



RCS - 30 / 2026 - UGR

Plan de Estudios Tecnicatura Universitaria en Yoga y Salud Integral

Expte. N° 747/2026 UGR.-

VISTO: la propuesta de Plan de Estudios de Tecnicatura Universitaria en Yoga y Salud Integral;

CONSIDERANDO:

Que la Universidad del Gran Rosario (UGR) es una institución educativa con perfil interdisciplinario y transdisciplinario dedicada a la producción de conocimiento en todos los niveles y a la formación de ciudadanos y profesionales en diversos campos disciplinares;

Que, conforme lo establecido en el Capítulo II, Artículo 12, inciso b) del Estatuto Académico, corresponde al Consejo Superior el tratamiento y aprobación de los planes de estudios de las carreras de la Universidad, en ejercicio de las atribuciones de gobierno que le son propias;

Que el Plan de Desarrollo Institucional UGR 2024-2030 establece, entre sus lineamientos estratégicos, el fortalecimiento de una propuesta académica centrada en el estudiante y orientada a favorecer trayectorias formativas pertinentes, flexibles e integradas, en cuyo marco la Universidad impulsa un proceso de revisión y adecuación de sus planes de estudios destinado a fortalecer la calidad y pertinencia de las formaciones, actualizar sus estructuras curriculares y consolidar propuestas centradas en los procesos y resultados de aprendizaje;

Que, en consecuencia, el expediente de referencia, iniciado por la Dirección de Innovación y Desarrollo Curricular con intervenciones de la Secretaría de Gestión Académica y la Dirección del Espacio de Salud y



Rehabilitación, eleva para su tratamiento la propuesta Plan de Estudios de Tecnicatura Universitaria en Yoga y Salud Integral;

Que el Plan de Estudios de Tecnicatura Universitaria en Yoga y Salud Integral fue oportunamente aprobado por Resolución Rectoral N° 113/2015 IUGR y obtuvo reconocimiento oficial y consecuente validez nacional del título mediante RM N° 1394/2017 para su modalidad de dictado presencial, por Resolución C.S. N° 035/2020 UGR y RM N° 459/2021 para su modalidad a distancia, y los correspondientes Programas de transición entre planes de estudios aprobados por Resolución Rectoral N° 219/2022 UGR y Resolución Rectoral N° 472/2023 UGR, constituyen los antecedentes académicos e institucionales de la presente propuesta;

Que, además, la iniciativa se inscribe en un proceso institucional de transformación curricular en conformidad con los principios y criterios del Sistema Argentino de Créditos Académicos Universitarios (SACAU), incorporando una organización curricular que permite dimensionar la carga académica total, los tiempos de dedicación del estudiante y las actividades formativas necesarias para el logro de los resultados de aprendizaje previstos;

Que, asimismo, el proceso de revisión e incorporación de las modificaciones curriculares se llevó a cabo de conformidad con lo establecido por la Resolución C.S. N° 048/2019 UGR, que aprueba las Pautas para la Modificación de Planes de Estudio de Carreras de Grado y Pregrado;

Que el Consejo Superior, en ejercicio de sus competencias estatutarias, trató la propuesta académica en sesión ordinaria de fecha 16 de septiembre de 2026 -Acta C.S. N° 6/2026-, oportunidad en la cual analizó sus fundamentos, alcances y pertinencia institucional y prestó conformidad para su aprobación;



**EL CONSEJO SUPERIOR DE LA
UNIVERSIDAD DEL GRAN ROSARIO
RESUELVE:**

ARTÍCULO 1º: Aprobar el Plan de estudios de la carrera Tecnicatura Universitaria en Yoga y Salud Integral, cuyas características obran en los Anexo I y Anexo II que forman parte integrante de la presente Resolución.

ARTÍCULO 2º: Elevar la presente Resolución a la Secretaría de Educación, Ministerio de Capital Humano de la Nación, a los efectos de obtener reconocimiento oficial y su consecuente validez nacional del título de Técnico/a Universitario/a en Yoga y Salud Integral, en cumplimiento con lo establecido por la Ley 24.521.

ARTÍCULO 3º: Regístrese, comuníquese, publíquese y archívese.

