

# Esperto Universitario

## Attività Fisica per Patologie Osteoarticolari e Respiratorie

Approvato dall'NBA





## **Esperto Universitario** Attività Fisica per Patologie Osteoarticolari e Respiratorie

- » Modalità: online
- » Durata: 6 mesi
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Dedizione: 16 ore/settimana
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: [www.techitute.com/it/scienze-motorie/specializzazione/specializzazioneattivita-fisica-patologie-osteoarticolari-respiratorie](http://www.techitute.com/it/scienze-motorie/specializzazione/specializzazioneattivita-fisica-patologie-osteoarticolari-respiratorie)

# Indice

01

Presentazione

---

*pag. 4*

02

Obiettivi

---

*pag. 8*

03

Direzione del corso

---

*pag. 12*

04

Struttura e contenuti

---

*pag. 16*

05

Metodologia

---

*pag. 22*

06

Titolo

---

*pag. 30*

# 01

# Presentazione

L'esercizio fisico non è utile solo per mantenersi in forma e avere un corpo atletico, ma ha soprattutto apporta importanti benefici alla salute. Pertanto, nel caso di determinate patologie, l'esercizio fisico diventa ancora più importante al fine di migliorare la propria qualità di vita. Questo percorso di studi è stato ideato appositamente per i personal trainer, affinché siano in grado di creare piani di allenamento specifici per le persone affette da patologie osteoarticolari e respiratorie.





“

*Le routine specifiche aiutano le persone affette da patologie ad alleviare i sintomi e a migliorare la qualità della vita"*

I personal trainer che lavorano con persone affette da patologie devono avere una profonda conoscenza delle malattie, che permetta loro di creare programmi di allenamento in base alle esigenze di ciascun utente in funzione della sua patologia. L'obiettivo di questo esperto universitario è quello di preparare i professionisti nelle patologie osteoarticolari e respiratorie, in modo che riconoscano le esigenze di ciascun individuo e siano in grado di guidarlo nell'allenamento.

Questo Esperto Universitario fornisce conoscenze su una serie di patologie legate ad alterazioni strutturali e funzionali delle strutture osteoarticolari (osso, cartilagine, capsula, legamenti) o ad aspetti metabolici dell'osso: Osteoporosi (riduzione della densità minerale ossea), Artrite (infiammazione-degenerazione delle articolazioni con degenerazione della cartilagine) e Artrite Reumatoide (caratteristiche autoimmuni).

Verrà inoltre approfondita la conoscenza delle patologie respiratorie, comprese le vie nasali, i bronchi e i polmoni. Sono incluse malattie croniche come l'Asma (infiammazione delle vie aeree) e la Broncopneumopatia Cronica Ostruttiva (BPCO).

Inoltre, verrà approfondita anche la conoscenza delle malattie cardiovascolari, che sono la principale causa di morte nella maggior parte del mondo e che colpiscono in larga misura la società occidentale.

In particolare, questo Esperto Universitario definirà in dettaglio le caratteristiche di ciascuna patologia e i criteri fondamentali per l'intervento attraverso programmi di allenamento in questa popolazione, compresa l'importanza delle modifiche dello stile di vita.

A tal fine, TECH ha ideato questo Esperto Universitario che possiede contenuti di altissima qualità didattica ed educativa e mira a trasformare gli studenti in professionisti di successo, seguendo i più alti standard di qualità nell'insegnamento a livello internazionale. Inoltre, trattandosi di un corso online, lo studente non ha vincoli di orario né la necessità di recarsi presso un luogo fisico, al contrario può accedere ai contenuti in qualsiasi momento della giornata, bilanciando la sua vita professionale o personale con quella accademica.

Questo **Esperto Universitario in Attività per Patologie Osteoarticolari e Respiratorie** possiede il programma più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ♦ Sviluppo di numerosi casi di studio presentati da specialisti in personal training
- ♦ Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazioni scientifiche e pratiche sulle discipline essenziali per l'esercizio della professione
- ♦ Esercizi con possibilità di autovalutazione per migliorare l'apprendimento
- ♦ Sistema di apprendimento interattivo basato su algoritmi per il processo decisionale
- ♦ Particolare enfasi sulle metodologie innovative nel personal training
- ♦ Lezioni teoriche, domande all'esperto, forum di discussione su questioni controverse e compiti di riflessione individuale
- ♦ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o mobile dotato di connessione a internet



*Immergiti completamente nello studio di questo Esperto Universitario di alto livello e migliora le tue abilità come personal trainer”*

“

*Questo Esperto Universitario può essere il miglior investimento che tu possa fare nella scelta di un programma di aggiornamento per due motivi: oltre a rinnovare le tue conoscenze in personal training otterrai una qualifica rilasciata da TECH Università Tecnologica”*

Il personale docente del programma comprende rinomati specialisti in scienze motorie, che forniscono agli studenti le competenze necessarie a intraprendere un percorso di studio eccellente.

