

Experto Universitario

Asanas, Alineaciones y Variantes
para su Uso en Yoga Terapéutico
para Enfermería



Experto Universitario Asanas, Alineaciones y Variantes para su Uso en Yoga Terapéutico para Enfermería

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 meses
- » Titulación: TECH Global University
- » Acreditación: 18 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techtute.com/enfermeria/experto-universitario/experto-asanas-alineaciones-variantes-uso-yoga-terapeutico-enfermeria

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 18

05

Metodología

pág. 24

06

Titulación

pág. 32

01

Presentación

El Yoga se ha planteado como una alternativa de terapia muy efectiva para mejorar el bienestar físico de las personas. Por esto, cada vez existen más usuarios de esta disciplina, por lo que los profesionales del área de la salud deben contar con un conocimiento amplio sobre la ejecución biomecánica de las posturas propias de esta actividad. Con esto en mente, TECH presenta una titulación que actualizará a los enfermeros en materia de Asanas, Alineaciones y Variantes, de manera 100% online, permitiéndoles estudiar con flexibilidad y sin horarios rígidos.





“

Esta es la mejor oportunidad para adquirir una actualización profesional en Yoga terapéutico. Matricúlate ahora y domina de manera especializada los Asanas y las Alineaciones más modernas”

En el Yoga Terapéutico, los profesionales encargados de su aplicación deben adaptar las Asanas a las necesidades y limitaciones específicas de cada persona, atendiendo principalmente a la patología que se desea tratar. Esto debido a que diversas investigaciones han demostrado que estas Alineaciones pueden aliviar síntomas de enfermedades como la Artritis, Asma, Diabetes, problemas cardíacos o el dolor de espalda. Por ello, existe una gran cantidad de usuarios que han decidido optar por esta actividad, motivo por el cual los enfermeros especialistas de este campo deben mantenerse en actualización constante de las novedades en esta área.

Por lo anterior y con el objetivo de solventar la demanda que existe en ese contexto, TECH ha elaborado este Experto Universitario que proporciona al enfermero una comprensión actualizada sobre el uso de Asanas como estrategias de tratamiento efectivo de pacientes con dolores crónicos. Además, se abordará las técnicas más modernas para reducir molestias musculares y favorecer una correcta movilidad en los pacientes.

Todas esas competencias el alumno las lograrán adquirir a partir de un completo plan de estudios donde se examinarán de manera detallada los diferentes Asanas y Alineaciones que aportan a disminuir el dolor. Igualmente, se abordarán las contraposiciones, analizando a profundidad la biomecánica del cuerpo humano. También, se ahondará acerca de diferentes soportes, así como las adaptaciones que se pueden realizar con estos.

Y todo esto, gracias a la metodología *Relearning*, que permitirá a los alumnos fortalecer sus habilidades prácticas a medida en que van aprendiendo de un modo dinámico. En este Experto Universitario también se incluyen recursos multimedia que han sido diseñados con el objetivo de que los alumnos afiancen con efectividad los conocimientos impartidos. Por otro lado, estas materias se impartirán desde la innovadora plataforma de TECH, 100% online y accesible en todas partes del mundo mediante cualquier dispositivo conectado a internet.

Este **Experto Universitario en Asanas, Alineaciones y Variantes para su Uso en Yoga Terapéutico para Enfermería** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Asanas, Alineaciones y Variantes para su Uso en Yoga Terapéutico para Enfermería
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



Tú motivación por estar en constante avance y todo lo que este Experto Universitario tiene preparado para ti serán los mejores componentes para actualizarte sólidamente en el campo del Yoga”

“

Un Experto Universitario que abordará todos los beneficios del Yoga Terapéutico como alternativa de tratamiento de dolor o enfermedades relacionadas”

El programa incluye en su cuadro docente a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

Gracias a la innovadora metodología Relearning, aprenderás a tu propio ritmo y desde la comodidad de casa con los contenidos que TECH ha preparado para ti.

Domina de manera especializada la biomecánica de los Asanas más utilizados dentro del campo del Yoga.



02

Objetivos

Este Experto Universitario busca actualizar los conocimientos de los profesionales para el desarrollo correcto de Asanas y Alineaciones en el Yoga Terapéutico. En particular, el alumno contará con un dominio superior de las posturas que ayudan a mejorar molestias en el aparato locomotor y confieren un mayor bienestar físico a pacientes. Además, este programa de TECH te ofrece un recorrido exhaustivo por la biomecánica de diferentes partes del cuerpo humano y cómo tratar las patologías latentes en ellas a partir de la práctica de esta actividad.



