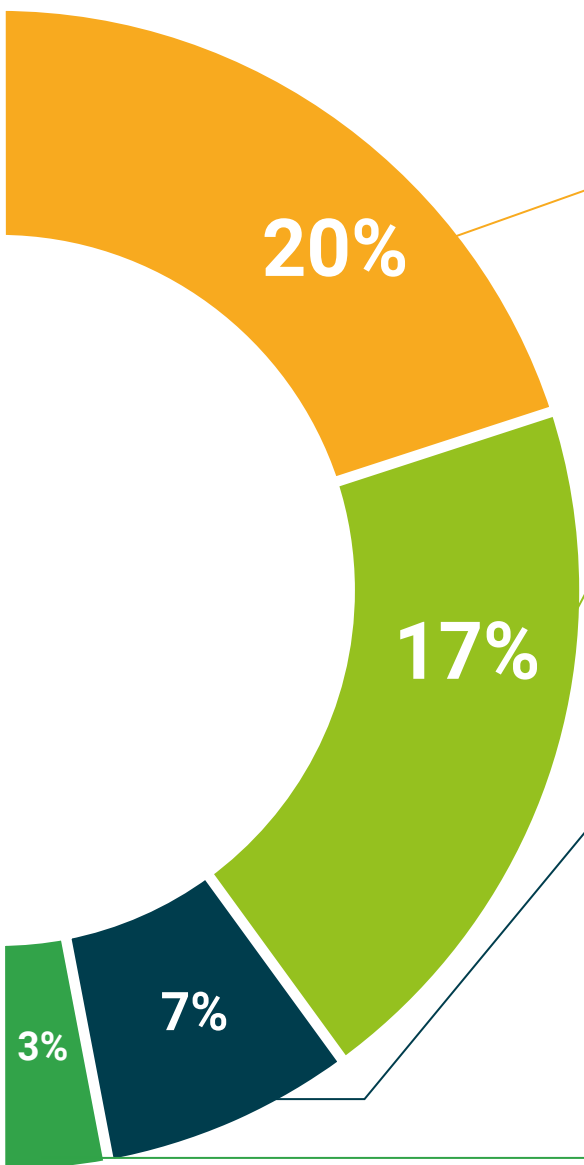
Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



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 Yoga nei Diversi Momenti Evolutivi 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 questo programma e ricevi il tuo diploma universitario senza spostamenti o fastidiose formalità”

Questo **Corso Universitario in Yoga nei Diversi Momenti Evolutivi in Infermieristica** contiene il programma scientifico più completo e aggiornato sul mercato

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

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

Titolo: **Corso Universitario in Yoga nei Diversi Momenti Evolutivi in Infermieristica**

N° Ore Ufficiali: **150 o.**



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

tech università
tecnologica

Corso Universitario
Yoga nei Diversi Momenti
Evolutivi in Infermieristica

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

Corso Universitario

Yoga nei Diversi Momenti
Evolutivi in Infermieristica