

# Curso de Especialização

## Patologias Tratadas com o Yoga Terapêutico





## Curso de Especialização Patologias Tratadas com o Yoga Terapêutico

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 18 ECTS
- » Horário: Ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

Acesso ao site: [www.techtute.com/pt/medicina/curso-especializacao/curso-especializacao-patologias-tratadas-yoga-terapeutico](http://www.techtute.com/pt/medicina/curso-especializacao/curso-especializacao-patologias-tratadas-yoga-terapeutico)

# Índice

01

Apresentação

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Direção do curso

---

*pág. 12*

04

Estrutura e conteúdo

---

*pág. 18*

05

Metodologia

---

*pág. 24*

06

Certificação

---

*pág. 32*

# 01

# Apresentação

As diferentes bases posturais e os movimentos executados na prática do Yoga permitem que os pacientes com escoliose, lombalgia ou artrose sofram uma melhoria significativa das suas doenças. Estes benefícios são um fator determinante para que muitas pessoas pratiquem esta modalidade como complemento dos seus tratamentos. A este respeito, é essencial que os profissionais de saúde conheçam os últimos estudos científicos que apoiam esta disciplina e a sua adequação a determinadas condições. Assim, nasce esta qualificação, que leva o licenciado a realizar uma atualização completa em apenas 6 meses sobre as patologias mais comuns e a sua abordagem a partir desta atividade física. Tudo isto, com a flexibilidade de um modo 100% online e sem aulas com horários restritos.





“

*Um processo de atualização sobre  
Patologias Tratadas com Yoga  
Terapêutico através de pílulas multimédia  
e dos melhores recursos didáticos”*

Cerca de 300 milhões de pessoas em todo o mundo praticam Yoga, devido aos seus benefícios para a saúde. O reforço dos músculos, a melhoria da flexibilidade e a redução das doenças através de exercícios de respiração levaram muitas pessoas a optar por esta atividade como complemento dos seus tratamentos mais convencionais.

Neste cenário, o profissional médico tem a oportunidade de integrar os benefícios desta disciplina nas diretrizes estabelecidas para os seus pacientes. Por este motivo, a TECH concebeu este Curso de Especialização em Patologias Tratadas com o Yoga Terapêutico, que reúne em 450 horas letivas a informação mais rigorosa e completa sobre a abordagem de determinadas patologias através das diferentes asanas e variantes existentes.

Um programa que o levará, em primeiro lugar, ao sistema fascial, à anatomia da coluna vertebral e ao trabalho de movimento que é efectuado com esta disciplina. O tratamento de escolioses, entorses, doenças auto-imunes e degenerativas e lombalgias, entre outras, terá uma incidência especial nesta opção académica.

Além disso, a inclusão de um professor internacional de grande experiência e reconhecimento na área da Yoga Terapia neste programa demonstra a excelência académica do programa. Os alunos beneficiarão muito com as *Masterclasses* dadas pelo professor, que lhes permitirão aprofundar os seus conhecimentos sobre as Patologias Tratadas com o Yoga Terapêutico de uma forma dinâmica e sob a visão de um especialista internacional na matéria.

Sem dúvida, uma proposta universitária flexível, que se adapta às necessidades reais dos médicos. Só precisam de um dispositivo digital com ligação à Internet para verem os seus conteúdos a qualquer hora do dia. Um certificado que permite uma atualização eficaz através de um sistema pedagógico de acordo com os tempos académicos atuais.