I contenuti multimediali, sviluppati in base alle ultime tecnologie educative, forniranno al professionista un apprendimento coinvolgente e localizzato, ovvero inserito in un contesto reale.

La creazione di questo programma è incentrata sull'Apprendimento Basato su Problemi, mediante il quale lo specialista deve cercare di risolvere le diverse situazioni che gli si presentano durante il corso. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama nella progettazione di programmi di esercizio per pazienti affetti da patologie osteoarticolari e respiratorie.

*L'Esperto Universitario consente di esercitarsi in contesti di simulazione pratica offrendo un apprendimento coinvolgente programmato in situazioni reali di allenamento.*

*Questo Esperto Universitario 100% online ti permetterà di combinare i tuoi studi con il lavoro, aumentando le tue conoscenze in questo ambito.*



02

# Obiettivi

L'obiettivo principale del programma è lo sviluppo di un apprendimento teorico-pratico che consenta al professionista in scienze motorie di padroneggiare in modo pratico e rigoroso le tecniche di personal training terapeutico.

A photograph of a person wearing a black t-shirt with the word "TRAINER" printed in white, sitting on a pink exercise ball. The image is partially obscured by a large blue diagonal graphic element on the left side of the page.

TRAINER





“

*Il nostro obiettivo è raggiungere l'eccellenza accademica e aiutarti ad ottenere il successo a livello professionale. Non esitare e unisciti a noi”*



## Obiettivi generali

---

- ◆ Comprendere le diverse variabili dell'allenamento e la sua applicazione in persone affette da patologie
- ◆ Offrire un'ampia visione delle patologie e delle loro caratteristiche più rilevanti
- ◆ Ottenere una panoramica delle patologie più diffuse nella società
- ◆ Capire i più importanti fattori scatenanti della malattia per prevenire l'insorgenza di comorbidità o della malattia stessa
- ◆ Conoscere le controindicazioni esistenti nelle diverse patologie per evitare possibili effetti controproducenti dell'allenamento

“

*Il settore sportivo ricerca continuamente professionisti preparati e noi ti forniamo le conoscenze utili a posizionarti nell'élite professionale”*







## Obiettivi specifici

---

### Modulo 1. Malattie Cardiovascolari

- ♦ Studiare la vasta gamma di patologie esistenti con coinvolgimento cardiovascolare
- ♦ Comprendere le fasi di azione nella riabilitazione cardiovascolare
- ♦ Essere in grado di pianificare e programmare l'allenamento individuale per una persona affetta da patologia cardiovascolare

### Modulo 2. Patologia osteoarticolare e lombalgia aspecifica

- ♦ Studiare le diverse patologie che colpiscono il sistema osteoarticolare
- ♦ Comprendere il termine fragilità e il suo impatto sul sistema osteoarticolare e sulla lombalgia non specifica
- ♦ Essere in grado di pianificare e programmare l'allenamento individuale per una persona affetta da patologie associate al sistema osteoarticolare e alla lombalgia aspecifica

### Modulo 3. Patologia respiratoria e attività fisica

- ♦ Studiare le diverse condizioni dei polmoni
- ♦ Comprendere a fondo le caratteristiche fisiopatologiche delle patologie polmonari
- ♦ Essere in grado di pianificare e programmare l'allenamento individuale per persone affette da patologie polmonari

# 03

## Direzione del corso

Il nostro personale docente, esperto in Personal Training, ha un'eccellente reputazione. Si tratta di professionisti con anni di esperienza nell'insegnamento che si sono riuniti per aiutarti a dare una svolta alla tua professione. Questo Esperto Universitario è stato creato includendo i più recenti aggiornamenti nel campo per permetterti di specializzarti e aumentare le tue competenze in questo settore.





“

*Impara dai migliori esperti e diventa  
anche tu un professionista di successo”*

