

Especialización Profesional Patologías Tratadas con Yoga Terapéutico





Especialización Profesional Patologías Tratadas con Yoga Terapéutico

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 meses

Horas: 450

Acceso web: www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/especializacion-profesional/patologias-tratadas-yoga-terapeutico

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Requisitos de acceso

pág. 6

03

Salidas profesionales

pág. 8

04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar la Especialización Profesional?

pág. 10

05

Dirección del curso

pág. 12

06

Plan de formación

pág. 18

07

Metodología

pág. 22

08

Titulación

pág. 26

01

Presentación

El yoga terapéutico se ha convertido en una opción popular para aquellos que buscan alternativas naturales a los tratamientos convencionales, para abordar diversas patologías. TECH te ofrece una titulación que aborda esta práctica para mejorar afecciones habituales como lumbago, escoliosis, desalineaciones en las rodillas y enfermedades autoinmunes. Además, profundizarás en la importancia de las diferentes líneas y cadenas miofasciales y cómo pueden influir en los desequilibrios del organismo. Por lo tanto, optimizarás la salud y el bienestar de las personas, a través de un enfoque holístico que integra el cuerpo y la mente. Este programa de aprendizaje es 100% online y utiliza la metodología *Relearning*, que afianza habilidades y competencias adquiridas durante los 6 meses de estudio.

“

Dominarás las maneras en que el Yoga Terapéutico puede ayudar a tratar patologías de la columna vertebral y extremidades, con en este programa ¡Inscríbete ahora!”





En la actualidad, hay más las personas que buscan alternativas naturales y complementarias a los tratamientos convencionales para abordar diversas patologías y trastornos. Para ello, el yoga terapéutico se ha convertido en una opción muy popular porque alivia el dolor y mejora la calidad de vida. Este enfoque holístico asume el cuerpo y la mente como un todo, y utiliza técnicas adaptadas a las necesidades de cada persona.

TECH te presenta una respuesta adecuada a este contexto, ya que te da las herramientas necesarias para ayudar a tus pacientes a mejorar su salud y bienestar. Orientado en la columna vertebral y las extremidades, el sistema muscular y óseo, en esta titulación, estudiarás afecciones habituales como lumbago, escoliosis, desalineaciones en las rodillas, y enfermedades autoinmunes. Asimismo, profundizarás en la importancia de las diferentes líneas y cadenas miofasciales, y cómo pueden influir en los desequilibrios del organismo.

Este contenido se encuentra condensado en un programa de aprendizaje 100% online, que está alojado en la plataforma virtual para su descarga y consulta, según tu disposición. Además, la innovadora metodología Relearning, utilizada en esta Especialización Profesional, afianzará las habilidades y competencias adquiridas a lo largo de los 6 meses.



Gracias a TECH, analizarás cómo influyen las patologías en el sistema muscular, nervioso y óseo, y desarrollarás tratamientos efectivos mediante el Yoga Terapéutico”

02

Requisitos de acceso

Esta titulación no exige ningún requisito de acceso previo al alumno. Esto quiere decir que, para inscribirse y completar el programa, no es necesario haber realizado ningún estudio de forma previa, ni resulta obligatorio cumplir ninguna otra clase de criterio preliminar. Esto te permitirá matricularte y comenzar a aprender de forma inmediata, y sin los complejos trámites exigidos por otras instituciones académicas.

Gracias a este acceso inmediato conseguirás potenciar y poner al día tus conocimientos de un modo cómodo y práctico. Lo que te posicionará fácilmente en un mercado laboral altamente demandado y sin tener que dedicar cientos de horas a estudiar formación reglada previa.

Por todo ello, este programa se presenta como una gran oportunidad para mejorar tus perspectivas de crecimiento profesional de forma rápida y eficiente. Todo esto, a través de un itinerario académico 100% online y con la garantía de calidad, prestigio y empleabilidad de TECH Formación Profesional.



