

Corso Universitario

Fisiologia delle Tecniche Respiratorie



tech università
tecnologica

Corso Universitario Fisiologia delle Tecniche Respiratorie

- » Modalità: online
- » Durata: 6 settimane
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: www.techitute.com/it/fisioterapia/corso-universitario/fisiologia-tecniche-respiratorie

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

Numerosi studi sostengono che la pratica regolare dello Yoga può avere molti benefici sulla respirazione, tra cui una maggiore capacità polmonare, una riduzione dello stress e dell'ansia e un miglioramento della funzione cardiovascolare. Per questo motivo, questa disciplina si è affermata come scelta ideale per chi ha bisogno di fare esercizio fisico senza sovraccaricare la propria capacità respiratoria. Per questo motivo, è diventato essenziale per i fisioterapisti essere aggiornati in questo campo e capire come le varie tecniche di ventilazione polmonare influenzino il corpo umano. A tal fine, è stato progettato un corso di formazione con un formato 100% online che fornirà un programma avanzato e materiali didattici innovativi.



“

*Avrai l'opportunità di aggiornarti sullo
Yoga e sulle tecniche di respirazione
che puoi utilizzare con pazienti
affetti da problemi cardiovascolari”*

La pratica a breve termine della Respirazione Yogica apporta importanti benefici alla salute, come la riduzione del consumo di ossigeno a riposo, il rafforzamento dei muscoli respiratori, l'espansione del diaframma e dei polmoni e il miglioramento dell'elasticità toracica. Questi benefici sono particolarmente rilevanti per i pazienti con patologie cardiovascolari, ansia e/o stress.

Per questo motivo i fisioterapisti hanno incorporato lo Yoga Terapeutico come complemento ai trattamenti convenzionali e devono tenersi aggiornati sui progressi in questo campo e su come le diverse tecniche di respirazione influiscono sul corpo. TECH offre quindi agli studenti un Corso Universitario che consente loro di aggiornare le proprie conoscenze in modo completo e in un breve periodo di sole 6 settimane.

Questo programma prevede la partecipazione dei migliori esperti del mondo dello Yoga, tra cui una *Master class* tenuta da un istruttore di fama internazionale. Inoltre, sono inclusi materiali innovativi per approfondire la fisiologia del Pranayama, la Respirazione Yogica completa, il *Kumbhaka*, i *Bandha* e la fisiologia dei Mudra.

Il metodo di insegnamento utilizzato da TECH, noto come *Relearning*, basato sulla ripetizione, permette agli studenti di concentrarsi sui concetti più importanti e di consolidarli in modo semplice. Il processo di aggiornamento è flessibile e comodo, in quanto è sufficiente un dispositivo con connessione a Internet per accedere ai contenuti in qualsiasi momento della giornata. Questa opzione è ideale per chi ha responsabilità impegnative e non può adattarsi a un orario fisso.

Questo **Corso Universitario in Fisiologia delle Tecniche Respiratorie** 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 e/o al tutor, forum di discussione su questioni controverse e compiti di riflessione individuale
- ♦ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o portatile provvisto di connessione internet



Con i migliori materiali multimediali disponibili, ti offriamo un programma completo sullo Yoga Terapeutico e come lo applicherai nella tua pratica professionale”

“

Disporrai di una lezione tenuta dalla direttrice degli insegnanti e capo della formazione degli istruttori dell'Integral Yoga Institute di New York"

Il personale docente del programma comprende professionisti del settore che apportano l'esperienza del loro lavoro a questa formazione, oltre a specialisti riconosciuti da società di riferimento e università prestigiose.

Il contenuto multimediale, sviluppato con la più recente tecnologia educativa, consentirà al professionista di apprendere in contesti situazionali e contestuali, ovvero in un ambiente simulato che offrirà una formazione immersiva mirata a prepararsi per 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.

Approfondirai la Respirazione Yogica completa e i suoi effetti nei pazienti con patologie respiratorie.

Integrerai nelle tue sessioni terapeutiche le ultime evidenze sull'uso delle Tecniche di Pranayama.



02

Obiettivi

L'obiettivo di questo Corso Universitario è fornire al fisioterapista uno studio all'avanguardia delle tecniche di respirazione utilizzate nello Yoga. Il programma è incentrato su una metodologia teorico-pratica, che ne facilita l'assimilazione, ed è integrato da casi clinici che ne mostrano l'applicazione diretta nelle sedute terapeutiche dello studente.