## Direzione



### Dott. Rubina, Dardo

- ◊ Coordinatore della fase di prestazione presso la Scuola Sportiva Moratalaz, Club di Calcio
- ◊ Preparatore atletico delle squadre cadette, giovanili e della prima squadra della Scuola Sportiva di Moratalaz
- ◊ CEO di Test and Training
- ◊ Personal trainer di atleti di alto livello, calciatori, ecc. con oltre 18 anni di esperienza
- ◊ Dottorando in Prestazione Sportiva presso l'Università di Castilla La Mancha
- ◊ Master Universitario in Alta Prestazione Sportiva, Comitato Olimpico Spagnolo, Università Autonoma di Madrid
- ◊ Master coach presso l'IFBB
- ◊ Corso di Allenamento della Forza Applicata alla Prestazione Fisica e Sportiva presso l'ACSM
- ◊ Specialista in Valutazione e Interpretazione Fisiologica dell'Idoneità Fisica tramite Biocinetica
- ◊ Allenatore di calcio di Livello 2, Federazione Reale Spagnola di Calcio
- ◊ Esperto in Scouting sportivo e quantificazione del carico presso l'Università di Melilla (specializzazione in calcio)
- ◊ Laureato in studi di ricerca avanzati presso l'Università di Castilla La Mancha
- ◊ Esperto in Bodybuilding Avanzato presso l'IFBB
- ◊ Esperto in Nutrizione Avanzata presso l'IFBB
- ◊ Corso Post-laurea in Farmacologia, nutrizione e integrazione atletica presso l'Università di Barcellona

## Personale docente

### Dott. Renda, Juan Manuel

- ◆ Professore di Educazione Fisica presso l'Università Metropolitana per l'Educazione e il Lavoro
- ◆ Professore nel corso di laurea in Alta Prestazione Sportiva presso l'Università Nazionale di Lomas de Zamora
- ◆ Laureato in Educazione Fisica con Orientamento alla Fisiologia del Lavoro Fisico presso l'Università Nazionale Generale San Martin
- ◆ Laureato in Chinesiologia e Fisiatria presso l'Istituto Universitario Fondazione H.A (Bacelo)
- ◆ Master post-laurea in Educazione Fisica presso l'Università Nazionale di Lomas de Zamora

### Dott. Vallodoro, Eric

- ◆ Professore ordinario presso l'Istituto Superiore Modelo Lomas
- ◆ Coordinatore del Laboratorio di Biomeccanica e Fisiologia dell'Esercizio fisico presso l'Istituto Superiore Modelo Lomas
- ◆ Laureato in Alta Prestazione Sportiva presso l'Università Nazionale di Lomas de Zamora
- ◆ Laureato in Educazione Fisica presso l'Istituto Superiore Modelo Lomas

### Dott. Masabeu, Emilio José

- ◆ Docente del seminario sull'Apprendimento Motorio presso l'Università Nazionale di Villa María
- ◆ Professore di Neurosviluppo Motorio presso l'Università Nazionale di La Matanza
- ◆ Docente del seminario di Attività Fisica e Obesità presso l'Università Favaloro
- ◆ Responsabile del laboratorio pratico presso la cattedra di Fisioterapia Preventiva dell'Università di Buenos Aires
- ◆ Laureato in Chinesiologia presso l'Università di Buenos Aires

### Dott. Supital Alejandro, Raúl

- ◆ Professore di Educazione Fisica e Salute presso l'Università Cattolica di Salta
- ◆ Professore di Educazione Fisica e Sport presso l'Università Nazionale di Rio Negro
- ◆ Professore di Anatomia funzionale e Biomeccanica presso l'Università Nazionale di Villa María
- ◆ Capo del Dipartimento di Scienze Biologiche dell'ISEF 1 Romero Brest
- ◆ Laureato in Chinesiologia e Fisiatria presso l'Università di Buenos Aires

### Dott. Javier Crespo, Guillermo

- ◆ Coordinatore della palestra Club Body
- ◆ Coordinatore della palestra e del centro di allenamento Asociación Calabresa
- ◆ Assistente allenatore nel programma di rilevamento e sviluppo della pesistica giovanile presso l'Asociación Calabresa e la Palestra San Carlos
- ◆ Laureato in Nutrizione presso l'Istituto Universitario di Scienze della Salute HA Barceló

### Dott.ssa Avila, María Belén

- ◆ Psicologa dello sport presso il Club di Atletica Vélez Sarsfield
- ◆ Specialista nel servizio di Nutrizione e Diabete presso vari centri come l'Ospedale delle Cliniche José de San Martín
- ◆ Specialista del Programma Terapeutico Integrato per il Trattamento di Sovrappeso e Obesità
- ◆ Laureata in Psicologia presso l'Università di Salamanca
- ◆ Laureata in Alta Prestazione Sportiva presso l'Università Nazionale di Lomas de Zamora
- ◆ Specializzazione in Psicologia dello Sport dell'APDA

04

# Struttura e contenuti

La struttura dei contenuti è stata ideata da un team di professionisti consapevoli dell'importanza della preparazione nella pratica quotidiana, dell'aggiornamento nell'ambito del personal training e che si impegnano a impartire un insegnamento di qualità mediante nuove tecnologie educative.