Este **Curso de Especialização em Patologias Tratadas com o Yoga Terapêutico** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. As suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Yoga
- ♦ Os conteúdos gráficos, esquemáticos e predominantemente práticos com que está concebido fornecem informações científicas e práticas sobre as disciplinas que são essenciais para a prática profissional
- ♦ Exercícios práticos onde o processo de autoavaliação pode ser levado a cabo a fim de melhorar a aprendizagem
- ♦ A sua ênfase especial em metodologias inovadoras
- ♦ As aulas teóricas, perguntas ao especialista, fóruns de discussão sobre questões controversas e atividades de reflexão individual
- ♦ A disponibilidade de acesso aos conteúdos a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com ligação à Internet



*Uma opção académica única que lhe permite estar atualizado na prática do Yoga e na sua aplicação direta em pacientes com doenças auto-imunes"*

“

*Aprofunda a abordagem da escoliose, da ciática ou do desalinhamento do joelho através da Yoga Terapêutico”*

O corpo docente do curso inclui profissionais do sector que trazem a sua experiência profissional para esta qualificação, para além de especialistas reconhecidos de sociedades de referência e universidades de prestígio.

Os seus conteúdos multimédia, desenvolvidos com a mais recente tecnologia educativa, permitirão ao profissional uma aprendizagem situada e contextual, ou seja, um ambiente simulado que proporcionará uma formação imersiva programada para treinar em situações reais.

O design deste programa foca-se na Aprendizagem Baseada em Problemas, através da qual o profissional deverá tentar resolver as diferentes situações da atividade profissional que surgem ao longo do curso. Para tal, contará com a ajuda de um sistema inovador de vídeo interativo desenvolvido por especialistas reconhecidos.

*A TECH adapta-se a si e, por isso, concebeu um programa flexível, cómodo e compatível com as atividades profissionais e pessoais diárias.*

*A partir do conforto da sua casa e a qualquer hora do dia, pode aprofundar as cadeias miofasciais e a sua aplicação no mundo do Yoga.*



# 02

## Objetivos

Ao longo deste itinerário acadêmico, o profissional médico terá a oportunidade de se atualizar efetivamente em apenas 6 meses sobre as principais Patologias Tratadas com o Yoga Terapêutico. Um processo de atualização que lhe permitirá incorporar os avanços neste domínio nos seus procedimentos diários, bem como adaptar os tratamentos às características específicas de cada paciente.



“

*Obtenha uma visão prática e útil das principais patologias tratadas com o Yoga graças às simulações de casos clínicos deste programa"*



## Objetivos gerais

- ♦ Incorporar os conhecimentos e competências necessários para o correto desenvolvimento e aplicação de técnicas de Yoga Terapêutico do ponto de vista clínico.
- ♦ Criar um programa de Yoga concebido e baseado em provas científicas.
- ♦ Focar-se nos asanas mais adequados em função das características da pessoa e das a pessoa e as lesões que apresenta
- ♦ Aprofundar os estudos sobre a biomecânica e a sua aplicação aos asanas do Yoga Terapêutico
- ♦ Descrever a adaptação dos Asanas do Yoga às patologias de cada pessoa
- ♦ Aprofundar os conceitos neurofisiológicos base das técnicas meditativas e de relaxamento existentes.



*Durante 6 meses e de forma dinâmica, percorra as Patologias Tratadas com Yoga Terapia e integre-as na sua prática clínica"*





## Objetivos específicos

---

### Módulo 1. Coluna vertebral e extremidades

- ♦ Descrever o sistema muscular, nervoso e esquelético
- ♦ Estudar a anatomia e as funções da coluna vertebral
- ♦ Aprofundar o conhecimento sobre a fisiologia da anca
- ♦ Descrever a morfologia das extremidades superior e inferior
- ♦ Aprofundar o conhecimento sobre o diafragma e o núcleo (core)

