

# Certificat

Colonne Vertébrale et Membres  
en Yoga Thérapeutique en Soins  
Infirmiers



## Certificat

### Colonne Vertébrale et Membres en Yoga Thérapeutique en Soins Infirmiers

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: [www.techtitute.com/fr/infirmier/cours/colonne-vertebrale-membres-yoga-therapeutique-soins-infirmiers](http://www.techtitute.com/fr/infirmier/cours/colonne-vertebrale-membres-yoga-therapeutique-soins-infirmiers)

# Accueil

01

Présentation

---

*page 4*

02

Objectifs

---

*page 8*

03

Direction de la formation

---

*page 12*

04

Structure et contenu

---

*page 18*

05

Méthodologie

---

*page 22*

06

Diplôme

---

*page 30*

# 01

# Présentation

Le Yoga Thérapeutique a pris de l'ampleur ces dernières années en tant que thérapie complémentaire ou alternative. Une étude publiée dans la revue *Complementary Therapies in Medicine* a montré que le Yoga Thérapeutique peut être utile pour améliorer l'équilibre, la flexibilité et la qualité de vie des personnes atteintes de sclérose en plaques. Il est donc devenu essentiel de traiter différentes pathologies, en particulier au niveau de la colonne vertébrale et des extrémités. Dans cette optique, TECH a préparé un programme axé sur cette branche du Yoga, où l'infirmière pourra approfondir des sujets tels que les vertèbres lombaires, les diaphragmes respiratoires et le Système Nerveux Périphérique, le tout dans un matériel multimédia de haute qualité qui peut être revu à tout moment.





“

*Il examine la pertinence de Core  
et l'importance du Yoga en tant  
que complément médical"*

Le Yoga Thérapeutique a démontré son efficacité dans la récupération des patients souffrant de problèmes de la Colonne Vertébrale et Membres. L'adaptabilité des séances et sa complémentarité avec les traitements médicaux en font une option essentielle à mettre en pratique pour les professionnels infirmiers.

Dans le but de fournir aux infirmières une mise à jour sur le Yoga Thérapeutique de la Colonne Vertébrale et et Membres, un Certificat 100% en ligne a été créé et conçu par des instructeurs spécialisés dans cette discipline. Le programme comprend une perspective théorique-pratique, de nombreuses ressources supplémentaires et un plan d'études qui promet de mettre l'infirmière à jour dans ces techniques complémentaires.

Ce programme comprend également la participation d'un expert international en Yoga Thérapeutique, ce qui démontre la consolidation de cette qualification en tant qu'option garantie pour la poursuite des études. Le matériel, les conférences et les principes fondamentaux enseignés en classe reposent sur une base scientifique solide, ce qui permet aux étudiants de se tenir au courant des connaissances les plus récentes.

Ce programme est adapté aux besoins des professionnels des soins infirmiers qui cherchent à rester à jour grâce à une qualification flexible et pratique. L'accès ne nécessite qu'un appareil numérique avec une connexion internet, ce qui le rend idéal pour ceux qui doivent concilier leurs activités quotidiennes les plus exigeantes avec une mise à jour de pointe.

Ce **Certificat en Colonne Vertébrale et Membres en Yoga Thérapeutique en Soins Infirmiers** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ♦ Le développement d'études de cas présentées par des experts en Yoga
- ♦ Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels ils sont conçus fournissent des informations scientifiques et sanitaires essentielles à la pratique professionnelle
- ♦ Les exercices pratiques où effectuer le processus d'auto-évaluation pour améliorer l'apprentissage
- ♦ Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- ♦ Cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ♦ La possibilité d'accéder aux contenus depuis n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet



*Un programme d'études unique qui vous permettra d'approfondir les différents mouvements de la colonne vertébrale et les postures relatives au Yoga Thérapeutique"*

“

*Informez-vous sur l'efficacité du Yoga  
Thérapeutique dans le rétablissement  
des patients souffrant de problèmes  
de la Colonne Vertébrale et Membres”*