TECH te permite acceso inmediato a esta titulación, sin requerimientos previos de ingreso ni complejos trámites para matricularte y completar el programa"





Las ventajas de cursar este programa sin necesidad de cumplir requisitos de acceso previo son:

01

Podrás matricularte inmediatamente y comenzar a estudiar cuando quieras. A tu ritmo y sin esperas

02

Tendrás acceso a un programa de alto valor curricular, donde podrás adquirir las habilidades profesionales más demandadas en la actualidad de un modo práctico

03

Mejorarás tus perspectivas laborales en tan solo unas semanas

04

Tendrás acceso a los recursos didácticos multimedia más avanzados del mercado educativo

05

Te prepararás para responder a las necesidades actuales del mercado profesional aprendiendo mediante un formato 100% online

06

Obtendrás una titulación de TECH, una institución académica de referencia a nivel internacional

03

Salidas profesionales

En la actualidad, el Yoga Terapéutico ha cobrado gran relevancia en el sector sanitario debido a su capacidad para prevenir y tratar enfermedades. Un profesional en este campo tiene una amplia gama de salidas laborales disponibles puesto que sus competencias son solicitadas en disímiles contextos. Por eso, TECH ha diseñado esta titulación 100% online que te permitirá desarrollar competencias para ejercer en uno de los campos más atractivos y exigentes de la actualidad.



Conviértete un profesional altamente capacitado en cuanto a la identificación de técnicas de Yoga Terapéutico para abordar a usuarios con desequilibrios musculares”





Esta titulación, en definitiva, te convertirá en un gran especialista preparado para trabajar en alguno de los siguientes puestos:

- ♦ Coordinador de programas de Yoga en Hospitales y Clínicas
- ♦ Asesor de Terapias Complementarias
- ♦ Instructor de Yoga
- ♦ Consultor en Programas y Centros de Bienestar
- ♦ Instructor de Terapias Holísticas
- ♦ Organizador de Eventos y Retiros de Yoga
- ♦ Divulgador y consultor de Yoga Terapéutico



04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar la Especialización Profesional?

Al finalizar este programa, mejorarás la movilidad, fuerza y flexibilidad de las personas en prácticas adecuadas a las necesidades individuales, en la práctica del yoga. De igual forma, profundizarás en las bases posturales, aplicarás la biomecánica para prevenir lesiones y evaluarás las enfermedades autoinmunes y degenerativas para reducir sus síntomas.

01

Usar el Yoga Terapéutico para tratar patologías habituales de la columna y/o prevenir lesiones

02

Reducir síntomas crónicos a través de la práctica del Yoga Terapéutico en pacientes con enfermedades degenerativas

03

Aplicar el Yoga Terapéutico para aliviar el dolor y mejorar la movilidad de usuarios con patologías como lumbago y la ciática

04

Adaptar posturas y extensiones del Yoga Terapéutico para pacientes con movilidad de extremidades reducida





05

Identificar las diferentes vías miofasciales y las posturas específicas para cada una de las cadenas

06

Explicar a usuarios sanos las técnicas posturales más adecuadas para evitar patologías

