

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/medicina/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

Diversi studi hanno dimostrato i benefici dello yoga nei pazienti con problemi cardiorespiratori grazie alle tecniche di respirazione praticate in ogni sessione. In questo modo, questa attività fisica è diventata un'alternativa ideale per i pazienti che desiderano fare esercizio senza spingere il proprio corpo al limite. Per questo motivo, è essenziale che i professionisti del settore medico siano a conoscenza dei progressi in questo campo, nonché dell'azione delle diverse tecniche respiratorie sull'organismo. È nata così questo corso che offre, attraverso un formato di insegnamento 100% online, un programma avanzato con materiale didattico innovativo accessibile 24 ore su 24, da qualsiasi dispositivo digitale dotato di connessione a Internet.



“

*Riceverai un aggiornamento efficace sulla
Fisiologia delle Tecniche Respiratorie
applicate allo Yoga attraverso un formato
pedagogico online"*

La pratica a breve termine della respirazione yogica genera importanti benefici per le persone, in quanto diminuisce il consumo di ossigeno a riposo, rafforza i muscoli respiratori, aumentando così le escursioni del diaframma e dei polmoni insieme a una maggiore elasticità toracica. Questi benefici hanno un impatto sui pazienti con problemi cardiovascolari e anche su quelli che soffrono di ansia o stress.

In questo contesto, i medici hanno scelto di includere lo Yoga Terapeutico come complemento ai trattamenti più convenzionali. Dovrebbero quindi essere consapevoli dei progressi in questo campo, nonché dell'azione sul corpo delle diverse tecniche di respirazione utilizzate. Per questo motivo, questo Corso Universitario è stato creato per fornire un aggiornamento in sole 6 settimane.

Un programma che si distingue anche per la presenza di professionisti di prim'ordine nel mondo dello Yoga, che offrono agli studenti materiale di altissima qualità. Tra questi c'è una *Master Class* tenuta da un'istruttrice di caratura nazionale e internazionale che fornisce le informazioni più rigorose e tecniche su questa attività fisica.

Inoltre, grazie ai numerosi materiali didattici innovativi, lo studente imparerà in modo dinamico la fisiologia del Pranayama, la respirazione yogica completa, il kumbakha, la relazione con i bandha o la fisiologia dei Mudra. Un percorso accademico che non richiederà lunghe ore di studio e di memorizzazione, perché grazie al metodo *Relearning* utilizzato da TECH, lo studente potrà concentrarsi sui concetti più importanti e consolidarli in modo molto più semplice.

Un processo di aggiornamento caratterizzato anche da flessibilità e convenienza. Gli studenti hanno bisogno solo di un dispositivo digitale con una connessione a Internet per visualizzare i contenuti ospitati sulla piattaforma virtuale in qualsiasi momento della giornata. Un'opzione ideale per conciliare le responsabilità più impegnative con una qualifica all'avanguardia.

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 speciale 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 a internet



Approfondisci i concetti di prana, nadi e pindala spesso utilizzati nella pratica dello Yoga"

“

Un percorso accademico di 6 settimane con le informazioni più rigorose sulla fisiologia del Pranayama rigenerativo"

Il personale 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.

Il suo contenuto multimediale, sviluppato con la più recente tecnologia educativa, consentirà al professionista un apprendimento situato e contestuale, cioè un ambiente simulato che fornirà una formazione immersiva programmata per addestrarsi in situazioni reali.

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

Il metodo Relearning di TECH favorisce il consolidamento dei concetti e riduce le lunghe ore di studio.

Esplora i diversi tipi di respirazione su cui si lavora nelle sessioni di Yoga e la loro applicazione nei pazienti con asma.



02 Obiettivi

Questo Corso Universitario è stato progettato con l'obiettivo di offrire al professionista medico un aggiornamento completo sulle Tecniche Respiratorie utilizzate nello yoga. Un processo di aggiornamento che sarà molto più facile da realizzare grazie all'approccio teorico-pratico di questo titolo e ai casi clinici, che gli permetterà di apprezzare le metodologie utilizzate e la loro diretta applicazione nella sua prassi terapeutica.



“

Inserisci nella tua pratica clinica le ultime evidenze sull'uso delle Tecniche di Respirazione applicate allo Yoga"



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 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

“

Approfondisci i diversi tipi di pranayama e i loro effetti sui pazienti con malattie respiratorie”





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 sull'organismo in generale
- ◆ Identificare i diversi componenti della respirazione, come l'inspirazione, l'espirazione e la 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 il loro effetto 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 del corpo e come questi effetti possono contribuire a migliorare la salute e il benessere

03

Direzione del corso

Per offrire allo studente un Corso Universitario di prim'ordine, TECH ha selezionato un personale docente che si distingue per l'alto livello di competenza e prestigio nel mondo dello Yoga. In questo modo, lo studente otterrà le informazioni più rigorose da docenti con un eccellente background nel loro settore. Inoltre, grazie alla loro vicinanza, gli studenti potranno risolvere qualsiasi dubbio relativo ai contenuti di questo programma.