A close-up photograph of a person's hair being styled with a brush. The hair is light brown and is being pulled back, creating a ponytail. The brush is visible, and the hair is being smoothed. The background is dark and out of focus.

“

Esta titulación te permitirá estar al tanto de las últimas novedades en materia de Asanas y sus Variantes, dándote lugar a identificar las posturas más eficientes para la terapia de cada paciente”



Objetivos generales

- ♦ Incorporar los conocimientos y destrezas necesarios para el correcto desarrollo y aplicación de las técnicas de Yoga Terapéutico desde un punto de vista clínico
- ♦ Crear un programa de Yoga diseñado y basado en la evidencia científica
- ♦ Profundizar en las Asanas más adecuadas atendiendo a las características de la persona y las lesiones que presente
- ♦ Ahondar en los estudios sobre biomecánica y su aplicación a las Asanas de Yoga Terapéutico
- ♦ Describir la adaptación de las Asanas de Yoga a las patologías de cada persona
- ♦ Profundizar en las bases Neurofisiológicas de las técnicas meditativas y de Relajación existentes

“

Con este Experto Universitario conseguirás destacarte en la implementación del Yoga como alternativa de terapia y potenciar sus beneficios teniendo en cuenta las limitaciones de cada paciente”





Objetivos específicos

Módulo 1. Aplicación de técnicas Asanas y su integración

- ♦ Ahondar en el aporte filosófico y fisiológico de los diferentes asanas
- ♦ Identificar los principios de acción mínima: *Sthira, Sukham y Asanam*
- ♦ Ahondar en el concepto de Asanas de pie
- ♦ Describir los beneficios y contraindicaciones de Asanas en extensión
- ♦ Señalar los beneficios y contraindicaciones Asanas en rotación e inclinación lateral
- ♦ Describir las contraposturas y cuando emplearlas
- ♦ Profundizar en los *Bandhas* y su aplicación en el Yoga Terapéutico

Módulo 2. Análisis de las principales Asanas de pie

- ♦ Ahondar en los fundamentos biomecánicos de *Tadasana* y su importancia como postura base para otros Asanas de pie
- ♦ Identificar las diferentes variantes de saludos al sol y sus modificaciones, y cómo afectan a la biomecánica de los Asanas de pie
- ♦ Señalar los principales Asanas de pie, sus variaciones y cómo aplicar correctamente la biomecánica para maximizar sus beneficios
- ♦ Actualizar conocimientos sobre los fundamentos biomecánicos de los principales Asanas de flexión de columna y flexión lateral, y cómo realizarlas de manera segura y efectiva
- ♦ Señalar los principales Asanas de equilibrio y cómo utilizar la biomecánica para mantener la estabilidad y el equilibrio durante estas posturas
- ♦ Identificar las principales extensiones en decúbito prono y cómo aplicar correctamente la biomecánica para maximizar sus beneficios
- ♦ Profundizar en las principales torsiones y posturas para caderas, y cómo utilizar la biomecánica para realizarlas de manera segura y efectiva

Módulo 3. Desglose de las principales Asanas de suelo y adaptaciones con soportes

- ♦ Identificar los principales Asanas de suelo, sus variaciones y cómo aplicar correctamente la biomecánica para maximizar sus beneficios
- ♦ Ahondar en los fundamentos biomecánicos de los Asanas de cierre y cómo realizarlos de manera segura y efectiva
- ♦ Actualizar conocimientos sobre los Asanas restaurativos y cómo aplicar la biomecánica para relajar y restaurar el cuerpo
- ♦ Identificar las principales invertidas y cómo utilizar la biomecánica para realizarlas de manera segura y efectiva
- ♦ Ahondar en los diferentes tipos de soportes (bloques, cinturón y silla) y cómo emplearlos para mejorar la biomecánica de los Asanas de suelo
- ♦ Indagar en el uso de los soportes para adaptar los Asanas a diferentes necesidades y capacidades físicas
- ♦ Ahondar en los primeros pasos en el Yoga Restaurativo y cómo aplicar la biomecánica para relajar el cuerpo y la mente

03

Dirección del curso

Con el objetivo de proporcionar una educación de calidad y dar acceso inmediato a los conocimientos más contemporáneos del mercado, TECH ha realizado de manera rigurosa la selección del cuadro docente de esta titulación. De esta forma, el alumno conseguirá actualizar sus saberes sobre la manera correcta de ejecución de una postura, así como las biomecánicas que el cuerpo hace al momento de practicarla. Además, el estudiante ampliará su visión sobre el contexto de esta actividad, enfocándose en los beneficios que esta ofrece dentro del campo de la salud.