“

*Approfondirai i diversi tipi di Respirazione
Yogica e la loro applicazione nei pazienti
affetti da asma"*



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 le asana più appropriate in base alle caratteristiche della persona e alle lesioni che presenta
- ♦ Approfondire gli studi sulla biomeccanica e la loro applicazione alle asana dello Yoga terapeutico
- ♦ Descrivere l'adattamento delle asana dello Yoga alle patologie di ogni persona
- ♦ Approfondire le basi neurofisiologiche delle attuali tecniche di meditazione e Rilassamento



Questa qualifica include i migliori materiali multimediali disponibili sulle tecniche di Respirazione Kumbhaka”





Obiettivi specifici

- ◆ Descrivere la fisiologia del sistema respiratorio e il suo rapporto con la pratica del Pranayama
- ◆ Approfondire i diversi tipi di Respirazione e il loro effetto sul sistema respiratorio e sul corpo nel suo complesso
- ◆ Identificare le diverse componenti della respirazione, come l'inspirazione, espirazione e ritenzione, e come ognuna di esse influisce sulla fisiologia del corpo
- ◆ Approfondire i concetti dei canali energetici o nadi e il loro rapporto con la fisiologia della respirazione e la pratica del Pranayama
- ◆ Descrivere i diversi tipi di Pranayama e come influiscono sulla fisiologia del corpo e della mente
- ◆ Identificare i concetti di base dei Mudra e il loro rapporto con la fisiologia della respirazione e la pratica del Pranayama
- ◆ Approfondire gli effetti della pratica del Pranayama sulla fisiologia dell'organismo e come questi effetti possano contribuire a migliorare la salute e il benessere



03

Direzione del corso

Con l'obiettivo di fornire un approfondimento di alta qualità allo studente, TECH ha scelto un personale docente esperto e riconosciuto in prestigiose società di riferimento e università. Di conseguenza, gli studenti avranno accesso alle informazioni più accurate, fornite da formatori che portano in questa formazione l'esperienza del loro lavoro. Inoltre, si terrà una Master class di un'eminenza internazionale nel campo dello Yoga Terapeutico. In questo modo, grazie ai materiali sviluppati con le più recenti tecnologie didattiche, si consentirà al professionista un apprendimento contestuale e situato.





“

Sarai in grado di condurre sessioni terapeutiche più efficienti grazie alle informazioni più accurate sulla fisiologia dei Mudra"

Direttrice Ospite Internazionale

Come la **direttrice degli insegnanti** e **responsabile della formazione** 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 sullo **yoga terapeutico**, con oltre 6.000 ore documentate di insegnamento e formazione continua.

Ha svolto attività di tutoraggio, sviluppo di protocolli e criteri di formazione e formazione continua per gli 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 direzione 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

- Direttrice degli insegnanti dell'Istituto di Yoga Integrale - New York, USA
- Istruttrice di Yoga Terapeutico presso The 14TH Street Y
- Terapista di Yoga presso Integral Yoga Institute Wellness Spa di New York
- Istruttrice Terapeutica presso Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Laureata in Educazione Primaria presso la State University of New York
- Master in Yoga Terapeutico presso l'Università di 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* (lezioni che combinano TRX e allenamento funzionale con Yoga)
- Formatrice in Yoga Terapeutico
- Laurea in Scienze Biologiche presso l'Università Autonoma di Madrid
- Corso di Insegnante di: Ashtanga Yoga Progressivo, FisiomYoga, Yoga Miofasciale, Yoga e Cancro
- Corso di Istruttore di Pilates a Terra
- Corso in Fitoterapia e Nutrizione
- Corso di Insegnante di Meditazione



Personale docente

Dott.ssa Salvador Crespo, Inmaculada

- ◆ Coordinatrice dell'Istituto Europeo di Yoga
- ◆ Docente di Yoga e Meditazione presso IEY
- ◆ Specialista in Yoga Integrale e Meditazione
- ◆ Specialista in Vinyasa Yoga e Power Yoga
- ◆ Specialista in Yoga Terapeutico

04

Struttura e contenuti

Il programma di studi è progettato per far conoscere allo studente la ricerca scientifica sulla pratica dello Yoga e i benefici per la salute delle tecniche di respirazione. Questo percorso accademico consiste in 150 ore di studio, accompagnate dai migliori materiali didattici disponibili, come riassunti interattivi e guide all'azione rapida. Inoltre, grazie al metodo *Relearning*, che si basa sulla ripetizione, lo studente sarà in grado di imparare con meno sforzo e più rendimento. È un'occasione unica che solo TECH, la più grande università digitale del mondo, può offrire.