“

*Disponiamo del programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Vogliamo mettere a tua disposizione la miglior specializzazione”*

## Modulo 1. Malattie Cardiovascolari

- 1.1 Definizione, contestualizzazione ed epidemiologia
  - 1.1.1. Definizione e prevalenza
  - 1.1.2. Eziologia della malattia e identificazione di fattori di rischio cardiovascolare
  - 1.1.3. Patologie cardiache e metaboliche
- 1.2 Basi fisiopatologiche
  - 1.2.1. Fisiologia del sistema cardiovascolare
  - 1.2.2. Aterosclerosi e dislipidemia
  - 1.2.3. Ipertensione arteriosa
  - 1.2.4. Cardiopatie, malattie cardiache valvolari e aritmie
- 1.3 Valutazione e diagnosi
  - 1.3.1. Valutazione iniziale del rischio nelle cardiopatie
  - 1.3.2. Valutazione del rischio nel paziente post-chirurgico
- 1.4 Protocolli e trattamenti
  - 1.4.1. Stratificazione del rischio per l'esercizio fisico: prevenzione primaria, secondaria e terziaria
  - 1.4.2. Obiettivi e protocolli di intervento per la riduzione dei fattori di rischio
  - 1.4.3. Considerazioni sulla gestione delle comorbidità associate
- 1.5 Pianificazione dell'allenamento in pazienti con malattie cardiovascolari
  - 1.5.1. Definizione e precisazione del livello del cliente
  - 1.5.2. Definizione e precisazione degli obiettivi
  - 1.5.3. Definizione e precisazione dei processi di valutazione
  - 1.5.4. Definizione e precisazione dell'operatività rispetto alle risorse spaziali e materiali
- 1.6 Programmazione dell'allenamento della forza
  - 1.6.1. Obiettivi dell'allenamento della forza in pazienti affetti da patologie cardiovascolari
  - 1.6.2. Volume, intensità e recupero dell'allenamento della forza in pazienti affetti da patologie cardiovascolari
  - 1.6.3. Selezione di esercizi e metodi di allenamento della forza in patologie cardiovascolari
  - 1.6.4. Creazione di programmi di allenamento della forza in patologie cardiovascolari
- 1.7 Creazione dell'allenamento della resistenza
  - 1.7.1. Obiettivi dell'allenamento resistenza in pazienti affetti da patologie cardiovascolari
  - 1.7.2. Volume, intensità e recupero dell'allenamento della resistenza in pazienti affetti da patologie cardiovascolari
  - 1.7.3. Selezione di esercizi e metodi di allenamento della resistenza in patologie cardiovascolari
  - 1.7.4. Creazione di programmi di allenamento della resistenza in patologie cardiovascolari
- 1.8 Riabilitazione cardiaca
  - 1.8.1. Benefici dell'esercizio in pazienti affetti da patologia cardiaca
  - 1.8.2. Modalità di esercizio
  - 1.8.3. Riabilitazione cardiaca: fase I, II, III
  - 1.8.4. Teleriabilitazione e aderenza a lungo termine
  - 1.8.5. Interazione farmaco-esercizio
- 1.9 Nutrizione in soggetti con malattie cardiovascolari
  - 1.9.1. Aspetti nutrizionali in soggetti affetti da malattie cardiovascolari
  - 1.9.2. Dieta mediterranea come strumento per la prevenzione di malattie cardiovascolari
  - 1.9.3. Raccomandazioni nutrizionali per l'esercizio fisico
- 1.10 Controindicazioni e precauzioni
  - 1.10.1. Controindicazioni dell'esercizio fisico
  - 1.10.2. Agire in caso di emergenza: prevenzione primaria e secondaria
  - 1.10.3. RCP
  - 1.10.4. Regolamenti, uso e gestione dei defibrillatori negli impianti sportivi
  - 1.10.5. Conclusioni e chiusura del modulo