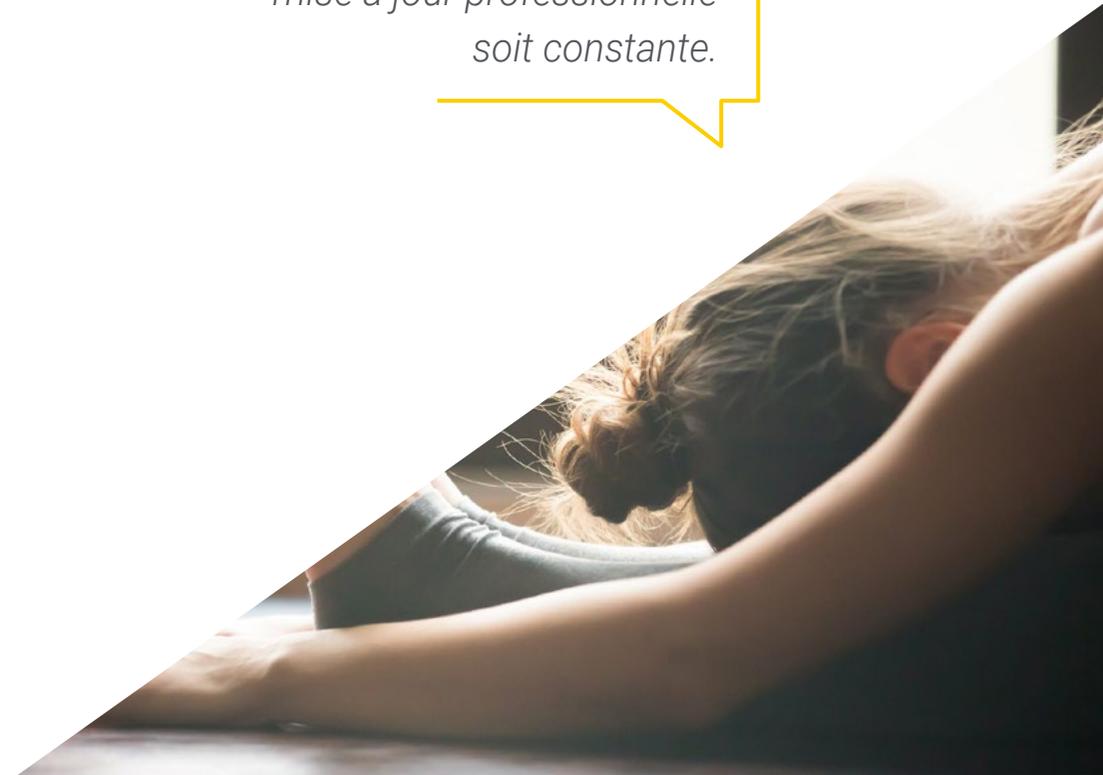
Le corps enseignant du programme comprend des professionnels du secteur qui apportent l'expérience de leur travail à cette formation, ainsi que des spécialistes reconnus issus de grandes entreprises et d'universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel, ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est axée sur l'Apprentissage par les Problèmes, grâce auquel le professionnel doit essayer de résoudre les différentes situations de la pratique professionnelle qui se présentent tout au long du programme académique. Pour ce faire, il sera assisté d'un système vidéo interactif innovant créé par des experts reconnus.

