

Experto Universitario

Diferentes Técnicas  
de Yoga Terapéutico





## Experto Universitario Diferentes Técnicas de Yoga Terapéutico

- » Modalidad: **online**
- » Duración: **3 meses**
- » Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
- » Acreditación: **18 ECTS**
- » Horario: **a tu ritmo**
- » Exámenes: **online**

Acceso web: [www.techtute.com/medicina/experto-universitario/experto-diferentes-tecnicas-yoga-terapeutico](http://www.techtute.com/medicina/experto-universitario/experto-diferentes-tecnicas-yoga-terapeutico)

# 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

Las técnicas de respiración utilizadas durante la práctica del Yoga favorecen la relajación en el periodo de gestación, en procesos menopáusicos y en pacientes con depresión. Unas bondades que llevan a los profesionales médicos a incorporar dicha actividad a los tratamientos de sus pacientes en aras de favorecer óptimos resultados terapéuticos. En este sentido, es esencial que estén al tanto de las tendencias existentes en Yoga, así como los asanas existentes adecuados a cada patología y acorde a los diferentes procesos evolutivos. Por esta razón, TECH ha diseñado este programa 100% online que lleva al egresado a obtener una completa actualización en este campo a través de un contenido elaborado por auténticos expertos y con la facilidad de autogestión de tiempo de acceso al temario.







*Un Experto Universitario 100% online que incrementará tus competencias sobre las Diferentes Técnicas De Yoga Terapéutico”*

La literatura científica existente en torno al Yoga muestra importantes efectos positivos en la salud física y mental de pacientes que padecen estrés, ansiedad o están embarazadas. No obstante, no todos los asanas y variaciones son adecuados para cada patología o paciente, existiendo contraindicaciones en algunos casos.

Así, ante el aumento de practicantes de esta actividad física, el profesional médico debe estar al tanto de la solidez de sus técnicas, de sus ventajas e inconvenientes para su inclusión en diversos tratamientos. En esta línea, ahonda este Experto Universitario en Diferentes Técnicas de Yoga Terapéutico de 3 meses de duración, que integra el temario más exhaustivo.

Un programa creado por especialistas de alto nivel y prestigio en el sector que han plasmado, a lo largo de los 3 módulos de esta titulación, la información más exhaustiva y rigurosa sobre el Yoga en etapa infantil, adulta, en edad avanzada y para personas con diversidad funcional o en proceso de gestación. Una opción académica que profundiza, además, de forma ágil y dinámica en la amplia variedad de técnicas existentes y su procedimiento de ejecución.

La presencia de una experta de renombre en Yoga Terapéutico en este programa universitario representa una oportunidad única para los estudiantes de fortalecer y actualizar sus conocimientos en esta disciplina. Las *Masterclasses* impartidas por la docente internacional permitirán a los estudiantes ponerse al día en las Diferentes Técnicas de Yoga Terapéutico.

Una titulación perfectamente compatible con las responsabilidades profesionales y personales más exigentes. Y es que el alumnado que curse esta propuesta universitaria únicamente requiere de un móvil, *Tablet* u ordenador con conexión a internet para visualizar, en cualquier momento, el contenido alojado en la plataforma virtual. Así, sin presencialidad ni clases con horarios encorsetados, el egresado tendrá una mayor libertad para autogestionar su tiempo de estudio y cursar una actualización de calidad que se adapta a su agenda diaria.

Este **Experto Universitario en Diferentes Técnicas de Yoga Terapéutico** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Yoga
- ♦ 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



*Un completo proceso de actualización en Fisiología de las técnicas respiratorias a través del contenido más innovador”*

“

*Desde cualquier dispositivo digital con conexión a internet podrás profundizar en los diferentes tipos de Pranayamas y sus beneficios”*

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.

*Ahonda en la práctica del Yoga en pacientes con Síndrome de Down, Autismo y Parálisis Cerebral para favorecer su estado físico y mental.*

*Indaga en las contraindicaciones y ventajas de determinadas técnicas en la práctica del Yoga Terapéutico en personas con avanzadas edad.*



# 02 Objetivos

Esta institución académica ha diseñado un programa con la finalidad de aportar una completa actualización de conocimiento sobre las Diferentes Técnicas de Yoga Terapéutico. Unas metas que serán mucho más fáciles de alcanzar gracias a los recursos didácticos y al enfoque teórico-práctico que presenta un temario avanzado, elaborado por los mejores especialistas en este campo.