RESOLUCIÓN C.S. N° 30/2026 UGR

ANEXO I DE LA RESOLUCIÓN C.S. N° 30/2026 UGR

Plan de estudios

TECNICATURA UNIVERSITARIA EN YOGA Y SALUD INTEGRAL

1. Fundamentación

La definición de salud ha evolucionado hacia una perspectiva compleja que contempla las dimensiones física, energética, mental, emocional, social y espiritual del ser humano, así como su interconexión con el ambiente. En este escenario, la OMS —en su Estrategia Mundial sobre Medicina Tradicional 2025-2034— insta a los Estados a fortalecer la investigación científica, integrar estas disciplinas en los sistemas



primarios de salud y fomentar la autonomía comunitaria. Basándose en evidencia científica, la OMS posiciona al Yoga como una disciplina fundamental dentro de la Medicina Tradicional y Complementaria (MTC), promoviendo su uso adecuado mediante la formación profesional de calidad.

Asimismo, la propuesta adhiere a los principios de la UNESCO, concibiendo la formación como un proceso holístico centrado en los pilares de “aprender a conocer, hacer, vivir juntos y aprender a ser”. En este marco, se desarrollan competencias para el desarrollo sostenible enfocadas en la autoconciencia y la autorreflexión crítica.

Las tradiciones ancestrales de sabiduría de Oriente han sostenido a lo largo de los siglos una verdad que la modernidad ha olvidado: la realidad última es una fuente inagotable de bienestar y plenitud interior, y la felicidad no es un objetivo externo a alcanzar, sino la cualidad intrínseca del ser humano cuando se alinea con esa realidad. El desasosiego que caracteriza al mundo contemporáneo no es más que la inquietud de quien busca afuera —en objetos, logros y metas futuras— lo que siempre estuvo en su propia interioridad, y constituye el síntoma de una desconexión profunda con la verdadera naturaleza de la existencia. Esta desconexión se manifiesta en el aumento de los niveles de estrés, ansiedad, depresión y malestar psicosocial generalizado, afectando la salud integral de individuos y comunidades enteras, y demandando respuestas formativas que recuperen e integren la dimensión espiritual y trascendente del ser humano en el cuidado de la salud.

En este sentido, la Universidad se constituye en el ámbito propicio para el estudio de las fuentes tradicionales de estas sabidurías ancestrales, de manera rigurosa, sistematizada y con un método. El Yoga, como sistema filosófico-práctico y disciplina aplicada de más de 5000 años, sintetiza principios éticos y métodos psicofísicos mediante la aplicación de técnicas posturales, respiración, concentración y meditación. Estos



recursos favorecen un estado de armonía natural y bienestar integral, contribuyendo a la promoción y prevención de la salud a través de la reducción del estrés y la ansiedad, enfermedades crónicas de la civilización, que debilitan la resistencia natural del organismo y afectan su equilibrio. Asimismo, al aportar a la comprensión de verdades perennes de la condición humana, el Yoga se constituye como una disciplina fundamental para la integración de valores humanos universales, la ética del cuidado y la construcción de escenarios de paz. El Ayurveda, como Sistema de Salud Tradicional reconocido por la OMS, se incluye en esta propuesta formativa ya que, al igual que el Yoga, concibe al ser humano como una unidad cuerpo, mente y espíritu, y busca el equilibrio diario de la persona con la naturaleza. Este sistema de salud, por su concepción y su metodología, se integra con la medicina moderna, complementando sus valiosos aportes y soluciones, fortaleciendo así la educación para la salud y el autocuidado desde una perspectiva integral, preventiva y personalizada.

A partir de lo planteado, la Universidad presenta una propuesta de Tecnicatura fundamentada en los principios del modelo de integración sostenido por Ronald Harden (2000), reconociendo que, si bien la estructura de la malla se organiza en espacios curriculares con contenidos mínimos definidos que garantizan la solidez disciplinar, el enfoque pedagógico y las prácticas de enseñanza promueven activamente el diálogo y la articulación entre saberes. Este abordaje se inscribe en un enfoque interdisciplinario, en tanto el Yoga —entendido como una disciplina integral y autónoma con su propio objeto de estudio, métodos y marcos teóricos— contiene en su seno los conocimientos que desde otras perspectivas académicas se abordan como campos separados: las ciencias de la salud, la psicología, la educación y los estudios socioambientales constituyen, en realidad, dimensiones de una misma totalidad que el Yoga aborda de manera unificada. Cada una de estas áreas mantiene su especificidad en el currículo para garantizar el

Resolución de Consejo Superior



Rosario,
21/09/2026

rigor y la profundidad en el abordaje de cada dimensión, pero convergen de manera planificada a través de ejes transversales, proyectos integradores y prácticas profesionales que exigen la articulación de múltiples saberes para abordar la complejidad de la salud integral.