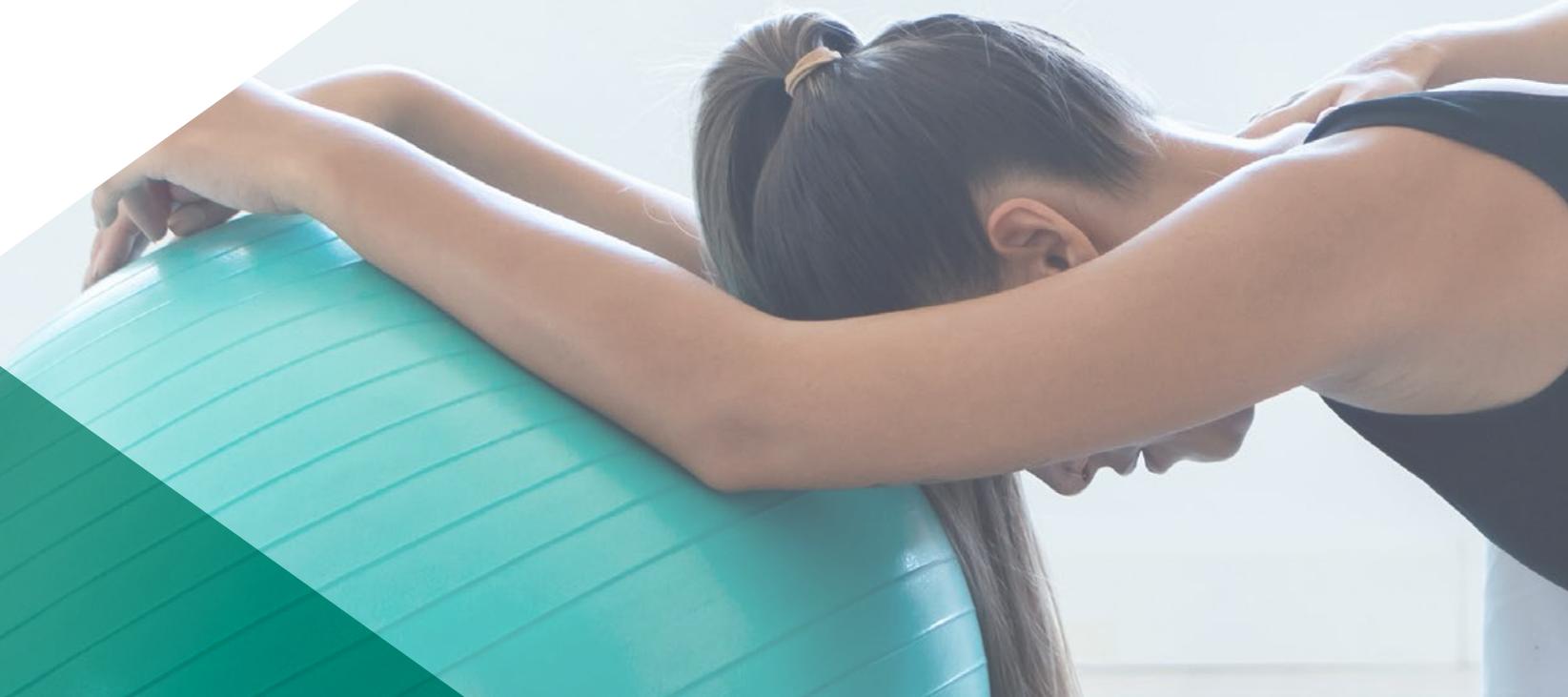
*Informez-vous des dernières  
techniques en matière du Yoga  
Thérapeutique et appliquez-les  
aux traitements de la Colonne  
Vertébrale et Membres.*

*Vous aurez accès à la  
bibliothèque virtuelle la plus  
complète, pour que votre  
mise à jour professionnelle  
soit constante.*



# 02 Objectifs

Ce Certificat en Colonne Vertébrale et Membres en Yoga Thérapeutique en Soins Infirmiers, a été créé dans le but de permettre aux infirmières de mettre à jour leurs connaissances sur l'application du Yoga Thérapeutique dans les domaines de la Colonne Vertébrale et Membres. Ils seront ainsi préparés à adapter la pratique de cette activité aux différentes pathologies présentées par le patient, répondant ainsi à leurs besoins spécifiques de renforcement, de mobilité ou d'élasticité.