“

*Incorpora a tus pautas médicas las técnicas de meditación y el Yoga Nidra para mejorar la calidad del descanso de los pacientes”*



## 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 los asanas más adecuados atendiendo a las características de la persona y las lesiones que presente
- ♦ Ahondar en los estudios sobre biomecánica y su aplicación a los asanas de Yoga Terapéutico
- ♦ Describir la adaptación de los asanas de Yoga a las patologías de cada persona
- ♦ Profundizar en las Bases Neurofisiológicas de las técnicas meditativas y de relajación existentes

“

*¿Quieres estar al tanto de los avances de la aplicación de técnicas de Yoga en pacientes con necesidades especiales físicas? Consíguelo con esta titulación universitaria”*





## Objetivos específicos

---

### Módulo 1. Yoga en los diferentes momentos evolutivos

- ♦ Ahondar en las diferentes necesidades del cuerpo y de la práctica de Yoga en distintos momentos de la vida, como la infancia, la edad adulta y la tercera edad
- ♦ Indagar en cómo la práctica de Yoga puede ayudar a las mujeres durante el ciclo menstrual y la menopausia, y cómo adaptar la práctica para satisfacer sus necesidades
- ♦ Ahondar en los cuidados y la práctica de Yoga durante el embarazo y el posparto, y cómo adaptar la práctica para satisfacer las necesidades de las mujeres en estos momentos
- ♦ Identificar la adecuación de la práctica de Yoga para personas con necesidades especiales físicas y/o sensoriales, y cómo adaptar la práctica para satisfacer sus necesidades
- ♦ Aprender a crear secuencias de Yoga específicas para cada momento evolutivo y necesidad individual
- ♦ Identificar y aplicar las mejores prácticas para garantizar la seguridad y el bienestar durante la práctica de Yoga en diferentes momentos evolutivos y situaciones especiales

### Módulo 2. Técnicas Respiratorias

- ♦ Describir la Fisiología del sistema respiratorio y cómo se relaciona con la práctica de pranayama
- ♦ Ahondar en los diferentes tipos de respiración y cómo afectan el sistema respiratorio y el cuerpo en general
- ♦ Identificar los diferentes componentes de la respiración, como la inspiración, la espiración y las retenciones, y cómo cada uno de ellos afecta la Fisiología del cuerpo
- ♦ Profundizar en los conceptos de los canales energéticos o nadis, y cómo se relacionan con la Fisiología de la respiración y la práctica de pranayama

- ♦ Describir los diferentes tipos de Pranayamas y cómo afectan la Fisiología del cuerpo y la mente
- ♦ Identificar los conceptos básicos de mudras y cómo se relacionan con la Fisiología de la respiración y la práctica de pranayama
- ♦ Ahondar en los efectos de la práctica de pranayama en la Fisiología del cuerpo y cómo estos efectos pueden ayudar a mejorar la salud y el bienestar

### Módulo 3. Técnicas meditativas y de relajación

- ♦ Describir las Bases Neurofisiológicas de las técnicas meditativas y de relajación en la práctica de Yoga
- ♦ Ahondar en la definición de mantra, su aplicación y beneficios en la práctica de meditación
- ♦ Identificar los aspectos internos de la filosofía del Yoga, incluyendo Pratyahara, Dharana, Dhyana y Samadhi, y cómo se relacionan con la meditación
- ♦ Indagar sobre los diferentes tipos de ondas cerebrales y cómo ocurren en el cerebro durante la meditación
- ♦ Identificar los diferentes tipos de meditación y las técnicas de meditación guiada y cómo se aplican en la práctica de Yoga
- ♦ Profundizar en el concepto de *Mindfulness*, sus métodos y diferencias con la meditación
- ♦ Ahondar sobre Savasana, cómo guiar una relajación, los diferentes tipos y adaptaciones
- ♦ Identificar los primeros pasos en Yoga Nidra y su aplicación en la práctica de yoga

# 03

## Dirección del curso

Con la finalidad de mantener una filosofía académica basada en facilitar a todo el alumnado un proceso de actualización de conocimientos de máxima calidad, TECH lleva a cabo una selección rigurosa de cada uno de los docentes que integran sus titulaciones. Por esta razón, el egresado tendrá a su disposición un programa elaborado por especialistas distinguidos en el mundo del Yoga, cuya experiencia y profundo dominio sobre las diversas técnicas son un aval de garantía para el profesional que busca una puesta al día de la mano de auténticos expertos.