La propuesta pedagógica se fundamenta en las fuentes tradicionales, particularmente en textos clásicos emblemáticos de la cosmovisión del Yoga, como las Upanishads, el Bhagavad Gita, los Yoga Sutras de Patanjali y el Haṭha Yoga Pradipika, y otorga un lugar central a la práctica personal y sostenida como laboratorio experiencial de aprendizaje. La apropiación de estas enseñanzas exige la vivencia individual articulada con la comunidad educativa de pares. Esto contribuye a que el egresado integre la sabiduría de la disciplina, la convierta en herramienta de transformación personal y como eje de su práctica profesional.

Este plan de estudio no sólo da cuenta de la necesidad de adecuar la carrera a los lineamientos vigentes para la educación superior, sino que también se propone reconocer un diagnóstico profundo e integral realizado a partir del relevamiento de las trayectorias académicas de los estudiantes y del perfil profesional de los graduados.

En el diseño de este nuevo plan se privilegió sostener y revalorizar el núcleo de la tradición del Yoga, sobre la base de tres espacios curriculares centrales —Filosofía, Haṭha Yoga y Meditación— que concentran los contenidos esenciales de la disciplina, tanto teóricos como prácticos. Para reforzar el rol del técnico en el abordaje de la salud y la promoción del bienestar —tanto en prácticas preventivas como paliativas— se otorgó mayor presencia en la malla curricular a los espacios curriculares sobre conocimientos anatómicos y del movimiento humano, asegurando su continuidad y brindando fundamentos científicos complementarios a la tradición del Yoga. En este plan de estudio, la salud es abordada no solamente desde el Ayurveda —sistema de



medicina tradicional de la India con fundamentos científicos reconocido por la Organización Mundial de la Salud— sino también desde una perspectiva disciplinar propia.

Con esta propuesta formativa, la Universidad del Gran Rosario reafirma su compromiso con la excelencia académica y la responsabilidad social, explicitados en el Plan de Desarrollo Institucional 2024-2030. El PDI reconoce al estudiante como protagonista del proceso de aprendizaje y señala expresamente que "cada actividad académica se diseña y planifica con el objetivo de potenciar el aprendizaje experiencial y contextualizado para un desarrollo integral" (PDI UGR 2024–2030, p. 13). La carrera brinda los conocimientos y prácticas disciplinares necesarias para una formación integral que trasciende los saberes técnicos especializados, promoviendo en los graduados el pensamiento crítico y reflexivo, el respeto por la naturaleza, la ética del cuidado y el autoconocimiento como bases para la construcción de una cultura de la paz y el desarrollo de sociedades más conscientes, equilibradas y respetuosas con la vida en todas sus formas.

2. Objetivos

Objetivo General

Formar Técnicos/as Universitarios/as en Yoga y Salud Integral con una sólida base filosófica, científica y humanística, capaces de promover la salud y el bienestar de las personas y comunidades desde un enfoque integral, interdisciplinario y contextualizado, que integre los saberes tradicionales con el conocimiento científico-académico contemporáneo, favoreciendo el desarrollo de la autoconciencia, la ética del cuidado y la cultura de la paz.