“

*Découvrez l'un des traitements complémentaires les plus utilisés au monde"*



## Objectifs généraux

---

- Intégrer les connaissances et les compétences nécessaires au développement et à l'application corrects des techniques de Yoga Thérapeutique d'un point de vue clinique
- Créer un programme de Yoga conçu et fondé sur des preuves scientifiques
- Approfondir les asanas les plus appropriées en fonction des caractéristiques de la personne et des lésions qu'elle présente
- Approfondir les études sur la biomécanique et son application aux asanas du Yoga Thérapeutique
- Décrire l'adaptation des asanas de Yoga aux pathologies de chaque personne
- Étudier en profondeur les bases Neurophysiologiques des techniques de méditation et de Relaxation existantes





## Objectifs spécifiques

---

- ◆ Décrire les systèmes musculaire, nerveux et squelettique
- ◆ Approfondir l'anatomie et les fonctions de la colonne vertébrale
- ◆ Approfondir la physiologie de la hanche
- ◆ Décrire la morphologie des membres supérieurs et inférieurs
- ◆ Approfondir le Diaphragme et Core



*Plongez dans les contractions isométriques et isotoniques et leur pertinence dans les différents styles de Yoga"*

# 03

## Direction de la formation

Conformément à son engagement à fournir des diplômes universitaires de haute qualité, TECH a soigneusement sélectionné les instructeurs qui font partie de ce programme. Ainsi, les professionnels du secteur des soins infirmiers qui décident de suivre cette alternative académique obtiendront la mise à jour qu'ils souhaitent en ce qui concerne la Colonne Vertébrale et Membres à l'aide du Yoga Thérapeutique, grâce à un contenu conçu par des experts de premier plan dans cette discipline. Le programme est accompagné par un professionnel international qui fournira les directives les plus récentes dans le domaine du Yoga Thérapeutique appliquée à la colonne vertébrale et aux extrémités.





“

*Actualisez-vous avec la compagnie académique d'experts ayant une grande trajectoire dans le Yoga Thérapeutique"*

## Directrice Internationale Invitée

En tant que directrice des enseignants et responsable de la formation des instructeurs à l'Integral Yoga Institute de New York, Dianne Galliano est l'une des personnalités les plus en vue dans ce domaine au niveau international. Son travail académique s'est principalement concentré sur le yoga thérapeutique, avec plus de 6 000 heures documentées d'enseignement et de formation continue.

Son travail comprend le mentorat, l'élaboration de protocoles et de critères de formation et la formation continue des instructeurs de l'Integral Yoga Institute. Elle combine ce travail avec son rôle de thérapeute et d'institutrice dans d'autres institutions telles que le 14TH Street Y, l'Integral Yoga Institute Wellness Spa et l'Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Son travail s'étend également à la création et à la direction de programmes de Yoga, à l'élaboration d'exercices et à l'évaluation des difficultés qui peuvent survenir. Tout au long de sa carrière, elle a travaillé avec des profils de personnes très différents, notamment des hommes et des femmes âgés ou d'âge moyen, des personnes en période prénatale ou postnatale, des jeunes adultes et même des vétérans de guerre souffrant de divers problèmes de santé physique et mentale.



## Mme Galliano, Dianne

---

- Directrice des Enseignants à l'Integral Yoga Institute - New York, USA
- Instructrice de Yoga Thérapeutique au 14TH Street Y
- Thérapeute en Yoga à l'Integral Yoga Institute Wellness Spa à New York City
- Instructrice Thérapeutique à l'Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Licence en Éducation Élémentaire de l'Université de l'État de New York
- Master en Yoga Thérapeutique de l'Université du Maryland

“

*Grâce à TECH, vous pourrez apprendre avec les meilleurs professionnels du monde”*

## Direction



### Mme Escalona García, Zoraida

- ♦ Vice-présidente de l'Association Espagnole de Yoga Thérapeutique
- ♦ Fondatrice de la méthode Air Core (cours combinant TRX et Functional Training avec le Yoga)
- ♦ Formatrice en Yoga Thérapeutique
- ♦ Licence en Sciences Biologique de l'UAM
- ♦ Cours de Professeur de: Ashtanga Yoga Progressif, FisiomYoga, Yoga Myofascial, Yoga et Cancer
- ♦ Cours en Instructeur de Pilates au Sol
- ♦ Cours de Phytothérapie et de Nutrition
- ♦ Cours de Professeur de Méditation