“

Aggiornarai nuovi concetti come Puraka, Rechaka e Kumbhaka, comunemente utilizzati nella pratica dello Yoga”

Modulo 1. Tecniche respiratorie

- 1.1. Pranayama
 - 1.1.1. Definizione
 - 1.1.2. Origine
 - 1.1.3. Benefici
 - 1.1.4. Concetto di prana
- 1.2. Tipi di respirazione
 - 1.2.1. Addominale
 - 1.2.2. Toracica
 - 1.2.3. Clavicolare
 - 1.2.4. Respirazione yogica completa
- 1.3. Purificazione dei canali di energia pranica o nadi
 - 1.3.1. Che cosa sono le nadi?
 - 1.3.2. sushumná
 - 1.3.3. Ida
 - 1.3.4. Pingala
- 1.4. Ispirazione: puraka
 - 1.4.1. Ispirazione addominale
 - 1.4.2. Ispirazione diaframmatica / costale
 - 1.4.3. Considerazioni generali e controindicazioni
 - 1.4.4. Relazione con i bandhas
- 1.5. Espirazione: rechaka
 - 1.5.1. Espirazione addominale
 - 1.5.2. Espirazione diaframmatica / costale
 - 1.5.3. Considerazioni generali e controindicazioni
 - 1.5.4. Relazione con i bandha
- 1.6. Trattenute: kumbakha
 - 1.6.1. Antara Kumbhaka
 - 1.6.2. Bahya kumbhaka
 - 1.6.3. Considerazioni generali e controindicazioni
 - 1.6.4. Relazione con i bandha





- 1.7. Pranayama purificatori
 - 1.7.1. Douti
 - 1.7.2. Anunasika
 - 1.7.3. Nadi Sodhana
 - 1.7.4. Bhramari
- 1.8. Pranayamas stimolanti e rinfrescanti
 - 1.8.1. Kapalabhati
 - 1.8.2. Bhastrika
 - 1.8.3. Ujjayi
 - 1.8.4. Shittali
- 1.9. Pranayama rigenerativi
 - 1.9.1. Surya bheda
 - 1.9.2. kumbhaka
 - 1.9.3. Sama Vritti
 - 1.9.4. Mridanga
- 1.10. Mudra
 - 1.10.1. Che cosa sono?
 - 1.10.2. Benefici e quando incorporarli
 - 1.10.3. Significato di ogni dito
 - 1.10.4. Principali mudra utilizzati in pratica

“

Raggiungerai una comprensione efficace della Fisiologia delle Tecniche Respiratorie applicate allo Yoga attraverso un formato pedagogico completamente virtuale”

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 applichiamo il Metodo Casistico

Cosa dovrebbe fare un professionista per affrontare una determinata situazione? 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 fisioterapisti/chinesiologi imparano meglio e in modo più veloce e sostenibile nel tempo.

Grazie a TECH potrai sperimentare un modo di imparare che sta scuotendo le fondamenta delle università tradizionali di tutto il mondo.



Secondo il dottor Gervas, 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 faccia riferimento alla vita professionale attuale, cercando di ricreare le condizioni reali della pratica del fisioterapista.

“

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. I fisioterapisti/chinesiologi che seguono questo metodo, non solo assimilano i concetti, ma sviluppano anche la capacità mentale, grazie a esercizi che valutano situazioni reali e richiedono l'applicazione delle conoscenze.
2. L'apprendimento è solidamente fondato su competenze pratiche, che permettono al fisioterapista/chinesiologo di integrarsi meglio nel mondo reale.
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.



Il medico 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 oltre 65.000 fisioterapisti/chinesiologi con un successo senza precedenti in tutte le specializzazioni cliniche indipendentemente dalla carica manuale/pratica. 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 diretta 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 nostro sistema di apprendimento 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 fisioterapia in video

TECH introduce le ultime tecniche, gli ultimi progressi educativi e l'avanguardia delle tecniche attuali della fisioterapia/chinesiologia. 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