Objetivos Específicos

Resolución de Consejo Superior



Rosario,
21/09/2026

- Favorecer el ejercicio de toma de decisiones profesionales con autonomía, a partir del profundo conocimiento y entendimiento de los fundamentos filosóficos, técnicos, psicofísicos y energéticos del Yoga, que permita dar respuesta a las necesidades específicas de mejora de la calidad de vida de las personas y comunidades.
- Desarrollar competencias de autoconciencia, autorreflexión crítica y regulación emocional como recursos para el ejercicio profesional, que permitan al egresado reconocer sus propios límites y sesgos para garantizar una práctica profesional responsable y respetuosa de la diversidad.
- Forjar una sólida identidad profesional basada en principios éticos y el trabajo colaborativo, que propicie un desempeño fundamentado, tanto de manera individual como en equipos inter y transdisciplinarios, en el campo de la promoción de la salud y el bienestar.
- Promover el aprendizaje autónomo y continuo, impulsando la actualización permanente en función de los avances científicos y la profundización en las fuentes tradicionales, para dar respuesta a las necesidades crecientes del campo de actuación del Yoga y la Salud Integral.

3. Denominación: Tecnicatura Universitaria en Yoga y Salud Integral

4. Modalidad de dictado: Presencial y a distancia

Modalidad presencial:

Porcentaje de horas de interacción pedagógica presencial: 55 %

Porcentaje de horas de interacción pedagógica a distancia: 45%



Modalidad a distancia:

Porcentaje de horas de interacción pedagógica a distancia: 90%

Porcentaje de horas de interacción pedagógica presencial: 10%

5. Unidad académica: Espacio de Salud y Rehabilitación

6. CPRES al que pertenece la institución: Centro

7. Duración de la carrera: 2 años - 3000 horas totales - 120 CRE

8. Título que otorga: Técnico/a Universitario/a en Yoga y Salud Integral

9. Perfil del título

El/la Técnico/a Universitario/a en Yoga y Salud Integral es un/a profesional con formación científica, técnica y humanística, orientado/a a la promoción de la salud desde una perspectiva preventiva y paliativa, que concibe al sujeto en su singularidad biopsicosocial, cultural, ambiental y espiritual.

Posee una formación en las prácticas, fuentes y fundamentos teóricos del Yoga y la Salud Integral, anclada tanto en las fuentes tradicionales como en el conocimiento científico-académico contemporáneo.

Desarrolla herramientas de auto-observación, autorreflexión y autoconciencia que le permiten conocerse a sí mismo, gestionar sus estados emocionales, reconocer sus límites profesionales y brindar una atención ética, respetuosa y plenamente adaptada a las necesidades de individuos y grupos.

A su vez, mediante la enseñanza de técnicas, herramientas y prácticas disciplinares, acompaña y asiste a otras personas el autoconocimiento y la gestión emocional, favoreciendo la autonomía, el autocuidado y el desarrollo integral como pilares del bienestar y la salud integral.



Asimismo, reconoce la investigación y la extensión universitaria como dimensiones constitutivas de su formación y de su ejercicio profesional. Cuenta con herramientas básicas para buscar, comprender y valorar críticamente la evidencia científica disponible sobre el Yoga y las prácticas tradicionales y complementarias, y para registrar, sistematizar y comunicar su propia práctica, pudiendo participar en proyectos de investigación vinculados a su campo de formación. A partir de las Prácticas Preprofesionales, desarrolladas en instituciones, organizaciones y ámbitos comunitarios de su entorno bajo la modalidad de aprendizaje y servicio, se vincula con las necesidades y demandas del contexto socio-comunitario, participa en proyectos de extensión vinculados al Yoga y la Salud Integral y asume el compromiso social y la responsabilidad ética en el acompañamiento de procesos de desarrollo personal y comunitario.

El/la técnico/a universitario/a tendrá competencia para:

C1 - Integrar los fundamentos filosóficos, técnicos y prácticos del Yoga y la Salud Integral, articulando las fuentes y saberes tradicionales con el conocimiento científico-académico contemporáneo para fundamentar su práctica profesional.

C2 - Planificar, guiar y facilitar prácticas de Yoga y Salud Integral, diseñando estrategias pedagógicas adecuadas a las características, necesidades y contextos de los sujetos y grupos.

C3 - Acompañar y asistir en procesos de desarrollo personal y comunitario favoreciendo la autoconciencia, la autorregulación, el autoconocimiento y la autonomía desde una perspectiva de cuidado integral.

C4 - Valorar e identificar condiciones de salud desde sus conocimientos técnicos para orientar a las personas en hábitos saludables.



C5 - Participar y asistir en el desarrollo de proyectos y programas para la promoción de la salud tanto en prácticas preventivas y paliativas.