## Professeurs

### Mme García, Mar

- ♦ Responsable du Centre de Yoga et Instructrice de Yoga à Satnam Yoga
- ♦ Professeure de Yoga Vinyasa
- ♦ Instructrice de Yoga Spécial
- ♦ Instructrice de Yoga pour les Enfants et les Familles



# 04

## Structure et contenu

Le programme de ce Certificat comprend une grande variété de concepts liés à l'anatomie et au fonctionnement de la colonne vertébrale et des membres, du système musculaire, nerveux et squelettique aux différentes régions du corps, telles que le bassin et les membres supérieurs et inférieurs. Tout cela, réuni dans une série de matériels multimédias et 100% en ligne, accessible en classe et en dehors de la classe, et de cette façon, les étudiants auront les éléments nécessaires pour se mettre complètement à jour dans ce sujet.





“

*Vous aurez accès au meilleur programme d'études sur les questions liées au Yoga Thérapeutique et à son utilisation dans la région lombarde"*

## Module 1. Colonne Vertébrale et Membres

- 1.1. Système musculaire
  - 1.1.1. Muscle: unité fonctionnelle
  - 1.1.2. Types de muscles
  - 1.1.3. Muscles toniques et phasiques
  - 1.1.4. La contraction isométrique et isotonique et sa pertinence dans les styles de Yoga
- 1.2. Système nerveux
  - 1.2.1. Neurones: unité fonctionnelle
  - 1.2.2. Système Nerveux Central: cerveau et moelle épinière
  - 1.2.3. Système Nerveux Périphérique Somatique: nerfs
  - 1.2.4. Système Nerveux Périphérique Autonome: Sympathique et Parasympathique
- 1.3. Système osseux
  - 1.3.1. Ostéocyte: unité fonctionnelle
  - 1.3.2. Squelette axial et appendiculaire
  - 1.3.3. Tendons
  - 1.3.4. Ligaments
- 1.4. Colonne vertébrale
  - 1.4.1. Évolution de la colonne vertébrale et fonctions
  - 1.4.2. Structure
  - 1.4.3. Type de vertèbres
  - 1.4.4. Mouvements de la colonne vertébrale
- 1.5. Région cervicale et dorsale
  - 1.5.1. Vertèbres cervicales: typiques et atypiques
  - 1.5.2. Vertèbres dorsales
  - 1.5.3. Principaux muscles de la région cervicale
  - 1.5.4. Principaux muscles de la région dorsale
- 1.6. Région lombaire
  - 1.6.1. Vertèbres lombaires
  - 1.6.2. Sacrum
  - 1.6.3. Coccyx
  - 1.6.4. Muscles principaux





- 1.7. Le bassin
  - 1.7.1. Anatomie: différence entre les pelvis masculin et féminin
  - 1.7.2. Deux concepts clés: antéversion et rétroversion
  - 1.7.3. Principaux muscles
  - 1.7.4. Plancher pelvien
- 1.8. Membres supérieurs
  - 1.8.1. L'articulation de l'épaule
  - 1.8.2. Muscles de la coiffe des rotateurs
  - 1.8.3. Bras, coude et avant-bras
  - 1.8.4. Principaux muscles
- 1.9. Extrémité inférieure
  - 1.9.1. L'articulation coxo-fémorale
  - 1.9.2. Genou: articulation tibio-fémorale et fémoro-patellaire
  - 1.9.3. Ligaments et ménisques du genou
  - 1.9.4. Principaux muscles de la jambe
- 1.10. Diaphragme et Core
  - 1.10.1. Anatomie du diaphragme
  - 1.10.2. Diaphragme et respiration
  - 1.10.3. Les muscles du "Core"
  - 1.10.4. Core et son importance dans le Yoga

“

*Vous obtiendrez l'actualisation  
requisse en participant à une  
thérapie par le Yoga"*

# 05

# Méthodologie

Ce programme de formation offre une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: ***el Relearning***.