### Módulo 2. Patologias mais comuns

- ♦ Identificar as patologias mais comuns da coluna vertebral e como adaptar a prática do Yoga para evitar lesões
- ♦ Investigar as doenças degenerativas e como a prática de Yoga pode ajudar no seu tratamento e redução de sintomas
- ♦ Aprender mais sobre a lombalgia e a ciática e como aplicar o Yoga Terapêutico para aliviar a dor e melhorar a mobilidade
- ♦ Identificar a escoliose e saber adaptar a prática de yoga para melhorar a postura e reduzir o incômodo
- ♦ Reconhecer os desalinhamentos e lesões do joelho e como adaptar a prática do yoga para os prevenir e melhorar a recuperação
- ♦ Identificar as lesões do ombro e saber adaptar a prática do yoga para reduzir a dor e melhorar a mobilidade
- ♦ Aprofundar as patologias do pulso e do ombro e saber como adaptar a prática do Yoga para evitar lesões e reduzir o desconforto
- ♦ Conhecer as bases posturais e como aplicar a biomecânica para melhorar a postura e prevenir lesões
- ♦ Identificar as doenças autoimunes e compreender como a prática de yoga pode ajudar no seu tratamento e redução de sintomas

### Módulo 3. Sistema fascial

- ♦ Aprofundar a história e o conceito de fáscia, e a sua importância na prática do Yoga
- ♦ Aprofundar os diferentes tipos de mecanorreceptores da fáscia e como aplicá-los nos diferentes estilos de Yoga
- ♦ Apontar a necessidade de aplicar o termo Fáscia nas aulas de Yoga para uma prática mais eficaz e consciente
- ♦ Explorar a origem e o desenvolvimento do termo tensegridade e a sua aplicação prática no Yoga
- ♦ Identificar as diferentes vias miofasciais e as poses específicas para cada uma das cadeias
- ♦ Aplicar a biomecânica da fáscia na prática do Yoga para melhorar a mobilidade, a força e a flexibilidade
- ♦ Identificar os principais desequilíbrios posturais e como corrigi-los através da prática do Yoga e da biomecânica da fáscia

03

# Direção do curso

A TECH reuniu uma excelente equipa de especialistas em Yoga Terapêutico, Vinyasa Yoga e Power Yoga com experiência acumulada neste sector. Desta forma, os alunos terão acesso garantido a um programa rigoroso que será de grande utilidade na sua prática clínica quotidiana. Além disso, graças à proximidade do pessoal docente, poderá resolver todas as dúvidas que possa ter sobre o conteúdo deste programa.



“

*Especialistas em Yoga  
Terapêutico e nas suas várias  
modalidades compõem a  
excelente equipa docente deste  
curso universitário 100% online”*

## Diretor Internacional Convidado

Sendo a **Diretora de professores** e **Chefe de formação** instrutora do Integral Yoga Institute de Nueva York, Dianne Galliano posicionou-se como uma das figuras mais importantes neste domínio a nível internacional. O seu foco académico tem sido principalmente o **Yoga terapêutico**, com mais de 6 mil horas documentadas de ensino e qualificação contínua.

Assim, tem vindo a orientar, a desenvolver protocolos e critérios de qualificação e a proporcionar educação contínua aos instrutores do Integral Yoga Institute. Combina este trabalho com o seu papel de **terapeuta** e **instrutora** noutras instituições como o The 14TH Street Y, o Integral Yoga Institute Wellness Spa ou a Educational Alliance: Center for Balanced Living.

O seu trabalho estende-se também à **criação e direção de programas de yoga**, desenvolvendo exercícios e avaliando os desafios que possam surgir. Ao longo da sua carreira, trabalhou com diferentes perfis de pessoas, incluindo homens e mulheres idosos e de meia-idade, indivíduos em período pré-natal e pós-natal, jovens adultos e até veteranos de guerra com diversos problemas de saúde física e mental.

Para cada um deles desenvolve um trabalho cuidado e personalizado, tendo tratado pessoas com osteoporose, em processo de recuperação de cirurgia cardíaca ou pós-cancro da mama, vertigens, dores de costas, síndrome do intestino irritável e obesidade. Possui várias certificações, incluindo E-RYT 500 da Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) da American Health Training e Instrutora de Exercício Certificada pelo Centro de Movimento Somático.