C6 - Desempeñar una práctica profesional basada en la comunicación consciente, la cultura de la paz y el respeto por la diversidad, orientada al cuidado integral de las personas y las comunidades.

C7 - Participar y colaborar en equipos interdisciplinarios, reconociendo los aportes y límites de su campo de formación y articulando su práctica con otros profesionales y actores sociales.

10. Alcances del título

El/la Técnico/a Universitario/a en Yoga y Salud Integral es un/a profesional universitario/a habilitado/a para:

A1 - Diseñar y dictar clases grupales e individuales de Yoga, adecuando las prácticas a los objetivos de aprendizaje y a las características, necesidades y posibilidades de sujetos y grupos.

A2 - Organizar e implementar cursos, talleres y capacitaciones, enseñando y facilitando técnicas psicofísicas derivadas del Yoga y la Salud Integral, orientados al desarrollo personal y la promoción de hábitos saludables en instituciones públicas y privadas .

A3 - Realizar una valoración integral de las condiciones de salud y bienestar de sujetos y grupos desde sus conocimientos técnicos, para orientarlos hacia el desarrollo y cultivo de hábitos saludables de vida.

A4 - Colaborar en la implementación de programas y proyectos de promoción de la salud y educación para el bienestar, en instituciones públicas, privadas o comunitarias.

A5 - Establecer vínculos profesionales y comunitarios basados en la comunicación consciente, la empatía y el respeto por la diversidad,



orientados al cuidado integral de la salud y la promoción del bienestar.

A6 - Integrar equipos interdisciplinarios en el ámbito de la salud, la educación, la empresa, el deporte y la comunidad, con el propósito de mejorar la calidad de vida y el bienestar integral de individuos y grupos desde su campo de formación.

11. Requisitos de ingreso

Serán condiciones de ingreso para la carrera:

- Que los interesados se adecuen a lo estipulado en el Artículo 7° de la Ley de Educación Superior N° 24.521: “Todas las personas que aprueben la educación secundaria pueden ingresar de manera libre e irrestricta a la enseñanza de grado en el nivel de educación superior. Excepcionalmente, los mayores de veinticinco (25) años que no reúnan esa condición, podrán ingresar siempre que demuestren, a través de las evaluaciones que las provincias, la Ciudad Autónoma de Buenos Aires o las universidades en su caso establezcan, que tienen preparación o experiencia laboral acorde con los estudios que se proponen iniciar, así como aptitudes y conocimientos suficientes para cursarlos satisfactoriamente. Este ingreso debe ser complementado mediante los procesos de nivelación y orientación profesional y vocacional que cada institución de educación superior debe constituir, pero que en ningún caso debe tener un carácter selectivo excluyente o discriminador.”
- Los alumnos extranjeros que manifiesten intención de inscribirse a la presente formación deberán cumplir con los requisitos establecidos precedentemente y, a su vez, cumplir con los requisitos establecidos por la legislación nacional vigente referente



a Educación Superior.

- Complimentar los requisitos de inscripción establecidos oportunamente por la Universidad.

12. Régimen de egreso

Para obtener el título correspondiente el estudiante deberá aprobar la totalidad de los espacios curriculares que integran el Plan de Estudio, cumpliendo con las condiciones académicas y administrativas establecidas por la carrera.

13. Estructura curricular

Cód.	Espacio curricular	Régimen*	Horas de interacción pedagógica (IP)		Horas de trabajo autónomo (TA)	Horas totales	CRE
			Sem.	Total			
PRIMER AÑO - PRIMER CUATRIMESTRE							
1.1.1	Filosofía Clásica y Psicología del Yoga I	C	4	64	86	150	6
1.2.1	Haṭha Yoga I	C	4	64	86	150	6
1.3.1	Meditación y Prácticas Contemplativas I	C	4	64	86	150	6
1.4.1	Anatomía Funcional	C	4	64	111	175	7