“

Aprender de los mejores profesionales en Yoga Terapéutico es una de las tantas ventajas que tiene esta titulación. Comienza ahora y embárcate en una experiencia repleta de enseñanzas”

Directora Invitada Internacional

Siendo la **Directora de profesores** y **Jefa de formación** de instructores del Integral Yoga Institute de Nueva York, Dianne Galliano se posiciona como una de las figuras más importantes de este campo a nivel internacional. Su foco académico ha sido principalmente el **yoga terapéutico**, contando con más de 6.000 horas documentadas de enseñanza y formación continua.

Así, su labor ha sido la de tutorizar, desarrollar protocolos y criterios de formación y proporcionar educación continua a los instructores del Integral Yoga Institute. Compagina dicha labor con su papel como **terapeuta** e **instructora** en otras instituciones como The 14TH Street Y, Integral Yoga Institute Wellness Spa o la Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Su trabajo también se extiende hacia la **creación y dirección de programas de yoga**, desarrollando ejercicios y evaluando los desafíos que puedan presentarse. Ha trabajado a lo largo de su carrera con diferentes perfiles de personas, incluyendo hombres y mujeres mayores y de mediana edad, individuos prenatales y postnatales, adultos jóvenes e incluso veteranos de guerra con una serie de problemas de salud física y mental.

Para cada uno de ellos realiza un trabajo cuidado y personalizado, habiendo tratado a personas con osteoporosis, en proceso de recuperación de cirugías cardíacas o post cáncer de mama, vértigo, dolores de espalda, Síndrome de Intestino Irritable y Obesidad. Cuenta con varias certificaciones, destacando la E-RYT 500 por Yoga Alliance, Soporte Vital Básico (SVB) por la American Health Training e Instructora de Ejercicio Certificado por el Centro de Movimiento Somático.



Dña. Galliano, Dianne

- Directora del Instituto de Yoga Integral, Nueva York, Estados Unidos
- Instructora de Yoga Terapéutico en The 14TH Street Y
- Terapeuta de Yoga en Integral Yoga Institute Wellness Spa de Nueva York
- Instructora Terapéutica en Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Licenciada en Educación Primaria por la State University of New York
- Máster en Yoga Terapéutico por la Universidad de Maryland

“

Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo”

Dirección



Dña. Escalona García, Zoraida

- Vicepresidenta de la Asociación Española de Yoga Terapéutico
- Fundadora del método Air Core (clases que combinan TRX y/o entrenamiento funcional con Yoga)
- Formadora en Yoga Terapéutico
- Máster en Investigación en Inmunología por la Universidad Complutense de Madrid
- Máster en Ciencias Forenses por la Universidad Autónoma de Madrid
- Licenciada en Ciencias Biológicas por la UAM
- Curso en Profesor de: Ashtanga Yoga Progresivo, FisiomYoga, Yoga Miofascial y Yoga y Cáncer
- Curso en Monitor Pilates Suelo
- Curso en Fitoterapia y nutrición
- Curso en Profesor de meditación



Profesores

Dña. Villalba, Vanessa

- ◆ Instructora en Gimnasios Villalba
- ◆ Instructora de Vinyasa Yoga y *Power Yoga* en el Instituto Europeo de Yoga (IEY), Sevilla
- ◆ Instructora de Yoga Aéreo, Sevilla
- ◆ Instructora de Yoga Integral en IEY Sevilla
- ◆ *Body Intelligence TM Yoga Level* en IEY Huelva
- ◆ Instructora de Yoga para embarazadas y postparto en IE Sevilla
- ◆ Instructora de Yoga Nidra, Yoga Terapéutico y *Shamanic Yoga*
- ◆ Instructora de Pilates Base por FEDA
- ◆ Instructora Pilates Suelo con implementos
- ◆ Técnico Avanzado en Fitness y Entrenamiento Personal por FEDA
- ◆ Instructora de *Spinning Start I* por la Federación Española de Spinning
- ◆ Instructora de *Power Dumbbell* por Aerobic and Fitness Association
- ◆ Quiromasajista en Quirotema por la Escuela Superior de Quiromasaje y Terapias
- ◆ Formación en Drenaje Linfático por PRAXIS, Sevilla