07

Implementar la tensegridad y su aplicación en la práctica de Yoga Terapéutico

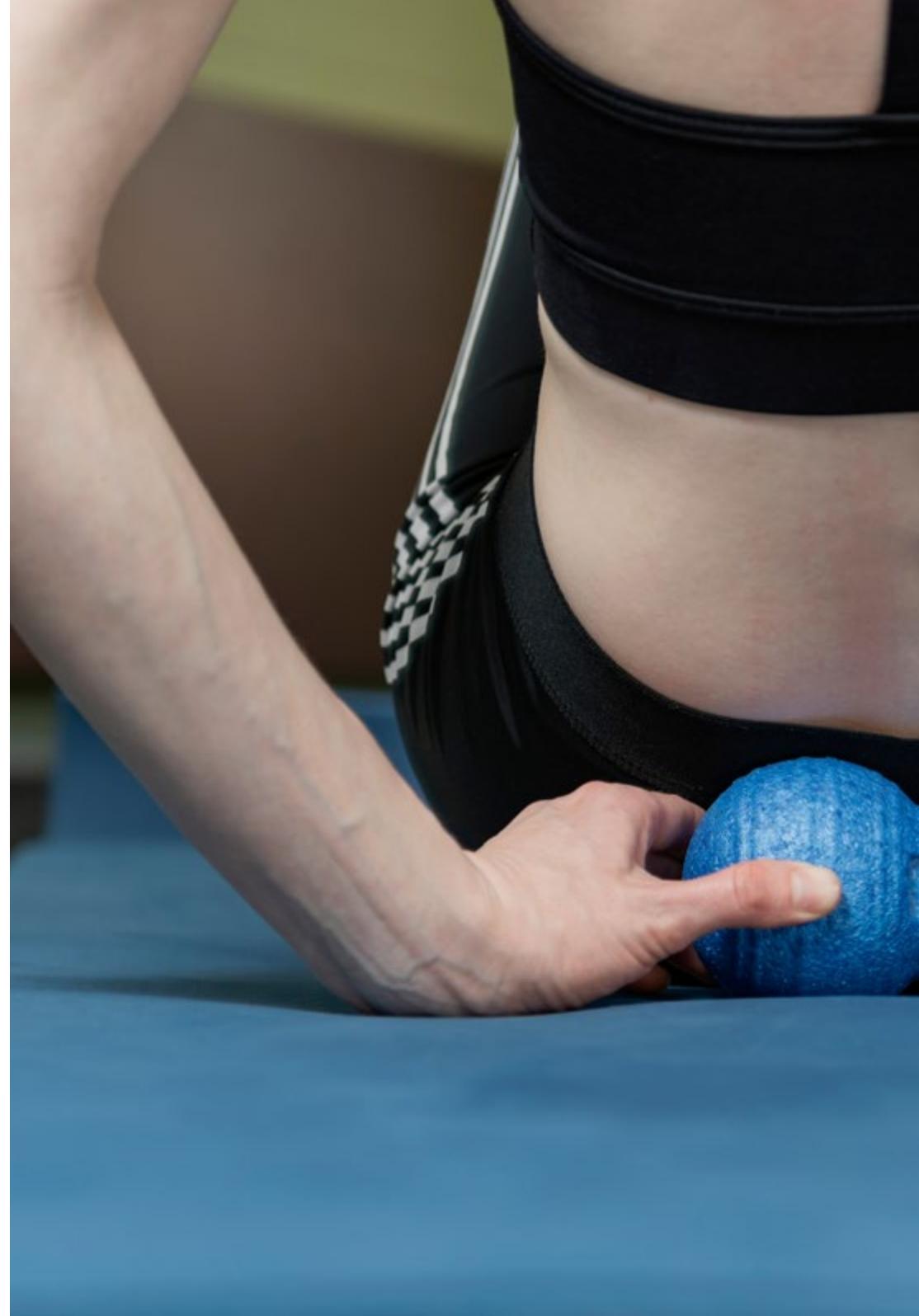
08

Corregir desequilibrios posturales a través de la práctica de Yoga y la biomecánica de la fascia

05

Dirección del curso

Este temario de TECH cuenta con excepcional equipo de profesores que acumulan múltiples experiencias en el empleo de Yoga para ofrecer terapia rehabilitadora y ejercicios preventivos a diferentes patologías. Estos expertos han implementado sus competencias en disímiles contextos, incluida la colaboración directa con profesionales de la medicina que respaldan el uso de estas técnicas para mejorar el bienestar de los pacientes. A través de esos conocimientos, el claustro ha completado un itinerario académico exhaustivo y minucioso que facilitará tu preparación del modo más expedito y flexible.





