

Curso Profesional

Fisiología de las Técnicas Respiratorias



tech formación
profesional

Curso Profesional Fisiología de las Técnicas Respiratorias

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Acceso web: www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/curso-profesional/fisiologia-tecnicas-respiratorias

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Requisitos de acceso

pág. 6

03

Salidas profesionales

pág. 8

04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar el Curso Profesional?

pág. 10

05

Dirección del curso

pág. 12

06

Plan de formación

pág. 18

07

Metodología

pág. 20

08

Titulación

pág. 24

01

Presentación

La respiración tiene un efecto directo sobre la fisiología del ser humano, y, por eso, el Yoga emplea diversas técnicas para controlarla y regular los flujos de energía. El Pranayama, una de ellas, es reconocida en la actualidad por mejorar el bienestar general de las personas, con un significativo impacto tanto en el cuerpo y la mente. Por eso, este programa te proporciona una capacitación completa para desempeñar estos ejercicios de manera adecuada, aprovechando al máximo sus potencialidades. Además, podrás ahondar en esos contenidos a través de una plataforma de aprendizaje 100% online, con materiales multimedia y la innovadora metodología *Relearning*.

“

Con TECH, aprenderás a controlar la respiración, a través del Pranayama y cómo poner en práctica todas tus ventajas en tu ejercicio profesional”





La respiración es una herramienta que mejora la salud física, mental y espiritual. Existen muchas técnicas de la misma y cada una tiene un efecto diferente en el cuerpo. El Pranayama, que significa control o expansión de la fuerza vital, equilibra y armoniza los sistemas nervioso, pulmonar, circulatorio y endocrino. Para sacar su máximo potencial es recomendable buscar la orientación de profesionales capacitados.

TECH ha creado una capacitación que responde a esa necesidad, en la que abordarás este procedimiento, tanto en lo que ocurre al interior como al exterior del organismo humano. De la mano de expertos en la materia, reconocerás la purificación de los conductos de energía pránica y nadis, así como la inspiración, la espiración, y las retenciones purificantes, estimulantes y regenerativas. A su vez, profundizarás en los gestos que ayudan a canalizar la fortaleza, como los Mudras.

Este Curso Profesional se imparte en un formato 100% online, lo que permite un acceso personalizado al material académico, desde cualquier lugar o momento. Además, la innovadora metodología *Relearning* de esta titulación facilita la asimilación de conceptos complejos por medio de la reiteración y habilita diferentes competencias del modo más rápido y flexible.



Dominarás los tipos de respiración y sus efectos positivos en el cuerpo humano a partir de este itinerario académico con 150 horas de duración”

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 el 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

Como profesional de las Técnicas Respiratorias en el Yoga tienes diversas salidas laborales en la actualidad. Las habilidades prácticas adquiridas en este programa de TECH te facilitarán el acceso a labores muy diferentes que podrás desempeñar en consultas de medicina alternativa, spas, centros deportivos o como consultor para empresas interesadas en promover el bienestar de sus empleados.

“

Con esta titulación, mejorarás la salud mental y física de pacientes con enfermedades respiratorias, gracias a tus habilidades en fisiología de pranayamas purificantes”



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

- ◆ Instructor de Yoga
- ◆ Consultor en Bienestar Mental y Emocional
- ◆ Instructor de Respiración Pranayama
- ◆ Coordinador de Programas de Bienestar
- ◆ Organizador de Retiros y Eventos de Yoga
- ◆ Entrenador de Mudras
- ◆ Divulgador Orientador en Temas de Meditación y Relajación



04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar el Curso Profesional?

Cuando hayas completado este Curso Profesional, podrás detallar la fisiología del sistema respiratorio y cómo se relaciona con la práctica de Pranayama. También, tendrás la capacidad de ayudar a mejorar la salud y el bienestar de personas que son aquejadas por diferentes patologías y necesitan de este tipo de rehabilitación alternativa.

01

Dominar las técnicas, posturas y filosofía del Yoga Terapéutico, así como de sus beneficios y aplicaciones en el bienestar físico y emocional

02

Discernir la fisiología del sistema respiratorio y cómo se relaciona con la práctica de Pranayama

03

Diferenciar cada tipo de respiración y cómo afectan a la capacidad pulmonar y al cuerpo en general

04

Reconocer 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





05

Manejar los canales energéticos o nadis, y cómo se relacionan con la fisiología de la respiración y la práctica de Pranayama

06

Comprender cómo los diferentes tipos de pranayamas afectan la fisiología del cuerpo y la mente

07

Identificar los conceptos básicos de mudras y cómo se relacionan con la fisiología de la respiración y la práctica de Pranayama

08

Determinar 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

05

Dirección del curso

Este programa ha sido elaborado por los mejores expertos en el área, seleccionados especialmente por TECH en su compromiso con la excelencia académica. Todos ellos cuentan con una larga trayectoria profesional como especialistas en la práctica y la docencia del Yoga. A través de sus experiencias han constatado las ventajas de esta disciplina para la rehabilitación y recuperación de personas con diferentes problemas de salud. A partir de esos conocimientos, estos docentes han conformado un temario exhaustivo y actualizado donde conseguirás dominar los aspectos teórico-prácticos más avanzados de esta área profesional.





“

TECH cuenta con los mejores especialistas en fisiología de Pranayamas estimulantes y refrescantes para impartir este Curso Profesional”

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/o entrenamiento funcional con Yoga)
- ♦ Formadora en Yoga Terapéutico
- ♦ 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





Cuadro docente

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

“

TECH ha seleccionado cuidadosamente al equipo docente de este programa para que puedas aprender de los mejores especialistas de la actualidad”

06

Plan de formación

Este programa te ofrece una capacitación completa en Pranayama, una técnica ancestral de respiración que tiene beneficios para la salud mental y física. El itinerario académico incluye una introducción a la anatomía de esta práctica y los tipos de ventilación, así como la purificación de los conductos de energía pránica o nadis. También, profundizarás en la inspiración, la espiración y las retenciones, y se explorará la fisiología de los Pranayamas purificantes, estimulantes y regenerativos. Además, abordarás los Mudras, gestos que ayudan a canalizar la fortaleza del cuerpo.

“

Este Curso Profesional se apoya en los mejores materiales multimedia, como vídeos e infografías, para afianzar el dominio de las nuevas competencias que te proporcionará en su temario”





Módulo 1. Técnicas Respiratorias

- 1.1. Pranayama
- 1.2. Tipos de respiración
- 1.3. Purificación de los conductos de energía pránica o nadis
- 1.4. Inspiración: puraka
- 1.5. Espiración rechaka
- 1.6. Retenciones: kumbakha
- 1.7. Pranayamas purificantes
- 1.8. Pranayamas estimulantes y refrescantes
- 1.9. Pranayamas regenerativos
- 1.10. Mudras

“

Gracias a la metodología Relearning adquirirás habilidades prácticas para la aplicación de técnicas respiratorias con rapidez y flexibilidad. Aprovecha esta oportunidad académica e inscríbete”

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

El Curso Profesional en Fisiología de las Técnicas Respiratorias garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Profesional expedido por TECH.

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

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

Título: **Curso Profesional en Fisiología de las Técnicas Respiratorias**

Modalidad: **Online**

Horas: **150**





Curso Profesional
Fisiología de las Técnicas
Respiratorias

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Curso Profesional

Fisiología de las Técnicas Respiratorias