1.5.1	Introducción a la Salud Integral y al Ayurveda	C	4	64	61	125	5
Subtotal			20	320	430	750	30
PRIMER AÑO - SEGUNDO CUATRIMESTRE							
1.6.2	Filosofía Clásica y Psicología del Yoga II	C	4	64	86	150	6
1.7.2	Haṭha Yoga II	C	4	64	86	150	6
1.8.2	Meditación y Prácticas Contemplativas II	C	4	64	86	150	6
1.9.2	Biomecánica	C	4	64	86	150	6
1.10.2	Ayurveda I	C	4	64	86	150	6
Subtotal			20	320	430	750	30
SUBTOTAL PRIMER AÑO				640	860	1500	60
SEGUNDO AÑO - PRIMER CUATRIMESTRE							
2.11.1	Filosofías de la India y Estudios de la Paz I	C	4	64	111	175	7
2.12.1	Haṭha Yoga III	C	4	64	111	175	7
2.13.1	Meditación y Prácticas	C	4	64	111	175	7



	Contemplativas III						
2.14.1	Ayurveda II	C	4	64	61	125	5
2.15.1	Innovación y Desarrollo Emprendedor en Salud	C	3	48	52	100	4
Subtotal			19	304	446	750	30
SEGUNDO AÑO - SEGUNDO CUATRIMESTRE							
2.16.2	Filosofías de la India y Estudios de la Paz II	C	4	64	86	150	6
2.17.2	Haṭha Yoga IV	C	4	64	111	175	7
2.18.2	Meditación y Prácticas Contemplativas IV	C	4	64	86	150	6
2.19.2	Anatomía Fisiológica	C	4	64	111	175	7
2.20.2	Formación Disciplinar Específica	C	4	64	36	100	4
Subtotal			20	320	430	750	30
SUBTOTAL SEGUNDO AÑO				624	876	1500	60
TOTALES				1264	1736	3000	120



*Se indica que la sigla C corresponde al régimen cuatrimestral

Técnico/a Universitario/a en Yoga y Salud Integral

Duración en años: 2 años

Duración en horas reloj: 3000 horas reloj

Duración en horas reloj - interacción pedagógica: 1264 horas reloj

Duración en horas reloj - trabajo autónomo: 1736 horas reloj

CRE: 120

14. Contenidos mínimos

Nota de redacción: Las palabras en sánscrito están escritas siguiendo el Alfabeto Internacional de Transliteración Sánscrita (IAST).

1.1.1- Filosofía Clásica y Psicología del Yoga I

Contexto histórico y cultural de las escuelas filosóficas de la India. Textos clásicos de la cosmovisión del Yoga y su vigencia contemporánea. Valores humanos universales y disciplinas yóguicas. *Bhagavad Gītā*: los senderos tradicionales del Yoga. El Yoga de la acción (*karma-yoga*) y el Yoga de la Meditación (*dhyana-yoga*). Yoga Clásico: Psicología y Meditación en los *Yoga Sūtras* de Patañjali. Tipos de pensamiento y medios para la estabilidad mental. El *Haṭha Yoga* y sus bases filosóficas tradicionales.

1.2.1- Haṭha Yoga I

Fundamentos tradicionales y científicos del *Haṭha Yoga*. Introducción al modelo del cuerpo energético y anatomía sutil. Abordaje teórico-práctico de técnicas básicas: posturas (*āsana*), prácticas purificadoras



(*ṣaṭkarma*), control de la respiración y la energía vital (*prāṇāyāma*), gestos y cierres musculares (*mudrā*), absorción meditativa (*samādhi*).

1.3.1- Meditación y Prácticas Contemplativas I

Fundamentos teóricos y filosóficos tradicionales. Propósito último de la meditación. Métodos derivados de textos clásicos (*Yoga Sūtras*, *Bhagavad Gita*, *Haṭha Yoga Pradīpikā*, *Yoga Upanishads*) y enseñanzas de grandes maestros. Técnicas básicas: postura, respiración, relajación, imágenes y sonidos. Buena compañía (*satsaṅga*) y estudio de textos (*svādhyāya*).

1.4.1- Anatomía Funcional

Huesos, articulaciones y músculos de columna vertebral, tórax y pared abdominal. Músculos de cuello y su innervación. Huesos, articulaciones y músculos de hombro, brazo, antebrazo y mano. Innervación e irrigación de miembro superior. Huesos, articulaciones y músculos de cadera, muslo, pierna y pie. Innervación e irrigación de miembro inferior.

