



Introducción a el yoga desde la fisioterapia

Sku: CURUEMCONL0569

Horas: 15

OBJETIVOS

- Profundizar en el yoga como herramienta terapéutica.
- Conocer la concepción de las energías en el yoga.
- Estudiar la meditación y la respiración.
- Profundizar en las asanas y sus adaptaciones.
- Obtener conocimientos específicos sobre el yoga con materiales.
- Saber planificar una sesión de yoga terapéutico.
- Exponer los usuarios de yoga especiales.

CONTENIDOS

El yoga desde la fisioterapia

- Introducción
- Tipos de yoga
- El yoga como herramienta terapéutica
- Evaluación de la idoneidad del yoga como herramienta terapéutica en un determinado paciente
 - Diagnósticos que se benefician
- Incorporación de la práctica del yoga en un ambiente terapéutico

- Herramientas objetivas de evaluación
- La concepción de las energías en el yoga
- La meditación
- La respiración
- Asanas y sus adaptaciones
- Posturas básicas del yoga
 - Posición de sentada básica
 - Posturas básicas del yoga
 - Posturas básicas del yoga
- Yoga con materiales
- Planificación de una sesión de yoga terapéutico
- Resumen
- Autoevaluación

-
- Usuarios de yoga especiales
 - Yoga en la población infantil
 - Casos de déficit de atención e hiperactividad
 - Yoga en lesiones frecuentes
 - Yoga en usuarios que se desplazan en silla de ruedas
 - Resumen
 - Autoevaluación
-