04

Estructura y contenido

Los contenidos de esta titulación han sido elaborados por grandes expertos en la aplicación del Yoga como un método de terapia clínico. De esta forma, el enfermero adquirirá una actualización sobre las nuevas dinámicas en las que se desarrolla esta actividad y los métodos más modernos sobre la integración de los Asanas durante una rutina de terapia. Además, se aprenderá a profundidad sobre los beneficios que cada postura trae al organismo y la biomecánica que el cuerpo realiza al momento de practicarlas.





“

Este itinerario académico te permitirá actualizarte en materia de Yoga y afianzar las técnicas Asanas que existen hoy en día para aplicarlas con mayor destreza en las terapias”

Módulo 1. Aplicación de técnicas Asanas y su integración

- 1.1. Asanas
 - 1.1.1. Definición de Asana
 - 1.1.2. Asana en los Yoga sutras
 - 1.1.3. Propósito más profundo de las Asanas
 - 1.1.4. Asanas y alineación
- 1.2. Principio de acción mínima
 - 1.2.1. Sthira Sukham Asanam
 - 1.2.2. ¿Cómo aplicar este concepto a la práctica?
 - 1.2.3. Teoría de las gunas
 - 1.2.4. Influencia de las gunas en la práctica
- 1.3. Asanas de pie
 - 1.3.1. La importancia de los Asanas de pie
 - 1.3.2. Cómo trabajarlas
 - 1.3.3. Beneficios
 - 1.3.4. Contraindicaciones y consideraciones
- 1.4. Asanas sentados y supinas
 - 1.4.1. Importancia de los Asanas sentados
 - 1.4.2. Asanas sentados para la meditación
 - 1.4.3. Asanas supinos: definición
 - 1.4.4. Beneficios de las posturas supinas
- 1.5. Asanas extensión
 - 1.5.1. ¿Por qué son importantes las extensiones?
 - 1.5.2. Como trabajarlos con seguridad
 - 1.5.3. Beneficios
 - 1.5.4. Contraindicaciones
- 1.6. Asanas flexión
 - 1.6.1. Importancia de la flexión de columna
 - 1.6.2. Ejecución
 - 1.6.3. Beneficios
 - 1.6.4. Errores más frecuentes y como evitarlos



- 1.7. Asanas rotación: torsiones
 - 1.7.1. Mecánica de la torsión
 - 1.7.2. Cómo realizarlas correctamente
 - 1.7.3. Beneficios fisiológicos
 - 1.7.4. Contraindicaciones
- 1.8. Asanas en inclinación lateral
 - 1.8.1. Importancia
 - 1.8.2. Beneficios
 - 1.8.3. Errores más comunes
 - 1.8.4. Contraindicaciones
- 1.9. Importancia contraposturas
 - 1.9.1. ¿Qué son?
 - 1.9.2. Cuando realizarlas
 - 1.9.3. Beneficios durante la práctica
 - 1.9.4. Contraposturas más empleadas
- 1.10. Bandhas
 - 1.10.1. Definición
 - 1.10.2. Principales *bandhas*
 - 1.10.3. Cuando emplearlos
 - 1.10.4. Bandhas y yoga terapéutico

Módulo 2. Análisis de las principales Asanas de pie

- 2.1. TadAsana
 - 2.1.1. Importancia
 - 2.1.2. Beneficios
 - 2.1.3. Ejecución
 - 2.1.4. Diferencia con samasthiti
- 2.2. Saludo al sol
 - 2.2.1. Clásicos
 - 2.2.2. Tipo a
 - 2.2.3. Tipo b
 - 2.2.4. Adaptaciones