## Sra. Dianne Galliano

---

- Diretora do Instituto de Yoga Integral, Nova Iorque, Estados Unidos
- Instrutora de Yoga Terapêutico no The 14TH Street Y
- Terapeuta de Yoga no Integral Yoga Institute Wellness Spa de Nova Iorque
- Instrutora Terapêutica na Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Licenciada em Educação Primária pela State University of New York
- Mestrado em Yoga Terapêutico pela Universidade de Maryland

“

*Graças à TECH, poderá aprender com os melhores profissionais do mundo”*

## Direção



### Sra. Zoraida Escalona García

- Vice-presidente da Associação Espanhola de Yoga Terapêutico
- Fundadora do método Air Core (aulas que combinam TRX e / Treino Funcional com Yoga)
- Formadora de Yoga Terapêutico
- Mestrado em Investigação em Imunologia pela Universidade Complutense de Madrid
- Mestrado em Ciências Forenses pela Universidade Autónoma de Madrid
- Licenciada em Ciências Biológicas pela UAM
- Curso de Professora de Ashtanga yoga Progressivo, FisiomYoga, yoga Miofascial, Yoga e Cancro
- Curso de Monitora de Pilates de Chão
- Curso de Fisioterapia e Nutrição
- Curso de Professora de Meditação



“

*Uma experiência de formação  
única, fundamental e decisiva  
para impulsionar o seu  
desenvolvimento profissional”*

# 04

## Estrutura e conteúdo

Os estudantes que frequentarem este curso terão acesso a um programa que reúne as principais Patologias Tratadas com o Yoga Terapêutico. Desta forma, os licenciados poderão integrar esta atividade na sua prática clínica de acordo com as doenças e as características físicas de cada paciente. Para além disso, pode complementar esta informação com a biblioteca virtual do programa, que está disponível 24 horas por dia, 7 dias por semana.





“

*Um plano de estudos completo de 450 horas letivas que o levará a obter uma atualização eficaz em Patologias Tratadas com o Yoga Terapêutico”*

## Módulo 1. Coluna vertebral e extremidades

- 1.1. Sistema muscular
  - 1.1.1. Músculo: unidade funcional
  - 1.1.2. Tipos de músculos
  - 1.1.3. Músculos tónicos e fásicos
  - 1.1.4. Contração isométrica e isotónica e sua relevância para os estilos de Yoga
- 1.2. Sistema nervoso
  - 1.2.1. Neurónios: unidade funcional
  - 1.2.2. Sistema Nervoso Central: encéfalo e medula espinhal
  - 1.2.3. Sistema Nervoso Periférico Somático: nervos
  - 1.2.4. Sistema Nervoso Periférico Autónimo: Simpático e Parassimpático
- 1.3. Sistema ósseo
  - 1.3.1. Osteócito: unidade funcional
  - 1.3.2. Esqueleto axial e apendicular
  - 1.3.3. Tendões
  - 1.3.4. Ligamentos
- 1.4. Coluna vertebral
  - 1.4.1. Evolução da coluna vertebral e funções
  - 1.4.2. Estrutura
  - 1.4.3. Tipos de vértebra
  - 1.4.4. Movimentos da coluna
- 1.5. Região cervical e dorsal
  - 1.5.1. Vértebras cervicais: típicas e atípicas
  - 1.5.2. Vértebras dorsais
  - 1.5.3. Principais músculos da região cervical
  - 1.5.4. Principais músculos da região dorsal
- 1.6. Região lombar
  - 1.6.1. Vértebras lombares
  - 1.6.2. Sacro
  - 1.6.3. Cóccix
  - 1.6.4. Principais músculos