A close-up photograph of a hand holding a blue, textured fabric strip against a person's skin. The background is a solid blue color with a white diagonal line separating it from the white area below.

“

*Un Experto Universitario integrado por auténticos expertos en Yoga Terapéutico te aportarán la actualización que buscas sobre las técnicas empleadas en esta actividad física”*

## 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, Yoga y Cáncer
- ♦ Curso en Monitor Pilates Suelo
- ♦ Curso en Fitoterapia y nutrición
- ♦ Curso en Profesor de meditación



## Profesores

### Dña. Bermejo Busto, Aránzazu

- ♦ Traductora del Módulo Yoga para Niños con Autismo y Necesidades Especiales junto con Louise Goldberg
- ♦ Formadora online de Maestros de Yogaespecial
- ♦ Colaboradora y formadora de Yoga de la Asociación Española Yogaespecial, Empresa Enseñanzas Modernas, Escuela Om Shree Om, Centro SatNam, el Polideportivo de Cercedilla, entre otros
- ♦ Profesora de Yoga, Meditación y Coordinadora de cursos de Bienestar
- ♦ Clases de Yoga en sesiones individuales a niños con discapacidad y necesidades especiales a través de la Asociación Respirávila
- ♦ Organizadora y creadora de viajes yóguicos a India
- ♦ Exdirectora del Centro Yamunadeva
- ♦ Terapeuta Gestalt y Sistémica en el Centro Yamunadeva
- ♦ Máster en Respiración Consciente en el IRC
- ♦ Curso de Nada Yoga con la Escuela Nada Yoga Brasil, en colaboración con Nada Yoga School de Rishikesh
- ♦ Curso del Método Playterapia, de acompañamiento terapéutico con Playmobil
- ♦ Curso de Yoga online con Louise Goldberg del Yoga Center de Deerfield Beach, Florida

### D. Ferrer, Ricardo

- ♦ Director del Instituto Europeo de Yoga
- ♦ Director de la Escuela Centro de Luz
- ♦ Director de la Escuela Nacional de Reiki Evolutivo
- ♦ Instructor de *Hot Yoga* en el Centro de Luz
- ♦ Formador de Instructores de *Power Yoga*
- ♦ Formador de Monitores de Yoga
- ♦ Formador de Ashtanga Yoga y Yoga Progresivo
- ♦ Instructor de Tai Chi y Chi Kung
- ♦ Instructor de *Body Intelligence Yoga*
- ♦ Instructor de *Sup Yoga*

### Dña. Salvador Crespo, Inmaculada

- ♦ Coordinadora del Instituto Europeo de Yoga
- ♦ Profesora de Yoga y Meditación en IEY
- ♦ Especialista en Yoga Integral y Meditación
- ♦ Especialista en Vinyasa Yoga y *Power Yoga*
- ♦ Especialista en Yoga Terapéutico

# 04

## Estructura y contenido

El plan de estudio de este programa universitario ha sido confeccionado por un excelente equipo de instructores en Yoga con una consolidada trayectoria en el sector. De esta forma, el egresado obtendrá una exhaustiva actualización de sus conocimientos sobre las Diferentes Técnicas de Yoga Terapéutico mediante un temario conformado por material didáctico innovador y accesible desde cualquier dispositivo digital con conexión a internet.





“

*Un completo itinerario que te llevará a estar al tanto del Yoga Terapéutico y su aplicación en pacientes gestantes”*