## Modulo 2. Patologia osteoarticolare e lombalgia aspecifica

- 2.1 Definizione, contestualizzazione ed epidemiologia
  - 2.1.1. Contestualizzare le patologie osteoarticolari e la lombalgia specifica
  - 2.1.2. Epidemiologia
  - 2.1.3. Definizione delle diverse patologie associate al sistema osteoarticolare
  - 2.1.4. Il soggetto osteosarcopenico
- 2.2 Basi fisiopatologiche
  - 2.2.1. Basi fisiopatologiche dell'osteoporosi
  - 2.2.2. Basi fisiopatologiche dell'osteoartrite
  - 2.2.3. Basi fisiopatologiche per la lombalgia non specifica
  - 2.2.4. Base fisiopatologica dell'artrite reumatoide
- 2.3 Valutazione e diagnosi
  - 2.3.1. Valutazione funzionale nella lombalgia
  - 2.3.2. Criteri diagnostici nell'osteoporosi e fattori di rischio predisponenti alle fratture
  - 2.3.3. Criteri diagnostici nell'osteoartrite e nelle comorbidity coesistenti
  - 2.3.4. Valutazione clinica in pazienti affetti da artrite reumatoide
- 2.4 Protocolli e trattamenti
  - 2.4.1. Trattamento non farmacologico e protocollo d'intervento per la lombalgia aspecifica
  - 2.4.2. Trattamento non farmacologico e protocollo d'intervento per l'osteoporosi
  - 2.4.3. Trattamento non farmacologico e protocollo d'intervento per l'osteoartrite
  - 2.4.4. Trattamento non farmacologico e protocollo d'intervento per l'artrite reumatoide
- 2.5 Pianificazione dell'allenamento
  - 2.5.1. Definizione e precisazione degli obiettivi
  - 2.5.2. Definizione e precisazione dei processi di valutazione
  - 2.5.3. Definizione e precisazione dell'operatività rispetto alle risorse spaziali e materiali
  - 2.5.4. Importanza del team interdisciplinare
- 2.6 Programmazione dell'allenamento della forza
  - 2.6.1. Obiettivi dell'allenamento della forza in pazienti affetti da patologie osteoarticolari e lombalgia non specifica
  - 2.6.2. Volume, intensità e recupero dell'allenamento della forza in pazienti affetti da patologie osteoarticolari e lombalgia non specifica
  - 2.6.3. Selezione di esercizi e metodi di allenamento della forza in patologie osteoarticolari e lombalgia non specifica
  - 2.6.4. Obiettivi dell'allenamento della forza in pazienti affetti da patologie osteoarticolari e lombalgia non specifica
- 2.7 Programmazione dell'allenamento della resistenza
  - 2.7.1. Obiettivi dell'allenamento della resistenza in pazienti affetti da patologie osteoarticolari e lombalgia aspecifica
  - 2.7.2. Volume, intensità e recupero dell'allenamento della resistenza in pazienti affetti da patologie osteoarticolari e lombalgia
  - 2.7.3. Selezione di esercizi e metodi di allenamento della resistenza in patologie osteoarticolari e lombalgia
  - 2.7.4. Obiettivi dell'allenamento della resistenza in pazienti affetti da patologie osteoarticolari e lombalgia
- 2.8 L'importanza della cinesica come strumento di prevenzione
  - 2.8.1. L'esercizio fisico e le sue implicazioni per la massa ossea
  - 2.8.2. Funzionalità della regione lombo-pelvica
  - 2.8.3. L'importanza dell'igiene posturale
  - 2.8.4. L'importanza dell'ergonomia a casa e al lavoro
- 2.9 Carico fisico, psicologico e sociale, e raccomandazioni per migliorare la salute e la qualità della vita
  - 2.9.1. Considerazioni chiave nelle donne in postmenopausa
  - 2.9.2. Comprendere la complessa interrelazione tra esercizio e dolore
  - 2.9.3. Barriere alla partecipazione in programmi di esercizio fisico
  - 2.9.4. Strategie per promuovere l'aderenza
- 2.10 Obiettivi dell'allenamento della forza in pazienti affetti da patologie osteoarticolari e lombalgia aspecifica
  - 2.10.1. Creazione di programmi di allenamento per pazienti affetti da osteoporosi
  - 2.10.2. Creazione di programmi di allenamento per pazienti affetti da osteoartrite
  - 2.10.3. Creazione di programmi di allenamento per lombalgia non specifica
  - 2.10.4. Conclusioni e chiusura del modulo



### Modulo 3. Patologia respiratoria e attività fisica

- 3.1 Definizione, contestualizzazione ed epidemiologia
  - 3.1.1. Definizione delle patologie respiratorie più frequenti
  - 3.1.2. Descrizione delle caratteristiche della malattia
  - 3.1.3. Epidemiologia e sensibilizzazione
  - 3.1.4. Fattori scatenanti e comorbidità
- 3.2 Basi fisiopatologiche
  - 3.2.1. Fisiologia e anatomia del sistema respiratorio
  - 3.2.2. Scambio di gas, ventilazione e flusso d'aria
  - 3.2.3. BPCO
  - 3.2.4. Asma
- 3.3 Valutazione e diagnosi
  - 3.3.1. Valutazione della funzione polmonare e della sua capacità funzionale
  - 3.3.2. Valutazione funzionale del paziente affetto da BPCO
  - 3.3.3. Prove fisiche e applicazione pratica
- 3.4 Protocolli e trattamenti
  - 3.4.1. Protocolli di riabilitazione respiratoria per i pazienti affetti da BPCO
  - 3.4.2. Trattamento farmacologico e interazioni
  - 3.4.3. Trattamento non farmacologico: allenamento aerobico e muscolare
  - 3.4.4. Affrontare i fattori di rischio comuni e le comorbidità
- 3.5 Pianificazione dell'allenamento in pazienti affetti da BPCO
  - 3.5.1. Definizione e precisazione del livello del cliente
  - 3.5.2. Definizione e precisazione degli obiettivi
  - 3.5.3. Definizione e precisazione dei processi di valutazione
  - 3.5.4. Definizione e precisazione dell'operatività rispetto alle risorse spaziali e materiali
- 3.6 Programmazione dell'allenamento della forza
  - 3.6.1. Obiettivi dell'allenamento della forza in pazienti affetti da patologie respiratorie
  - 3.6.2. Volume, intensità e recupero dell'allenamento della forza in pazienti affetti da patologie respiratorie
  - 3.6.3. Selezione di esercizi e metodi di allenamento della forza con patologie respiratorie
  - 3.6.4. Progettazione di programmi di allenamento della forza con patologie respiratorie