- 1.7. Pélvis
    - 1.7.1. Anatomia: diferença entre a pélvis masculina e a feminina
    - 1.7.2. Dois conceitos-chave: anteversão e retroversão
    - 1.7.3. Músculos Principais
    - 1.7.4. Pavimento pélvico
  - 1.8. Extremidade superior
    - 1.8.1. Articulação do ombro
    - 1.8.2. Músculos da coifa dos rotadores
    - 1.8.3. Braço, cotovelo e antebraço
    - 1.8.4. Músculos Principais
  - 1.9. Extremidade inferior
    - 1.9.1. Articulação coxofemoral
    - 1.9.2. Joelho: articulações tibiofemoral e patelofemoral
    - 1.9.3. Ligamentos e meniscos do joelho
    - 1.9.4. Principais músculos da perna
  - 1.10. Diafragma e core
    - 1.10.1. Anatomia do Diafragma
    - 1.10.2. Diafragma e respiração
    - 1.10.3. Músculos do "Core"
    - 1.10.4. O core e a sua importância no Yoga
- 2.1. Patologia da coluna
    - 2.1.1. Protusões
    - 2.1.2. Hérnias
    - 2.1.3. Hiperlordose
    - 2.1.4. Retificações
  - 2.2. Doenças degenerativas
    - 2.2.1. Artrose
    - 2.2.2. Distrofia muscular
    - 2.2.3. Osteoporose
    - 2.2.4. Espondilose
  - 2.3. Lombalgia e ciática
    - 2.3.1. Lombalgia
    - 2.3.2. Ciática
    - 2.3.3. Síndrome piramidal
    - 2.3.4. Trocanterite
  - 2.4. Escoliose
    - 2.4.1. Compreender a escoliose
    - 2.4.2. Tipos
    - 2.4.3. O que devemos fazer
    - 2.4.4. O que evitar
  - 2.5. Desalinhamento do joelho
    - 2.5.1. Genu Vago
    - 2.5.2. Genu Varo
    - 2.5.3. Genu Flexo
    - 2.5.4. Genu Recurvatum
  - 2.6. Ombros e cotovelos
    - 2.6.1. Bursite
    - 2.6.2. Síndrome subacromial
    - 2.6.3. Epicondilite
    - 2.6.4. Epitrocleíte
  - 2.7. Joelhos
    - 2.7.1. Dor patelo-femoral
    - 2.7.2. Condropatia
    - 2.7.3. Lesões dos meniscos
    - 2.7.4. Tendinite da pata ganso
  - 2.8. Pulsos e tornozelos
    - 2.8.1. Túnel cárpico
    - 2.8.2. Torções
    - 2.8.3. Joanetes
    - 2.8.4. Pé plano e cavo

## Módulo 2. Patologias mais comuns

- 2.9. Bases posturais
  - 2.9.1. Planos diferentes
  - 2.9.2. Técnica de prumo
  - 2.9.3. Síndrome do cruzado superior
  - 2.9.4. Síndrome do cruzado inferior
- 2.10. Doenças auto imunes
  - 2.10.1. Definição
  - 2.10.2. Lúpus
  - 2.10.3. Doença de Crohn
  - 2.10.4. Artrite

### Módulo 3. Sistema fascial

- 3.1. Fáschia
  - 3.1.1. História
  - 3.1.2. Fáschia vs. Aponeurose
  - 3.1.3. Tipos
  - 3.1.4. Funções
- 3.2. Tipos de mecanorreceptores e sua importância nos diferentes estilos de Yoga
  - 3.2.1. Importância
  - 3.2.2. Golgi
  - 3.2.3. Paccini
  - 3.2.4. Ruffini
- 3.3. Cadeias miofasciais
  - 3.3.1. Definição
  - 3.3.2. Importância no Yoga
  - 3.3.3. Conceito de tensegridade
  - 3.3.4. Os três diafragmas
- 3.4. LSP: Linha Superficial Posterior
  - 3.4.1. Definição
  - 3.4.2. Linha Superficial Anterior
  - 3.4.3. Posturas passivas
  - 3.4.4. Posturas ativas