## Módulo 1. Yoga en los diferentes momentos evolutivos

- 1.1. Infancia
  - 1.1.1. ¿Por qué es importante?
  - 1.1.2. Beneficios
  - 1.1.3. Como es una clase
  - 1.1.4. Ejemplo de saludo al sol adaptado
- 1.2. Mujer y ciclo menstrual
  - 1.2.1. Fase menstrual
  - 1.2.2. Fase folicular
  - 1.2.3. Fase ovulatoria
  - 1.2.4. Fase lútea
- 1.3. Yoga y ciclo menstrual
  - 1.3.1. Secuencia fase folicular
  - 1.3.2. Secuencia fase ovulatoria
  - 1.3.3. Secuencia fase lútea
  - 1.3.4. Secuencia durante la menstruación
- 1.4. Menopausia
  - 1.4.1. Consideraciones generales
  - 1.4.2. Cambio físicos y hormonales
  - 1.4.3. Beneficios de la practica
  - 1.4.4. Asanas recomendadas
- 1.5. Embarazo
  - 1.5.1. Porque practicarlo
  - 1.5.2. Asanas primer trimestre
  - 1.5.3. Asanas segundo trimestre
  - 1.5.4. Asanas tercer trimestre
- 1.6. Posparto
  - 1.6.1. Beneficios físicos
  - 1.6.2. Beneficios mentales
  - 1.6.3. Recomendaciones generales
  - 1.6.4. Práctica con el bebé







- 1.7. Tercera edad
  - 1.7.1. Principales patologías que nos vamos a encontrar
  - 1.7.2. Beneficios
  - 1.7.3. Consideraciones generales
  - 1.7.4. Contraindicaciones
- 1.8. Discapacidad física
  - 1.8.1. Daños cerebrales
  - 1.8.2. Daños en la médula
  - 1.8.3. Daños musculares
  - 1.8.4. Cómo diseñar una clase
- 1.9. Discapacidad sensorial
  - 1.9.1. Auditiva
  - 1.9.2. Visual
  - 1.9.3. Sensorial
  - 1.9.4. Como diseñar una secuencia
- 1.10. Consideraciones generales de las discapacidades más frecuentes que nos vamos a encontrar
  - 1.10.1. Síndrome de Down
  - 1.10.2. Autismo
  - 1.10.3. Parálisis cerebral
  - 1.10.4. Trastorno del desarrollo intelectual

## Módulo 2. Técnicas Respiratorias

- 2.1. Pranayama
  - 2.1.1. Definición
  - 2.1.2. Origen
  - 2.1.3. Beneficios
  - 2.1.4. Concepto de prana
- 2.2. Tipos de respiración
  - 2.2.1. Abdominal
  - 2.2.2. Torácica
  - 2.2.3. Clavicular
  - 2.2.4. Respiración yoguica completa

- 2.3. Purificación de los conductos de energía pránica o nadis
  - 2.3.1. ¿Qué son los nadis?
  - 2.3.2. Sushuma
  - 2.3.3. Ida
  - 2.3.4. Pindala
- 2.4. Inspiración: puraka
  - 2.4.1. Inspiración abdominal
  - 2.4.2. Inspiración diafragmática /costal
  - 2.4.3. Consideraciones generales y contraindicaciones
  - 2.4.4. Relación con los bandhas
- 2.5. Espiración rechaka
  - 2.5.1. Espiración abdominal
  - 2.5.2. Espiración diafragmática /costal
  - 2.5.3. Consideraciones generales y contraindicaciones
  - 2.5.4. Relación con los bandhas
- 2.6. Retenciones: kumbakha
  - 2.6.1. Anthara Kumbhaka
  - 2.6.2. Bahya kumbhaka
  - 2.6.3. Consideraciones generales y contraindicaciones
  - 2.6.4. Relación con los bandhas
- 2.7. Pranayamas purificantes
  - 2.7.1. Douti
  - 2.7.2. Anunasika
  - 2.7.3. Nadi Shodana
  - 2.7.4. Bhramari
- 2.8. Pranayamas estimulantes y refrescantes
  - 2.8.1. Kapalabhati
  - 2.8.2. Bastrika
  - 2.8.3. Ujjayi,
  - 2.8.4. Shitali

- 2.9. Pranayamas regenerativos
  - 2.9.1. Surya bheda
  - 2.9.2. Kumbaka
  - 2.9.3. Samavritti
  - 2.9.4. Mridanga
- 2.10. Mudras
  - 2.10.1. ¿Qué son?
  - 2.10.2. Beneficios y cuando incorporarlos
  - 2.10.3. Significado de cada dedo
  - 2.10.4. Principales mudras que se emplean en una práctica