“

Los profesores de este programa han participado en la conformación minuciosa de sus contenidos y colaborado en la elaboración de materiales multimedia como vídeos e infografías”

Director Invitado 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 de Profesores en el Integral Yoga Institute – 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

“

Además de sus contenidos actualizados y de su metodología flexible y 100% online, esta titulación está impartida por expertos de gran prestigio en esta área profesional”

Dirección del curso

Dña. Escalona García, Zoraida

- ♦ Vicepresidenta de la Asociación Española de Yoga Terapéutico
- ♦ Fundadora del método *Air Core* (clases que combinan TRX y Entrenamiento Funcional con Yoga)
- ♦ Formadora en Yoga Terapéutico
- ♦ Licenciada en Ciencias Biológicas por la Universidad Autónoma de Madrid
- ♦ Curso en Profesor de: Ashtanga Yoga Progresivo, FisiomYog, Yoga Miofascial, Yoga y Cáncer
- ♦ Curso en Monitor de Pilates Suelo
- ♦ Curso en Fitoterapia y Nutrición
- ♦ Curso en Profesor de Meditación





“

Este cuadro docente te transmitirá las últimas novedades en esta disciplina para que te conviertas en un profesional altamente solicitado en este sector”

06

Plan de formación

Este programa se enfoca en proporcionar un conocimiento especializado sobre la columna vertebral, patologías habituales y el sistema fascial. El primer módulo incluye una comprensión profunda de los músculos, nervios y huesos, así como de la pelvis y las extremidades. El segundo, se centra en trastornos comunes, tales como enfermedades degenerativas, autoinmunitarias y la escoliosis. Mientras que el tercero profundiza en la fascia, incluyendo las líneas miofasciales y funcionales, y los principales desequilibrios. En consecuencia, estarás equipado para tratar y prevenir afecciones a través del yoga terapéutico.

“

A través de una plataforma 100% online, podrás abordar los materiales didácticos de este programa donde y cuando quieras, con el dispositivo móvil, conectado a Internet, de tu preferencia”



Módulo 1. Columna vertebral y extremidades

- 1.1. Sistema muscular
 - 1.1.1. Músculo: unidad funcional
 - 1.1.2. Tipos de músculos
 - 1.1.3. Músculos tónicos y fásicos
 - 1.1.4. Contracción isométrica e isotónica y su relevancia en los estilos del Yoga
- 1.2. Sistema nervioso
 - 1.2.1. Neuronas: unidad funcional
 - 1.2.2. Sistema Nervioso Central: encéfalo y médula espinal
 - 1.2.3. Sistema Nervioso Periférico somático: nervios
 - 1.2.4. Sistema Nervioso Periférico Autónomo: Simpático y Parasimpático
- 1.3. Sistema óseo
 - 1.3.1. Osteocito: unidad funcional
 - 1.3.2. Esqueleto axial y apendicular
 - 1.3.3. Tendones
 - 1.3.4. Ligamentos
- 1.4. Columna vertebral
 - 1.4.1. Evolución de la columna vertebral y funciones
 - 1.4.2. Estructura
 - 1.4.3. Vertebra tipo
 - 1.4.4. Movimientos columna
- 1.5. Región cervical y dorsal
 - 1.5.1. Vértebras cervicales: típicas y atípicas
 - 1.5.2. Vertebra dorsales
 - 1.5.3. Músculos principales de la región cervical
 - 1.5.4. Músculos principales de la región dorsal
- 1.6. Región lumbar
 - 1.6.1. Vértebras lumbares
 - 1.6.2. Sacro
 - 1.6.3. Coxis
 - 1.6.4. Principales músculos
- 1.7. Pelvis
 - 1.7.1. Anatomía: diferencia entre pelvis masculina y femenina
 - 1.7.2. Dos conceptos clave: anteversión y retroversión
 - 1.7.3. Músculos principales
 - 1.7.4. Suelo pélvico
- 1.8. Extremidad superior
 - 1.8.1. Articulación del hombro
 - 1.8.2. Músculos del manguito rotador
 - 1.8.3. Brazo, codo y antebrazo
 - 1.8.4. Músculos principales
- 1.9. Extremidad inferior
 - 1.9.1. Articulación coxofemoral
 - 1.9.2. Rodilla: articulación tibiofemoral y patelofemoral
 - 1.9.3. Ligamentos y meniscos de la rodilla
 - 1.9.4. Músculos principales de la pierna
- 1.10. Diafragma y core
 - 1.10.1. Anatomía del diafragma
 - 1.10.2. Diafragma y respiración
 - 1.10.3. Músculos del "core"
 - 1.10.4. Core y su importancia en Yoga