- 3.5. LAS: Linha Superficial Anterior
  - 3.5.1. Definição
  - 3.5.2. Linha Superficial Anterior
  - 3.5.3. Posturas passivas
  - 3.5.4. Posturas ativas
- 3.6. LL: Linha Lateral
  - 3.6.1. Definição
  - 3.6.2. Linha Superficial Anterior
  - 3.6.3. Posturas passivas
  - 3.6.4. Posturas ativas
- 3.7. LE: Linha Espiral
  - 3.7.1. Definição
  - 3.7.2. Linha Superficial Anterior
  - 3.7.3. Posturas passivas
  - 3.7.4. Posturas ativas
- 3.8. Linhas funcionais
  - 3.8.1. Definição
  - 3.8.2. Linha Superficial Anterior
  - 3.8.3. Posturas passivas
  - 3.8.4. Posturas ativas
- 3.9. Linhas dos braços
  - 3.9.1. Definição
  - 3.9.2. Linha Superficial Anterior
  - 3.9.3. Posturas passivas
  - 3.9.4. Posturas ativas
- 3.10. Principais desequilíbrios
  - 3.10.1. Padrão ideal
  - 3.10.2. Grupo de flexão e extensão
  - 3.10.3. Grupo de abertura e encerramento
  - 3.10.4. Padrão inspiratório e expiratório

# 05

# Metodologia

Este curso oferece um método diferente de aprendizagem. A nossa metodologia foi desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclica: **o Relearning**.

Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo, sendo considerado um dos mais eficazes por grandes publicações, tais como o ***New England Journal of Medicine***.



“

*Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para o guiar através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que se revelou extremamente eficaz, especialmente com matérias que requerem memorização”*

## Na TECH utilizamos o Método de Caso

Numa dada situação, o que deve fazer um profissional? Ao longo do programa, os estudantes serão confrontados com múltiplos casos clínicos simulados com base em pacientes reais nos quais terão de investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver a situação. Há abundantes provas científicas sobre a eficácia do método. Os especialistas aprendem melhor, mais depressa e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

*Com a TECH pode experimentar uma forma de aprendizagem que abala as fundações das universidades tradicionais de todo o mundo.*



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação anotada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra alguma componente clínica peculiar, quer pelo seu poder de ensino, quer pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso seja fundamentado na vida profissional actual, tentando recriar as condições reais da prática profissional do médico.

“

*Sabia que este método foi desenvolvido em 1912 em Harvard para estudantes de direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais complexas para que tomassem decisões e justificassem a forma de as resolver. Em 1924 foi estabelecido como um método de ensino padrão em Harvard”*

A eficácia do método é justificada por quatro realizações fundamentais:

- 1 Os estudantes que seguem este método não só conseguem a assimilação de conceitos, mas também desenvolvem a sua capacidade mental através de exercícios para avaliar situações reais e aplicar os seus conhecimentos.
- 2 A aprendizagem é solidamente traduzida em competências práticas que permitem ao educador integrar melhor o conhecimento na prática diária.
- 3 A assimilação de ideias e conceitos é facilitada e mais eficiente, graças à utilização de situações que surgiram a partir de um ensino real.
- 4 O sentimento de eficiência do esforço investido torna-se um estímulo muito importante para os estudantes, o que se traduz num maior interesse pela aprendizagem e num aumento do tempo passado a trabalhar no curso.



## Relearning Methodology

A TECH combina eficazmente a metodologia do Estudo de Caso com um sistema de aprendizagem 100% online baseado na repetição, que combina 8 elementos didáticos diferentes em cada lição.

Melhoramos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

*O profissional aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes de aprendizagem simulados. Estas simulações são desenvolvidas utilizando software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.*



Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis globais de satisfação dos profissionais que concluem os seus estudos, no que diz respeito aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Utilizando esta metodologia, mais de 250.000 médicos foram formados com sucesso sem precedentes em todas as especialidades clínicas, independentemente da carga cirúrgica. Tudo isto num ambiente altamente exigente, com um corpo estudantil universitário com um elevado perfil socioeconómico e uma idade média de 43,5 anos.