“ Accedi, quando e dove vuoi,
alla Master class tenuta da una
prestigiosa professionista del
mondo dello 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 **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

- Direttrice dell'Istituto di Yoga Integrale, New York, Stati Uniti
- Insegnante di Yoga Terapeutico 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 Primaria presso la State University di New York
- Master in Yoga Terapeutico 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 (classi che combinano TRX e Allenamento Funzionale con lo Yoga)
- ◆ Formatrice in Yoga Terapeutico
- ◆ Master in Ricerca in Immunologia presso l'Università Complutense di Madrid
- ◆ Master in Scienze Forensi presso l'Università Autonoma di Madrid
- ◆ Laurea in Scienze Biologiche presso l'Università Autonoma di Madrid
- ◆ Corso per Insegnanti di: Ashtanga Yoga Progressivo, FisiomYoga, Yoga Miofasciale, Yoga e Cancro
- ◆ Corso di Istruttore di Pilates a Terra
- ◆ Corso di Fitoterapia e Nutrizione
- ◆ Corso per Insegnanti 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 e Meditazione Integrale
- ◆ Specialista in Vinyasa Yoga e Power Yoga
- ◆ Specialista in Yoga Terapia



04

Struttura e contenuti

Questo Corso Universitario consiste in un programma di studio preparato da istruttori di Yoga di fama internazionale. Un programma di studi che porti lo studente a conoscere le evidenze scientifiche che circondano la pratica dello Yoga e i benefici per la salute derivanti dalla pratica delle tecniche di respirazione. Tutto questo, combinato in un programma di 150 ore di insegnamento e con il miglior materiale pedagogico. Un'opportunità unica che solo TECH, la più grande università digitale del mondo, può offrire.





“

*Un programma completo sullo Yoga
Terapeutico con il miglior materiale
didattico disponibile nell'attuale
mercato accademico universitario"*

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 condotti dell'energia pranica o nadi
 - 1.3.1. Cosa sono le nadi?
 - 1.3.2. Sushuma
 - 1.3.3. IDA
 - 1.3.4. Pindala
- 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. Rapporto con i bandha
- 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. Rapporto con i bandha
- 1.6 Ritenzioni: kumbakha
 - 1.6.1. Anthara Kumbhaka
 - 1.6.2. Bahya kumbhaka
 - 1.6.3. Considerazioni generali e controindicazioni
 - 1.6.4. Rapporto con i bandha





- 1.7 Pranayama purificatore
 - 1.7.1. Douti
 - 1.7.2. Anunasika
 - 1.7.3. Nadi Sodhana
 - 1.7.4. Bhramari
- 1.8 Pranayama stimolante e rinfrescante
 - 1.8.1. Kapalabhati
 - 1.8.2. Bhastrika
 - 1.8.3. Ujjayi
 - 1.8.4. Shittali
- 1.9 Pranayama rigenerazione
 - 1.9.1. Surya Bhedana
 - 1.9.2. Kumbhaka
 - 1.9.3. Sama Vritti
 - 1.9.4. Mridanga
- 1.10 Mudra
 - 1.10.1. Cosa sono?
 - 1.10.2. Vantaggi e quando incorporarli
 - 1.10.3. Significato di ogni dito
 - 1.10.4. I principali mudra utilizzati in una pratica

“ *Un'occasione unica per un aggiornamento sullo Yoga, sulle tecniche di respirazione e sui loro benefici per i pazienti con problemi cardiovascolari*”

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*.



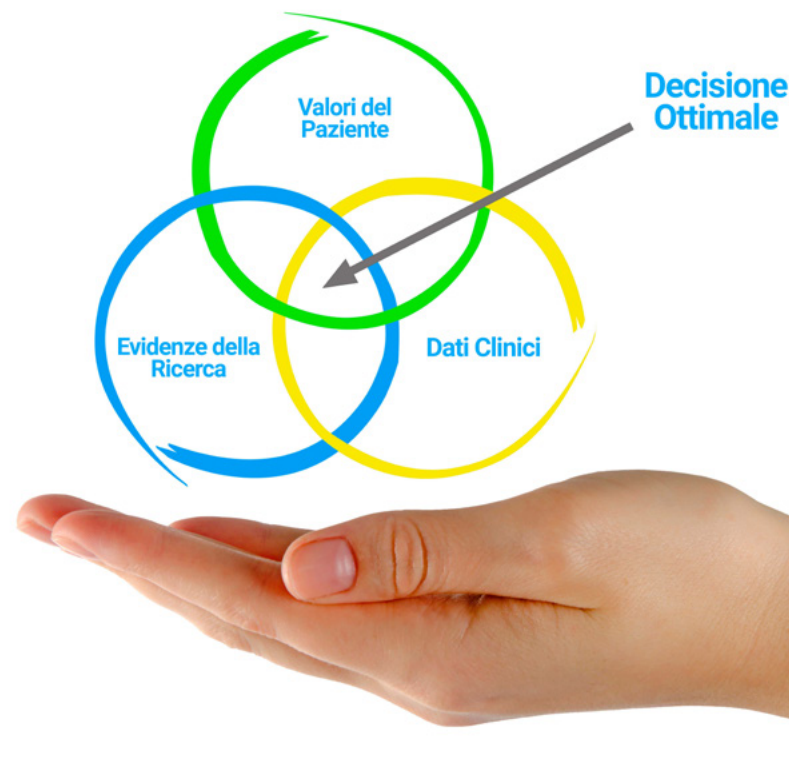
“

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. Gli specialisti 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 professionale del medico.

“

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 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 allo studente 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 grazie all'uso di software di ultima generazione 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).

Grazie a questa metodologia abbiamo formato con un successo senza precedenti più di 250.000 medici di tutte le specialità cliniche, indipendentemente dal carico chirurgico. 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 appositamente per il corso dagli specialisti che lo impartiranno, per fare in modo che lo sviluppo didattico sia davvero 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 chirurgiche e procedure in video

TECH rende partecipe lo studente delle ultime tecniche, degli ultimi progressi educativi e dell'avanguardia delle tecniche mediche 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".



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