Ce système d'enseignement s'utilise, notamment, dans les Écoles de Médecine les plus prestigieuses du monde. De plus, il a été considéré comme l'une des méthodologies les plus efficaces par des magazines scientifiques de renom comme par exemple le ***New England Journal of Medicine***.



“

*Découvrez le Relearning, un système qui laisse de côté l'apprentissage linéaire conventionnel au profit des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui a prouvé son énorme efficacité, notamment dans les matières dont la mémorisation est essentielle"*

## À TECH, School nous utilisons la Méthode des cas

Dans une situation clinique donnée: que doit faire un professionnel? Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas cliniques simulés, basés sur des patients réels, dans lesquels vous devrez enquêter, établir des hypothèses et finalement résoudre la situation. Il existe de nombreux faits scientifiques prouvant l'efficacité de cette méthode. Les personnels infirmiers apprennent mieux, plus rapidement et plus durablement dans le temps.

*Avec TECH, le personnel infirmier fait l'expérience d'une méthode d'apprentissage qui révolutionne les fondements des universités traditionnelles du monde entier.*



Selon le Dr Gérvas, le cas clinique est la présentation commentée d'un patient, ou d'un groupe de patients, qui devient un "cas", un exemple ou un modèle illustrant une composante clinique particulière, soit en raison de son pouvoir pédagogique, soit en raison de sa singularité ou de sa rareté. Il est essentiel que le cas soit ancré dans la vie professionnelle réelle, en essayant de recréer les véritables conditions de la pratique professionnelle des soins infirmiers.

“

*Saviez-vous que cette méthode a été développée en 1912 à Harvard pour les étudiants en Droit? La méthode des cas consiste à présenter aux apprenants des situations réelles complexes pour qu'ils s'entraînent à prendre des décisions et pour qu'ils soient capables de justifier la manière de les résoudre. En 1924, elle a été établie comme une méthode d'enseignement standard à Harvard"*

L'efficacité de la méthode est justifiée par quatre acquis fondamentaux:

1. Les personnels infirmiers qui suivent cette méthode parviennent non seulement à assimiler les concepts, mais aussi à développer leur capacité mentale au moyen d'exercices pour évaluer des situations réelles et appliquer leurs connaissances.
2. L'apprentissage est solidement traduit en compétences pratiques, ce qui permet au professionnel des soins infirmiers une meilleure intégration des connaissances dans le domaine hospitalier ou des soins de santé primaires.
3. L'assimilation des idées et des concepts est rendue plus facile et plus efficace, grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort investi devient un stimulus très important pour les étudiants, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps passé à travailler sur le cours.



## Relearning Methodology

TECH renforce l'utilisation de la méthode des cas avec la meilleure méthodologie d'enseignement 100% en ligne du moment: Relearning.

Notre Université est la première au monde à combiner l'étude de cas cliniques avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la pratique et combinant un minimum de 8 éléments différents dans chaque cours. Ceci représente une véritable révolution par rapport à une simple étude et analyse de cas.

*Le personnel infirmier apprendra à travers des études de cas réels ainsi qu'en s'exerçant à résoudre des situations complexes dans des environnements d'apprentissage simulés. Ces simulations sont développées à l'aide de logiciels de pointe pour faciliter l'apprentissage par immersion.*



Selon les indicateurs de qualité de la meilleure université en ligne du monde hispanophone (Columbia University). La méthode Relearning, à la pointe de la pédagogie mondiale, a réussi à améliorer le niveau de satisfaction globale des professionnels finalisant leurs études.

Grâce à cette méthodologie, nous avons formé plus de 175.000 infirmiers avec un succès sans précédent et ce dans toutes les spécialités, quelle que soit la charge pratique. Notre méthodologie d'enseignement est développée dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

*Le Relearning vous permettra d'apprendre plus facilement et de manière plus productive tout en vous impliquant davantage dans votre spécialisation, en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant les opinions: une équation directe vers le succès.*

Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire mais il se déroule en spirale (nous apprenons, désapprenons, oublions et réapprenons). Par conséquent, ils combinent chacun de ces éléments de manière concentrique.