- 2.3. Asanas pie
 - 2.3.1. UtkatAsanas: postura de la silla
 - 2.3.2. AnjaneyAsanas: low lunge
 - 2.3.3. Virabhadrasanas I: guerrero I
 - 2.3.4. Utkata KonAsanas: postura de la diosa
- 2.4. Asanas de pie flexión columna
 - 2.4.1. Adho mukha
 - 2.4.2. Pasrvotanassana
 - 2.4.3. Prasarita PadottanAsanas
 - 2.4.4. UthanAsanas
- 2.5. Asanas de flexión lateral
 - 2.5.1. Uthhita trikonAsanas
 - 2.5.2. Virabhadrasanas II Guerrero II
 - 2.5.3. ParighAsanas
 - 2.5.4. Uthitta ParsvaKonAsanas
- 2.6. Asanas equilibrio
 - 2.6.1. Vkrisana
 - 2.6.2. Utthita hasta padangustAsanas
 - 2.6.3. NatarajAsanas
 - 2.6.4. GarudAsanas
- 2.7. Extensiones decúbito prono
 - 2.7.1. BhujangAsanas
 - 2.7.2. Urdhva Mukha SvanAsanas
 - 2.7.3. Saral BhujangAsanas: esfinge
 - 2.7.4. ShalabhAsanas
- 2.8. Extensiones
 - 2.8.1. UstrAsanas
 - 2.8.2. DhanurAsanas
 - 2.8.3. Urdhva DhanurAsanas
 - 2.8.4. Setu Bandha SarvangAsanas

- 2.9. Torsiones
 - 2.9.1. Paravritta ParsvakonAsanas
 - 2.9.2. Paravritta trikonAsanas
 - 2.9.3. Paravritta Parsvotanassana
 - 2.9.4. Paravritta UtkatAsanas
- 2.10. Caderas
 - 2.10.1. MalAsanas
 - 2.10.2. Badha KonAsanas
 - 2.10.3. Upavista KonAsanas
 - 2.10.4. GomukhAsanas

Módulo 3. Desglose de las principales Asanas de suelo y adaptaciones con soportes

- 3.1. Asanas principales en suelo
 - 3.1.1. MarjaryAsanas- BitilAsanas
 - 3.1.2. Beneficios
 - 3.1.3. Variantes
 - 3.1.4. DandAsanas
- 3.2. Flexiones supinas
 - 3.2.1. PaschimottanAsanas
 - 3.2.2. Janu sirsAsanas
 - 3.2.3. Trianga Mukhaikapada PaschimottanAsanas
 - 3.2.4. KurmAsanas
- 3.3. Torsiones e inclinaciones laterales
 - 3.3.1. Ardha MatsyendrAsanas
 - 3.3.2. VakraAsanas
 - 3.3.3. BharadvajAsanas
 - 3.3.4. Parivrita janu sirsAsanas

- 3.4. Asanas de cierre
 - 3.4.1. BalAsanas
 - 3.4.2. Supta Badha KonAsanas
 - 3.4.3. Ananda BalAsanas
 - 3.4.4. Jathara ParivartanAsanas A y B
- 3.5. Invertidas
 - 3.5.1. Beneficios
 - 3.5.2. Contraindicaciones
 - 3.5.3. Viparita Karani
 - 3.5.4. SarvangAsanas
- 3.6. Bloques
 - 3.6.1. ¿Qué son y como usarlos?
 - 3.6.2. Variantes de Asanas de pie
 - 3.6.3. Variantes de Asanas sentados y supinas
 - 3.6.4. Variantes Asanas cierre y restaurativas
- 3.7. Cinturón
 - 3.7.1. ¿Qué son y como usarlos?
 - 3.7.2. Variantes de Asanas de pie
 - 3.7.3. Variantes de Asanas sentados y supinas
 - 3.7.4. Variantes Asanas cierre y restaurativas
- 3.8. Asanas en silla
 - 3.8.1. ¿Qué es?
 - 3.8.2. Beneficios
 - 3.8.3. Saludos al sol en silla
 - 3.8.4. TadAsanas en silla
- 3.9. Yoga en silla
 - 3.9.1. Flexiones
 - 3.9.2. Extensiones
 - 3.9.3. Torsiones e inclinaciones
 - 3.9.4. Invertidas

- 3.10. Asanas restaurativas
 - 3.10.1. Cuando emplearlo
 - 3.10.2. Flexiones sentadas y hacia delante
 - 3.10.3. Flexiones de espalda
 - 3.10.4. Invertidas y supinas



Los contenidos más innovadores los encontrarás en este programa. No busques más y actualízate con las últimas novedades en el campo del Yoga Terapéutico”

05

Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: **el Relearning**.

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine***.





“

Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”

En TECH Nursing School empleamos el Método del Caso

Ante una determinada situación concreta, ¿qué debería hacer un profesional? A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos clínicos simulados, basados en pacientes reales en los que deberán investigar, establecer hipótesis y, finalmente, resolver la situación. Existe abundante evidencia científica sobre la eficacia del método. Los enfermeros aprenden mejor, más rápido y de manera más sostenible en el tiempo.