*O Relearning permitir-lhe-á aprender com menos esforço e mais desempenho, envolvendo-o mais na sua capacitação, desenvolvendo um espírito crítico, defendendo argumentos e opiniões contrastantes: uma equação direta ao sucesso.*

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, mas acontece numa espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, cada um destes elementos é combinado de forma concêntrica.

A pontuação global do nosso sistema de aprendizagem é de 8,01, de acordo com os mais elevados padrões internacionais.



Este programa oferece o melhor material educativo, cuidadosamente preparado para profissionais:



#### Material de estudo

Todos os conteúdos didáticos são criados pelos especialistas que irão ensinar o curso, especificamente para o curso, para que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Estes conteúdos são depois aplicados ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isto, com as mais recentes técnicas que oferecem peças de alta-qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.



#### Técnicas cirúrgicas e procedimentos em vídeo

A TECH traz as técnicas mais inovadoras, com os últimos avanços educacionais, para a vanguarda da atualidade em enfermagem. Tudo isto, na primeira pessoa, com o máximo rigor, explicado e detalhado para a assimilação e compreensão do estudante.

E o melhor de tudo, pode observá-los quantas vezes quiser.



#### Resumos interativos

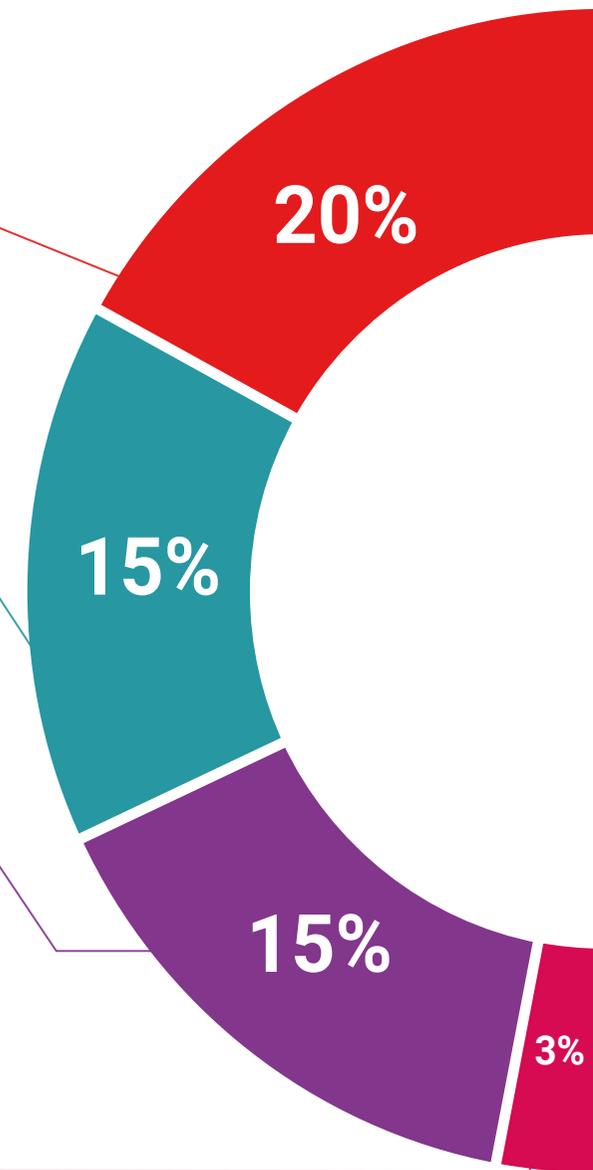
A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais a fim de reforçar o conhecimento.