Selon les normes internationales les plus élevées, la note globale de notre système d'apprentissage est de 8,01.



Ce programme offre le meilleur matériel pédagogique, soigneusement préparé pour les professionnels:



### Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui vont enseigner le programme universitaire, spécifiquement pour lui, de sorte que le développement didactique est vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH en ligne. Tout cela, élaboré avec les dernières techniques afin d'offrir des éléments de haute qualité dans chacun des supports qui sont mis à la disposition de l'apprenant.



### Techniques et procédures infirmières en vidéo

Nous vous rapprochons des dernières techniques, des dernières avancées pédagogiques à l'avant-garde des techniques actuelles des soins infirmiers. Tout cela, à la première personne, expliqué et détaillé rigoureusement pour atteindre une compréhension complète et une assimilation optimale. Et surtout, vous pouvez les visionner autant de fois que vous le souhaitez.



### Résumés interactifs

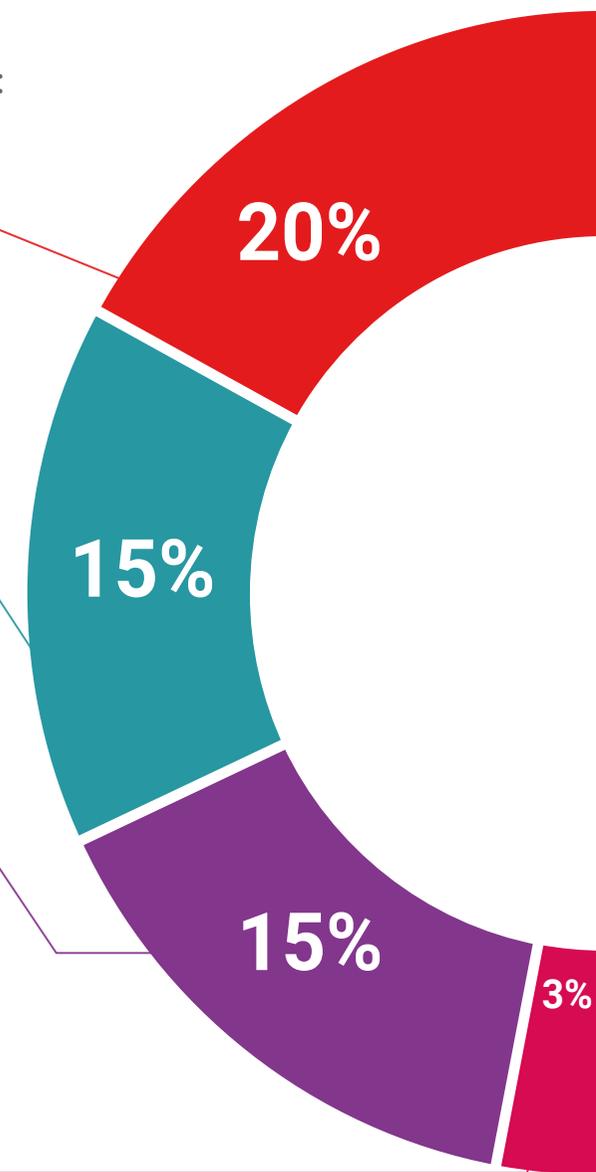
Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