- 3.7 Programmazione dell'allenamento della resistenza
  - 3.7.1. Obiettivi dell'allenamento della resistenza in pazienti affetti da patologie respiratorie
  - 3.7.2. Volume, intensità e recupero dell'allenamento della resistenza in pazienti affetti da patologie respiratorie
  - 3.7.3. Selezione di esercizi e metodi di allenamento della resistenza con patologie respiratorie
  - 3.7.4. Progettazione di programmi di allenamento della resistenza con patologie respiratorie
- 3.8 Raccomandazioni nel cambiamento dello stile di vita
  - 3.8.1. Comportamento sedentario
  - 3.8.2. Inattività fisica
  - 3.8.3. Tabagismo, alcol e nutrizione
- 3.9 Malnutrizione nel paziente BPCO e conseguenze sulla funzione respiratoria
  - 3.9.1. Valutazione dello stato nutrizionale
  - 3.9.2. Supporto nutrizionale in BPCO
  - 3.9.3. Linee guida nutrizionali nel paziente affetto da BPCO
- 3.10 Considerazioni nella pratica dell'attività fisica e dell'esercizio
  - 3.10.1. La selezione e la sequenza degli esercizi di forza e aerobici nell'allenamento
  - 3.10.2. L'uso dell'allenamento concomitante come strumento per il paziente affetto da BPCO
  - 3.10.3. Selezione e progressione dell'esercizio in persone affette da patologia respiratoria
  - 3.10.4. Interazioni farmacologiche specifiche
  - 3.10.5. Conclusioni e chiusura del modulo



*Un'esperienza unica, cruciale e decisiva per potenziare la tua crescita professionale"*

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

Il nostro programma offre un metodo rivoluzionario per sviluppare abilità e conoscenze. Il nostro obiettivo è quello di rafforzare le competenze in un contesto mutevole, competitivo e altamente esigente.

“

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



*Siamo la prima Università online al mondo che combina lo studio di casi della Harvard Business School con un sistema di apprendimento online al 100% basato sulla ripetizione.*





*Lo studente imparerà la risoluzione di situazioni complesse in ambienti aziendali reali attraverso attività collaborative e casi reali.*

## Un metodo di apprendimento innovativo e differente

Questo programma intensivo di Scienze dello Sport di Tech prepara ad affrontare tutte le sfide di questo settore, sia a livello nazionale che internazionale. Ci impegniamo a favorire la crescita personale e professionale, il miglior modo di incamminarsi verso il successo; per questo, TECH, utilizza i *casì di studio* di Harvard, con cui abbiamo un accordo strategico che ci permette di avvicinare i nostri studenti ai materiali della migliore Università del mondo.

“ *Siamo l'unica Università online che offre nei suoi corsi materiali di Harvard come strumenti didattici* ”

Il Metodo casistico è stato il sistema di apprendimento più usato nelle migliori facoltà del mondo. Sviluppato nel 1912 affinché gli studenti di Diritto non imparassero solo la legge sulla base del contenuto teorico, il Metodo Casistico consisteva nel presentare situazioni reali complesse per far prendere loro decisioni e giudicare come risolverle.

Nel 1924 fu stabilito come metodo di insegnamento standard ad Harvard.

Cosa dovrebbe fare un professionista per affrontare una determinata situazione? Questa è la domanda con cui ci confrontiamo nel metodo dei casi, un metodo di apprendimento orientato all'azione. Durante il programma, gli studenti si confronteranno con diversi casi reali. Dovranno integrare tutte le loro conoscenze, effettuare ricerche, argomentare e difendere le proprie idee e decisioni.

## Metodologia Relearning

La nostra Università è la prima al mondo a coniugare lo *studio di casi clinici* di Harvard con un sistema di apprendimento 100% online basato sulla ripetizione e che combina un minimo di 8 elementi diversi in ogni lezione.