Con TECH los enfermeros experimentan una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo.



Según el Dr. Gérvas, el caso clínico es la presentación comentada de un paciente, o grupo de pacientes, que se convierte en «caso», en un ejemplo o modelo que ilustra algún componente clínico peculiar, bien por su poder docente, bien por su singularidad o rareza. Es esencial que el caso se apoye en la vida profesional actual, intentando recrear los condicionantes reales en la práctica profesional de la enfermería.

“

¿Sabías que este método fue desarrollado en 1912, en Harvard, para los estudiantes de Derecho? El método del caso consistía en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y justificasen cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard”

La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los enfermeros que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al profesional de la enfermería una mejor integración del conocimiento en el ámbito hospitalario o de atención primaria.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.



Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.



El enfermero(a) aprenderá mediante casos reales y resolución de situaciones complejas en entornos simulados de aprendizaje. Estos simulacros están desarrollados a partir de software de última generación que permiten facilitar el aprendizaje inmersivo.

Situado a la vanguardia pedagógica mundial, el método Relearning ha conseguido mejorar los niveles de satisfacción global de los profesionales que finalizan sus estudios, con respecto a los indicadores de calidad de la mejor universidad online en habla hispana (Universidad de Columbia).

Con esta metodología se han capacitado más de 175.000 enfermeros con un éxito sin precedentes en todas las especialidades con independencia de la carga práctica.

Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en un entorno de máxima exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu especialización, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.

En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica.

La puntuación global que obtiene el sistema de aprendizaje de TECH es de 8.01, con arreglo a los más altos estándares internacionales.



Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el programa universitario, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.



Técnicas y procedimientos de enfermería en vídeo

TECH acerca al alumno las técnicas más novedosas, los últimos avances educativos y al primer plano de la actualidad en técnicas de enfermería. Todo esto, en primera persona, con el máximo rigor, explicado y detallado para contribuir a la asimilación y comprensión del estudiante. Y lo mejor de todo, puedes verlos las veces que quieras.



Resúmenes interactivos

El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este exclusivo sistema educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





Análisis de casos elaborados y guiados por expertos

El aprendizaje eficaz tiene, necesariamente, que ser contextual. Por eso, TECH presenta los desarrollos de casos reales en los que el experto guiará al alumno a través del desarrollo de la atención y la resolución de las diferentes situaciones: una manera clara y directa de conseguir el grado de comprensión más elevado.



Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos: para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado Learning from an Expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en las futuras decisiones difíciles.



Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.



06

Titulación

El Experto Universitario en Asanas, Alineaciones y Variantes para su Uso en Yoga Terapéutico para Enfermería garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Experto Universitario expedido por TECH Global University.



“

Supera con éxito este programa y recibe una titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”

Este programa te permitirá obtener el título propio de **Experto Universitario en Asanas, Alineaciones y Variantes para su Uso en Yoga Terapéutico para Enfermería** avalado por **TECH Global University**, la mayor Universidad digital del mundo.

TECH Global University, es una Universidad Oficial Europea reconocida públicamente por el Gobierno de Andorra (*boletín oficial*). Andorra forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) desde 2003. El EEES es una iniciativa promovida por la Unión Europea que tiene como objetivo organizar el marco formativo internacional y armonizar los sistemas de educación superior de los países miembros de este espacio. El proyecto promueve unos valores comunes, la implementación de herramientas conjuntas y fortaleciendo sus mecanismos de garantía de calidad para potenciar la colaboración y movilidad entre estudiantes, investigadores y académicos.

Este título propio de **TECH Global University**, es un programa europeo de formación continua y actualización profesional que garantiza la adquisición de las competencias en su área de conocimiento, confiriendo un alto valor curricular al estudiante que supere el programa.

Título: **Experto Universitario en Asanas, Alineaciones y Variantes para su Uso en Yoga Terapéutico para Enfermería**

Modalidad: **online**

Duración: **6 meses**

Acreditación: **18 ECTS**





Experto Universitario
Asanas, Alineaciones
y Variantes para su Uso
en Yoga Terapéutico
para Enfermería

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 meses
- » Titulación: **TECH Global University**
- » Acreditación: **18 ECTS**
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Experto Universitario

Asanas, Alineaciones y Variantes
para su Uso en Yoga Terapéutico
para Enfermería