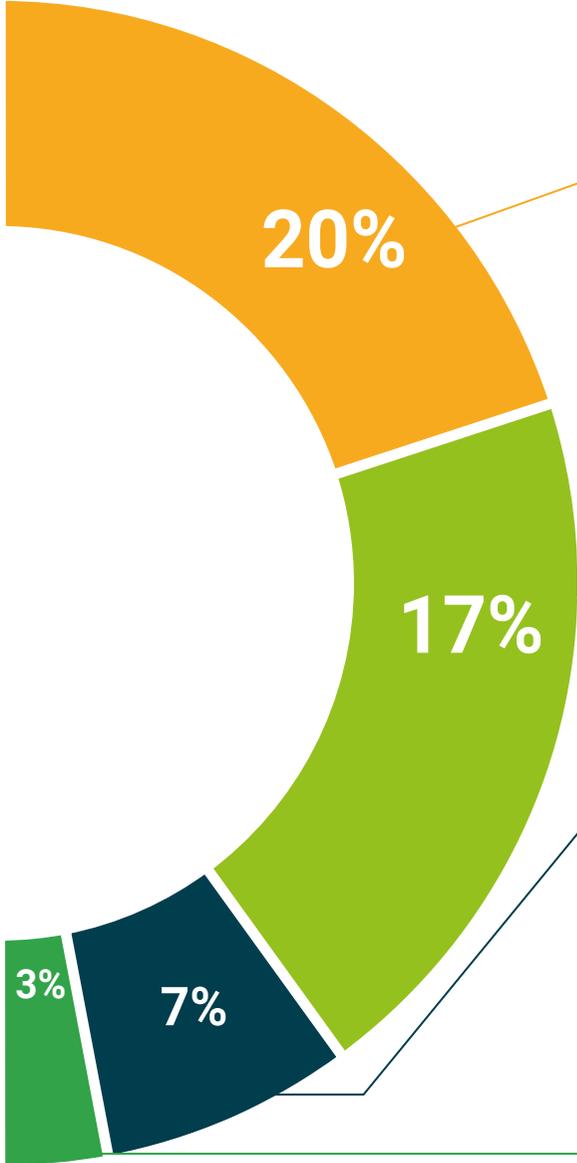
Ce système éducatif unique pour la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



### Bibliographie complémentaire

Articles récents, documents de consensus et directives internationales, entre autres. Dans la bibliothèque virtuelle de TECH, l'étudiant aura accès à tout ce dont il a besoin pour compléter sa formation.





**Études de cas dirigées par des experts**

Un apprentissage efficace doit nécessairement être contextuel. Pour cette raison, TECH présente le développement de cas réels dans lesquels l'expert guidera l'étudiant à travers le développement de la prise en charge et la résolution de différentes situations: une manière claire et directe d'atteindre le plus haut degré de compréhension.



**Testing & Retesting**

Nous évaluons et réévaluons périodiquement vos connaissances tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation: vous pouvez ainsi constater vos avancées et savoir si vous avez atteint vos objectifs.



**Cours magistraux**

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode "Learning from an Expert" renforce les connaissances et la mémoire, et donne confiance dans les futures décisions difficiles.



**Guides d'action rapide**

À TECH nous vous proposons les contenus les plus pertinents du cours sous forme de feuilles de travail ou de guides d'action rapide. Un moyen synthétique, pratique et efficace pour vous permettre de progresser dans votre apprentissage.



# 06 Diplôme

Le Certificat en Colonne Vertébrale et Membres en Yoga Thérapeutique en Soins Infirmiers vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Certificat délivré par TECH Université Technologique.





“

*Terminez ce programme avec succès  
et recevez votre diplôme sans avoir à  
vous soucier des déplacements ou des  
formalités administratives”*

Ce **Certificat en Colonne Vertébrale et Membres en Yoga Thérapeutique en Soins Infirmiers** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Après avoir réussi l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier postal\* avec accusé de réception son correspondant diplôme de **Certificat** délivré par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Certificat, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Certificat en Colonne Vertébrale et Membres en Yoga Thérapeutique en Soins Infirmiers**

N° d'heures officielles: **150 h.**



\*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH EDUCATION fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.

future

santé confiance personnes

éducation information tuteurs

garantie accréditation enseignement

institutions technologie apprentissage

communauté engagement

**tech** université  
technologique

service personnalisé innovation

connaissance présent qualité

en ligne formation

développement institutions

classe virtuelle langage

## Certificat

Colonne Vertébrale et Membres  
en Yoga Thérapeutique en Soins  
Infirmiers

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

# Certificat

Colonne Vertébrale et Membres  
en Yoga Thérapeutique en Soins  
Infirmiers