TECH perfeziona il *metodo casistico* di Harvard con la migliore metodologia di insegnamento del momento, 100% online: il Relearning.

*Nel 2019 abbiamo ottenuto i migliori risultati di apprendimento di tutte le Università online del mondo.*

In TECH si impara attraverso una metodologia all'avanguardia progettata per formare i manager del futuro. Questo metodo, all'avanguardia della pedagogia mondiale, si chiama Relearning.

La nostra Università è l'unica scuola di lingua spagnola autorizzata ad usare questo metodo di successo. Nel 2019 siamo riusciti a migliorare il livello di soddisfazione generale dei nostri studenti (qualità dell'insegnamento, qualità dei materiali, struttura del corso, obiettivi...) rispetto agli indicatori della migliore università online.



Nel nostro programma, l'apprendimento non è un processo lineare, ma avviene in spirale (impariamo, disimpariamo, dimentichiamo e re-impariamo). Pertanto, combiniamo ciascuno di questi elementi in modo concentrico. Con questa metodologia abbiamo formato oltre 650.000 laureati con un successo senza precedenti, in ambiti molto diversi come la biochimica, la genetica, la chirurgia, il diritto internazionale, le competenze manageriali, le scienze sportive, la filosofia, il diritto, l'ingegneria, il giornalismo, la storia, i mercati e gli strumenti finanziari. Tutto questo in contesto molto esigente, con un corpo di studenti universitari di alto profilo socioeconomico e un'età media di 43,5 anni.

*Il Relearning ti permetterà di apprendere con meno sforzo e maggior rendimento, impegnandoti maggiormente nella tua specializzazione, sviluppando uno spirito critico, difendendo gli argomenti e contrastando le opinioni: un'equazione che punta direttamente al successo.*

Dalle ultime evidenze scientifiche nel campo delle neuroscienze, non solo sappiamo come organizzare le informazioni, le idee, le immagini e i ricordi, ma sappiamo che il luogo e il contesto in cui abbiamo imparato qualcosa è fondamentale per la nostra capacità di ricordarlo e immagazzinarlo nell'ippocampo, per conservarlo nella nostra memoria a lungo termine.

In questo modo, e in quello che si chiama Neurocognitive Context-dependent E-learning, i diversi elementi del nostro programma sono collegati al contesto in cui il partecipante sviluppa la sua pratica professionale.



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.



#### Master class

Esistono prove scientifiche sull'utilità dell'osservazione di terzi esperti.

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



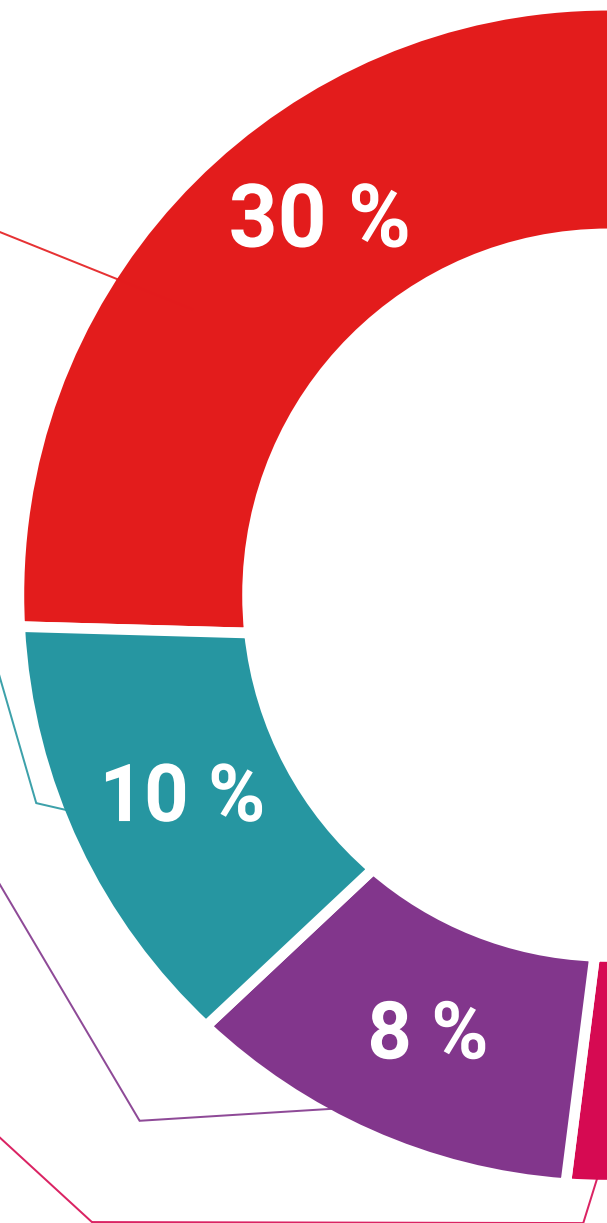
#### Pratiche di abilità e competenze

Realizzerai attività per sviluppare competenze e capacità specifiche in ogni area tematica. Pratiche e dinamiche per acquisire e sviluppare le competenze e le abilità che uno specialista deve sviluppare nel quadro della globalizzazione in cui viviamo.