Módulo 2. Patologías habituales

- 2.1. Patologías columna 1
 - 2.1.1. Protusiones
 - 2.1.2. Hernias
 - 2.1.3. Hiperlordosis
 - 2.1.4. Rectificaciones
- 2.2. Enfermedades degenerativas
 - 2.2.1. Artrosis
 - 2.2.2. Distrofia muscular
 - 2.2.3. Osteoporosis
 - 2.2.4. Espondilosis
- 2.3. Lumbago y ciática
 - 2.3.1. Lumbalgia
 - 2.3.2. Ciática
 - 2.3.3. síndrome piramidal
 - 2.3.4. Trocanteritis
- 2.4. Escoliosis
 - 2.4.1. Entendiendo la escoliosis
 - 2.4.2. Tipos
 - 2.4.3. Lo que debemos hacer
 - 2.4.4. Cosas a evitar
- 2.5. Desalineación rodillas
 - 2.5.1. Genu vago
 - 2.5.2. Genu varo
 - 2.5.3. Genu flexo
 - 2.5.4. Genu recurvatum
- 2.6. Hombros y codos
 - 2.6.1. Bursitis
 - 2.6.2. Síndrome subacromial
 - 2.6.3. Epicondilitis
 - 2.6.4. Epitrocleitis
- 2.7. Rodillas
 - 2.7.1. Dolor patelofemoral
 - 2.7.2. Condropatía
 - 2.7.3. Lesiones meniscos
 - 2.7.4. Tendinitis pata ganso
- 2.8. Muñecas y tobillos
 - 2.8.1. Tunel carpiano
 - 2.8.2. Esguinces
 - 2.8.3. Juanetes
 - 2.8.4. Pie plano y cavo
- 2.9. Bases posturales
 - 2.9.1. Distintos planos
 - 2.9.2. Técnica plomada
 - 2.9.3. Síndrome cruzado superior
 - 2.9.4. Síndrome cruzado inferior
- 2.10. Enfermedades autoinmunes
 - 2.10.1. Definición
 - 2.10.2. Lupus
 - 2.10.3. Enfermedad de Chron
 - 2.10.4. Artritis

Módulo 3. Sistema fascial

- 3.1. Fascia
 - 3.1.1. Historia
 - 3.1.2. Fascia vs aponeurosis
 - 3.1.3. Tipos
 - 3.1.4. Funciones
- 3.2. Tipos de mecanorreceptores y su importancia en los distintos estilos de Yoga
 - 3.2.1. Importancia
 - 3.2.2. Golgi
 - 3.2.3. Paccini
 - 3.2.4. Ruffini
- 3.3. Cadenas Miofasciales
 - 3.3.1. Definición
 - 3.3.2. Importancia en el Yoga
 - 3.3.3. Concepto de tensegridad
 - 3.3.4. Los tres diafragmas
- 3.4. LPS: Línea posterior superficial
 - 3.4.1. Definición
 - 3.4.2. Vías anatómicas
 - 3.4.3. Posturas pasivas
 - 3.4.4. Posturas activas
- 3.5. LAS: línea anterior superficial
 - 3.5.1. Definición
 - 3.5.2. Vías anatómicas
 - 3.5.3. Posturas pasivas
 - 3.5.4. Posturas activas
- 3.6. LL: línea lateral
 - 3.6.1. Definición
 - 3.6.2. Vías anatómicas
 - 3.6.3. Posturas pasivas
 - 3.6.4. Posturas activas
- 3.7. LE: línea espiral
 - 3.7.1. Definición
 - 3.7.2. Vías anatómicas
 - 3.7.3. Posturas pasivas
 - 3.7.4. Posturas activas
- 3.8. Líneas funcionales
 - 3.8.1. Definición
 - 3.8.2. Vías anatómicas
 - 3.8.3. Posturas pasivas
 - 3.8.4. Posturas activas
- 3.9. Líneas brazos
 - 3.9.1. Definición
 - 3.9.2. Vías anatómicas
 - 3.9.3. Posturas pasivas
 - 3.9.4. Posturas activas
- 3.10. Principales desequilibrios
 - 3.10.1. Patrón ideal
 - 3.10.2. Grupo de flexión y extensión
 - 3.10.3. Grupo de apertura y cierre
 - 3.10.4. Patrón inspiratorio y espiratorio