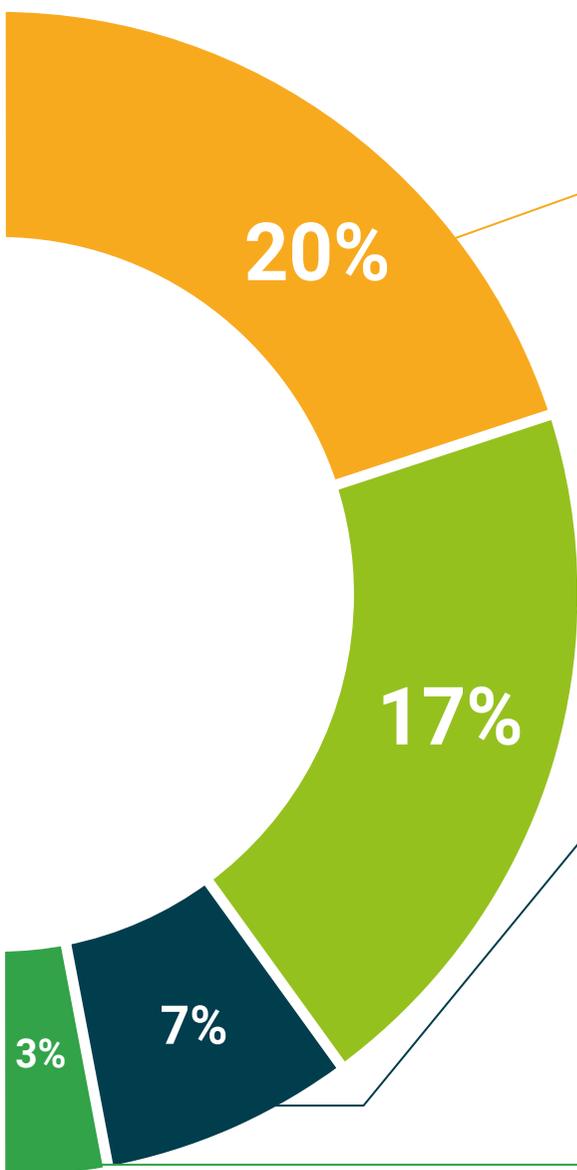
Este sistema educativo único para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu".



#### Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que necessita para completar a sua capacitação.





#### Análises de casos desenvolvidas e conduzidas por especialistas

A aprendizagem eficaz deve necessariamente ser contextual. Por esta razão, a TECH apresenta o desenvolvimento de casos reais nos quais o perito guiará o estudante através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



#### Testing & Retesting

Os conhecimentos do aluno são periodicamente avaliados e reavaliados ao longo de todo o programa, através de atividades e exercícios de avaliação e auto-avaliação, para que o aluno possa verificar como está a atingir os seus objetivos.



#### Masterclasses

Há provas científicas sobre a utilidade da observação de peritos terceiros: Learning from an Expert fortalece o conhecimento e a recordação, e constrói confiança em futuras decisões difíceis.



#### Guias rápidos de atuação

A TECH oferece os conteúdos mais relevantes do curso sob a forma de folhas de trabalho ou guias de ação rápida. Uma forma sintética, prática e eficaz de ajudar os estudantes a progredir na sua aprendizagem.



06

# Certificação

O Curso de Especialização em Patologias Tratadas com o Yoga Terapêutico garante, para além do conteúdo mais rigoroso e atualizado, o acesso a um certificado de Curso de Especialização emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

*Conclua este plano de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”*

Este **Curso de Especialização em Patologias Tratadas com o Yoga Terapêutico** conta com o conteúdo científico mais atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio, com aviso de recepção, o certificado\* correspondente ao título de **Curso de Especialização** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso de Especialização, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreiras profissionais.

Certificação: **Curso de Especialização em Patologias Tratadas com o Yoga Terapêutico**

Modalidade: **online**

Duração: **6 meses**

Créditos: **18 ECTS**



\*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que o seu certificado seja apostilado, a TECH Universidade Tecnológica providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.



**Curso de Especialização**  
Patologias Tratadas  
com o Yoga Terapêutico

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 18 ECTS
- » Horário: Ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

# Curso de Especialização

## Patologias Tratadas com o Yoga Terapêutico