### Módulo 3. Técnicas meditativas y de relajación

- 3.1. Mantras
  - 3.1.1. ¿Qué son?
  - 3.1.2. Beneficios
  - 3.1.3. Mantras de apertura
  - 3.1.4. Mantras de cierre
- 3.2. Aspectos internos del Yoga
  - 3.2.1. Pratyahara
  - 3.2.2. Dharana
  - 3.2.3. Dhyana
  - 3.2.4. Samadhi
- 3.3. Meditación
  - 3.3.1. Definición
  - 3.3.2. Postura
  - 3.3.3. Beneficios
  - 3.3.4. Contraindicaciones
- 3.4. Ondas cerebrales
  - 3.4.1. Definición
  - 3.4.2. Clasificación
  - 3.4.3. Del sueño a la vigilia
  - 3.4.4. Durante la meditación



- 3.5. Tipos de meditación
  - 3.5.1. Espiritual
  - 3.5.2. Visualización
  - 3.5.3. Budista
  - 3.5.4. Movimiento
- 3.6. Técnicas de meditación 1
  - 3.6.1. Meditación para conseguir tu anhelo
  - 3.6.2. Meditación del corazón
  - 3.6.3. Meditación Kokyuhoo
  - 3.6.4. Meditación sonrisa interna
- 3.7. Técnicas de meditación 2
  - 3.7.1. Meditación limpieza chakras
  - 3.7.2. Meditación amabilidad amoros
  - 3.7.3. Meditación regalos del presente
  - 3.7.4. Meditación en silencio
- 3.8. Mindfulness
  - 3.8.1. Definición
  - 3.8.2. ¿En qué consiste?
  - 3.8.3. Como aplicarlo
  - 3.8.4. Técnicas
- 3.9. Relajación/ savAsanas
  - 3.9.1. Postura de cierre de las clases
  - 3.9.2. Como hacerla y ajustes
  - 3.9.3. Beneficios
  - 3.9.4. Como guiar una relajación
- 3.10. Yoga nidra
  - 3.10.1. ¿Qué es yoga nidra?
  - 3.10.2. ¿Cómo es una sesión?
  - 3.10.3. Fases
  - 3.10.4. Ejemplo de sesión



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 empleamos el Método del Caso

Ante una determinada situación, ¿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 especialistas aprenden mejor, más rápido y de manera más sostenible en el tiempo.

*Con TECH podrás experimentar 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 del médico.

“

*¿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 alumnos 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 alumno una mejor integración en el mundo real.
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 profesional 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 250.000 médicos con un éxito sin precedentes en todas las especialidades clínicas con independencia de la carga en cirugía. 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 curso, 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 quirúrgicas y procedimientos en vídeo

TECH acerca al alumno las técnicas más novedosas, los últimos avances educativos y al primer plano de la actualidad en técnicas médicas. 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, pudiéndolo ver las veces que quiera.



#### 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

Este programa en Diferentes Técnicas de Yoga Terapéutico garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Experto Universitario expedido por TECH Universidad Tecnológica.



“

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

Este programa te permitirá obtener el título de **Experto Universitario en Diferentes Técnicas de Yoga Terapéutico** emitido por TECH Universidad Tecnológica.

TECH Universidad Tecnológica, es una Universidad española oficial, que forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). Con un enfoque centrado en la excelencia académica y la calidad universitaria a través de la tecnología.

Este título propio contribuye de forma relevante al desarrollo de la educación continua y actualización del profesional, garantizándole la adquisición de las competencias en su área de conocimiento y aportándole un alto valor curricular universitario a su formación. Es 100% válido en todas las Oposiciones, Carrera Profesional y Bolsas de Trabajo de cualquier Comunidad Autónoma española.

Además, el riguroso sistema de garantía de calidad de TECH asegura que cada título otorgado cumpla con los más altos estándares académicos, brindándole al egresado la confianza y la credibilidad que necesita para destacarse en su carrera profesional.

Título: **Experto Universitario en Diferentes Técnicas de Yoga Terapéutico**

Modalidad: **online**

Duración: **3 meses**

Acreditación: **18 ECTS**



\*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.



**Experto Universitario**  
Diferentes Técnicas  
de Yoga Terapéutico

- » Modalidad: online
- » Duración: 3 meses
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Acreditación: 18 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online



Experto Universitario

Diferentes Técnicas  
de Yoga Terapéutico