07

Metodología

Nuestra institución es la primera en el mundo que combina la metodología de los *case studies* con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos los case studies con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

TECH pone a tu disposición un método de aprendizaje que ha revolucionado la Formación Profesional y con el que mejorarás tus perspectivas de futuro de forma inmediata.

En TECH aprenderás con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los profesionales del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina *Relearning*.

Nuestra institución es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019 conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores del mejor centro educativo online en español.



Esta titulación de TECH es un programa intensivo que te prepara para afrontar todos los retos en esta área, tanto en el ámbito nacional como internacional. Tenemos el compromiso de favorecer tu crecimiento personal y profesional, la mejor forma de caminar hacia el éxito, por eso en TECH utilizarás los *case studies*, la metodología de enseñanza más avanzada y eficaz del mercado educativo.

“ *Nuestro programa te proporciona las mejores habilidades profesionales, preparándote para afrontar todos los retos actuales y futuros en esta área*”

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo desde que éstas existen. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas.

Ante una determinada situación, ¿qué harías tú? Esta es la pregunta a la que te enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del curso, te enfrentarás a múltiples casos reales. Deberás integrar todos tus conocimientos, investigar, argumentar y defender tus ideas y decisiones.



En este programa tendrás acceso a los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para ti:



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 que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



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 nuestras futuras decisiones difíciles.