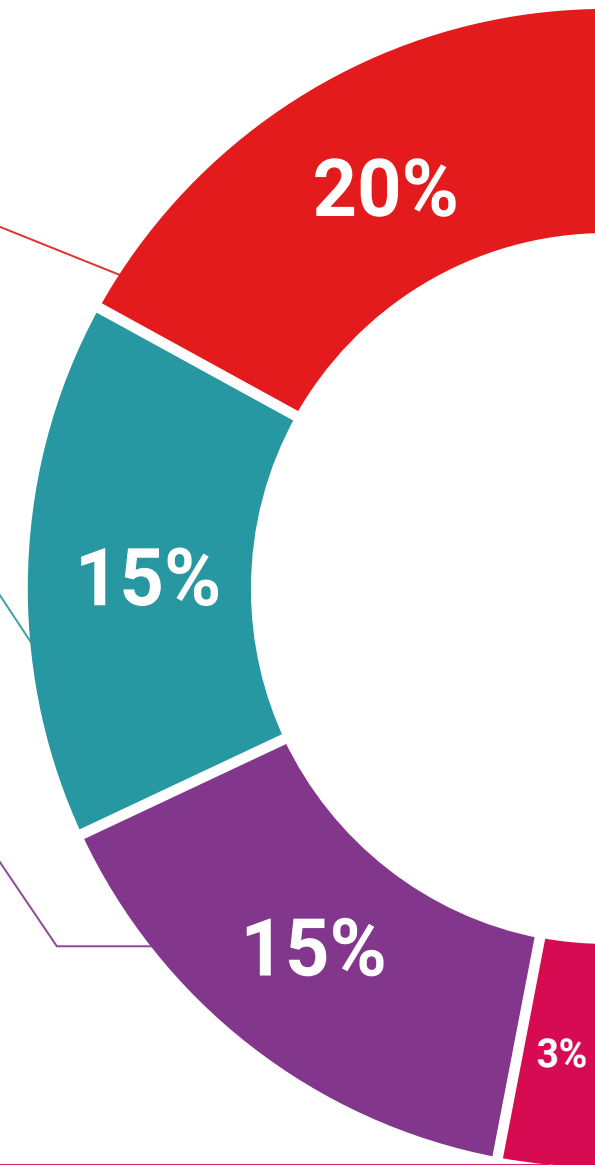
Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

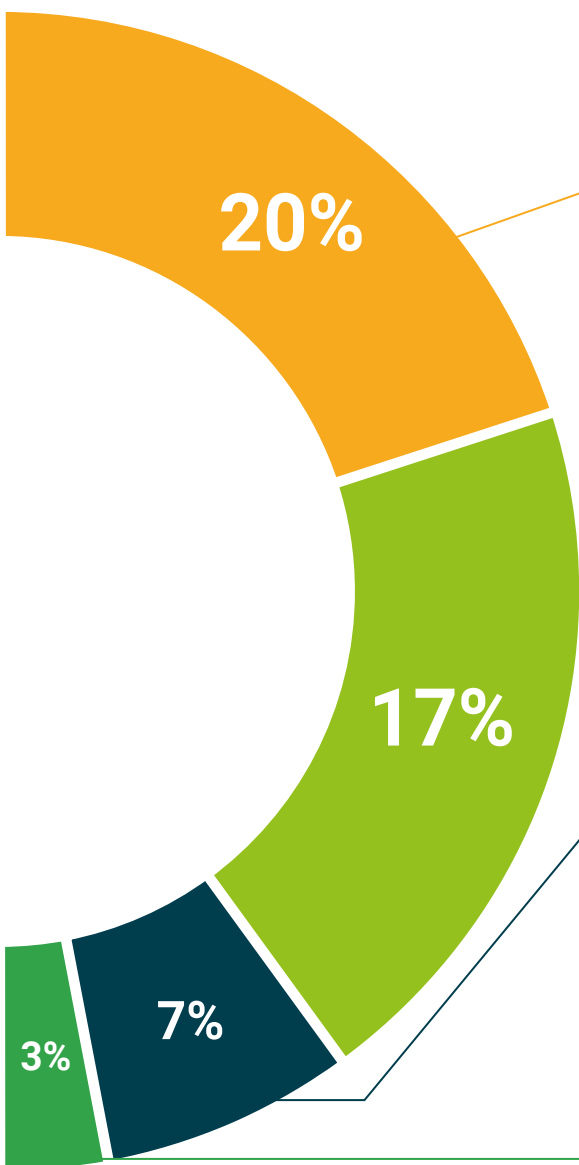
Questo sistema di specializzazione unico per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



Letture 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: la denominazione "Learning from an Expert" rafforza le conoscenze e i ricordi e genera sicurezza nel futuro processo decisionale.



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 Fisiologia delle Tecniche Respiratorie 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 la tua qualifica universitaria senza spostamenti o fastidiose formalità”

Questo **Corso Universitario in Fisiologia delle Tecniche Respiratorie** 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 Fisiologia delle Tecniche Respiratorie**

Modalità: **online**

Durata: **6 settimane**



*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 innovazione
conoscenza presente qualità
formazione online
sviluppo istituzioni
classe virtuale lingue

tech università
tecnologica

Corso Universitario
Fisiologia delle Tecniche
Respiratorie

- » Modalità: online
- » Durata: 6 settimane
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Corso Universitario

Fisiologia delle Tecniche Respiratorie