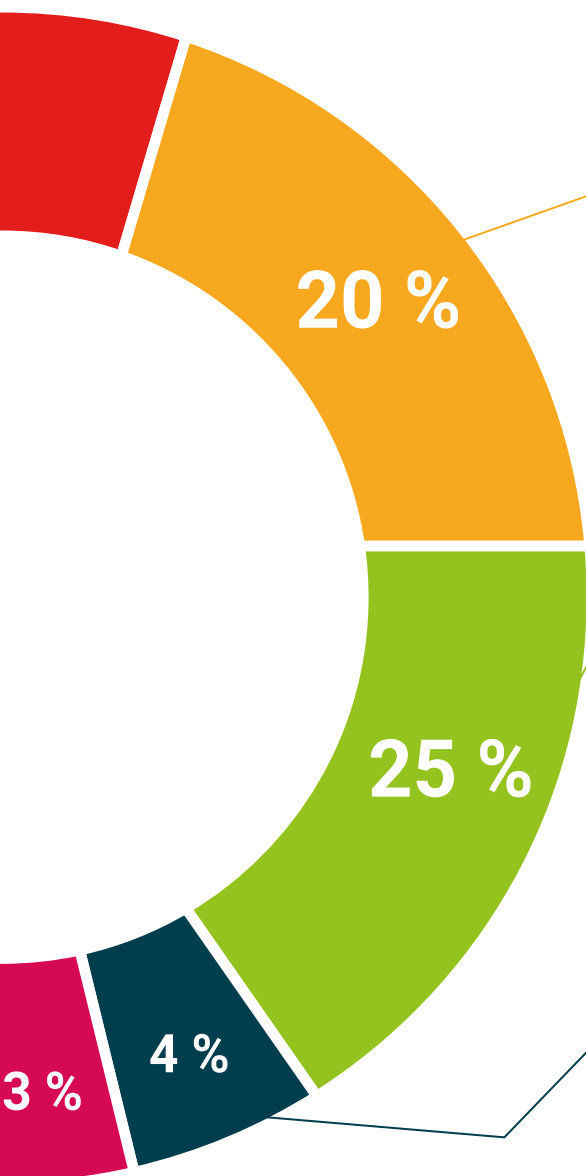


#### Letture complementari

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 formazione.







#### Casi di Studio

Completerai una selezione dei migliori casi di studio della materia utilizzati ad Harvard. Casi presentati, analizzati e monitorati dai migliori specialisti del panorama internazionale.



#### 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 formazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



#### Testing & Retesting

Valutiamo e rivalutiamo periodicamente le tue conoscenze durante tutto il programma con attività ed esercizi di valutazione e di autovalutazione, affinché tu possa verificare come raggiungi progressivamente i tuoi obiettivi.



# 06 Titolo

L'Esperto Universitario in Attività Fisica per Patologie Osteoarticolari e Respiratorie ti garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, l'accesso a una qualifica di Esperto Universitario rilasciata da TECH Università Tecnologica



“

*Porta a termine questa specializzazione  
e ricevi la tua qualifica universitaria senza  
spostamenti o fastidiose formalità”*

Questo **Esperto Universitario in Attività Fisica per Patologie Osteoarticolari e Respiratorie** possiede il programma 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 **Esperto Universitario** rilasciata da **TECH Università Tecnologica**.

Il titolo rilasciato da **TECH Università Tecnologica** esprime la qualifica ottenuta nell'Esperto Universitario, e riunisce tutti i requisiti comunemente richiesti da borse di lavoro, concorsi e commissioni di valutazione di carriere professionali.

Titolo: **Esperto Universitario in Attività Fisica per Patologie Osteoarticolari e Respiratorie**

N. Ore Ufficiali: **450 O.**

Approvato dall'**NBA**



\*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 lingu



## Esperto Universitario

Attività Fisica per  
Patologie Osteoarticolari  
e Respiratorie

- » Modalità: online
- » Durata: 6 mesi
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Dedizione: 16 ore/settimana
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

# Esperto Universitario

## Attività Fisica per Patologie Osteoarticolari e Respiratorie

Approvato dall'NBA