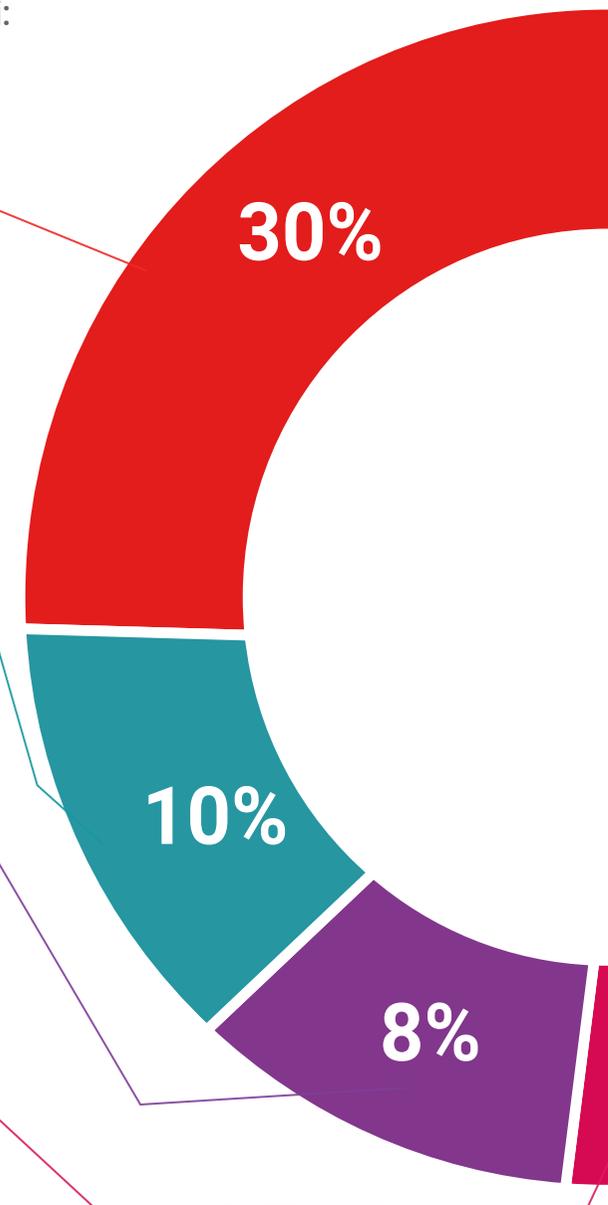
Prácticas de habilidades y competencias

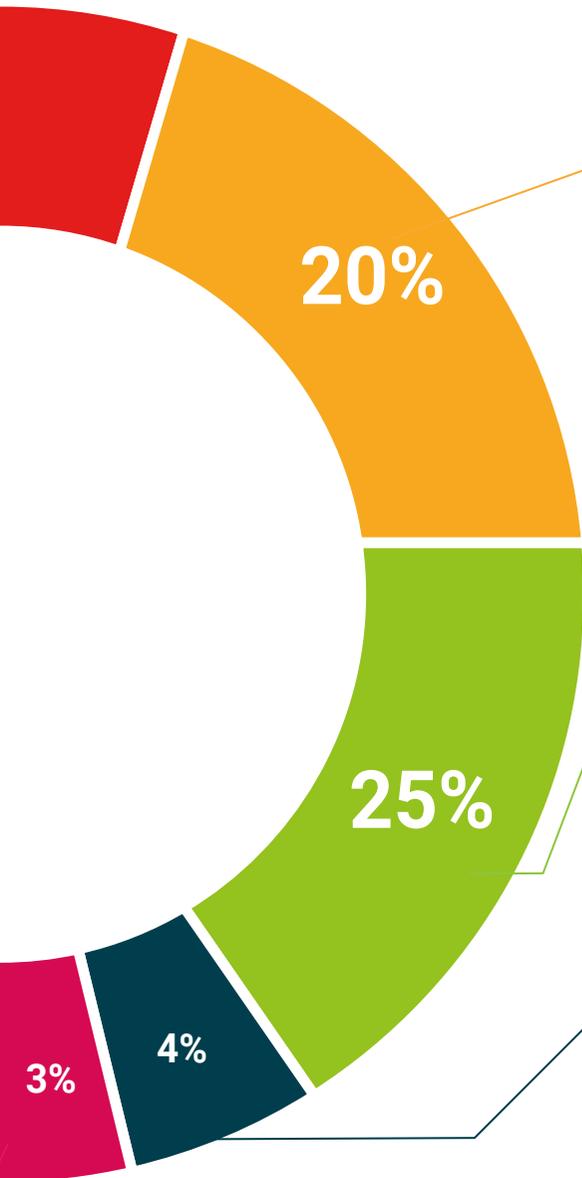
Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



Resúmenes interactivos

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



08

Titulación

La Especialización Profesional en Patologías Tratadas con Yoga Terapéutico garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Especialización Profesional expedido por TECH.

Tras la superación de las evaluaciones, el alumno recibirá por correo postal con acuse de recibo su correspondiente Título de Especialización Profesional emitido por TECH.

El título expedido por TECH expresará la calificación que haya obtenido en la Especialización Profesional, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores carreras profesionales.

Título: **Especialización Profesional en Patologías Tratadas con Yoga Terapéutico**

Modalidad: **Online**

Horas: **450**





Especialización Profesional Patologías Tratadas con Yoga Terapéutico

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 meses

Horas: 450

Especialización Profesional Patologías Tratadas con Yoga Terapéutico