1.5.1- Introducción a la Salud Integral y al Ayurveda

Concepto de salud y bienestar integral. Paradigmas de salud: modelo biomédico, biopsicosocial y enfoques integrales. Las leyes de la salud como expresión de las leyes de la naturaleza. Interdependencia de los sistemas biológicos, psicológicos, energéticos, sociales y ambientales. La preservación de la salud como medio para una vida plena. Dimensión socioemocional y ética del cuidado. Estrategias de promoción de hábitos saludables y autocuidado consciente. Herramientas preventivas y paliativas para el cuidado integral. Origen, historia y filosofía del Ayurveda. Teoría de los cinco elementos. Bioconstituciones individuales: doshas y constituciones mentales. Marco regulatorio nacional e internacional sobre Medicinas y Prácticas Tradicionales y Complementarias (MPTC). Fuentes de información y lectura crítica de



evidencia científica en Medicinas y Prácticas Tradicionales y Complementarias.

1.6.2- Filosofía Clásica y Psicología del Yoga II

Funcionamiento de la mente y métodos de trascendencia. *Bhagavad Gītā*: el Yoga de la Devoción (*bhakti-yoga*) y el Yoga del Conocimiento (*jñāna yoga*). Yoga Clásico: los ocho pasos del Yoga de Patañjali. La filosofía del *Haṭha Yoga* como vía de realización y trascendencia. Aplicación práctica en la transformación personal: escucha (*śravaṇa*), reflexión (*manana*), meditación e integración (*nididhyāsana*). Aspectos pedagógicos y didácticos para la enseñanza a individuos y grupos.

1.7.2- Haṭha Yoga II

Fisiología de la respuesta de relajación y autorregulación psicofísica. La práctica personal (*sādhana*) como proceso de autoobservación, autorreflexión, autoconciencia. Principios pedagógicos para el diseño y conducción de clases: secuenciación, adaptación gradual, variantes por niveles y normas éticas profesionales. Eje de Práctica Integrada: Coordinado entre todos los espacios curriculares de primer año para la aplicación de los saberes disciplinares en una temática transversal.

1.8.2- Meditación y Prácticas Contemplativas II

La práctica personal constante y prolongada (*sādhana/abhyāsa*) como vía de acceso al silencio interior y la trascendencia. El proceso meditativo: interiorización (*pratyāhāra*), concentración (*dhāraṇā*), meditación (*dhyāna*) y absorción (*samādhi*). Fundamentos científicos y beneficios psicofísicos. Pautas pedagógicas para la enseñanza y adaptación a diferentes niveles.

1.9.2- Biomecánica



Acción, función y contracción muscular. Dispositivos isoinerciales e isocinéticos. Cadenas abiertas y cerradas. Biomecánica de los tejidos. Fisiología articular del complejo articular del hombro, codo, muñeca y mano. Fisiología articular de la articulación témporo-mandibular, el raquis cervical, dorsal y lumbar. Estabilidad lumbo-pélvica. Fisiología articular de cadera, rodilla, tobillo, pie y bóveda plantar. Biomecánica tibio-femoral y patelo-femoral. Sinergias musculares.

1.10.2- Ayurveda I

Valoración e identificación del diagnóstico constitucional descriptivo a través de las cualidades de la materia y el cuerpo. Factores causales y manifestaciones iniciales de los desequilibrios. Principios de alimentación consciente: pautas generales e introducción a diversos tipos de dietas tradicionales. Higiene física y mental. Ritmos de la naturaleza: diario y estacional.

2.11.1- Filosofías de la India y Estudios de la Paz I

Enseñanzas y principios de las escuelas clásicas y tradiciones afines: Vedānta, Tantrismo y Śivaísmo. Aportes de la cosmovisión del Yoga a la convivencia armónica, el respeto por todos los seres y el cuidado del entorno natural. Integración de la cultura de la paz y valores humanos universales en el ejercicio profesional.

2.12.1- Haṭha Yoga III

Profundización, consolidación e integración de técnicas posturales, respiratorias y energéticas. Fundamentos neurobiológicos y fisiológicos del Yoga: homeostasis, autorregulación neuromuscular, mitigación del estrés, neurobiología del dolor, interocepción y propiocepción. Metodología de secuenciación avanzada.



2.13.1- Meditación y Prácticas Contemplativas III

Profundización de técnicas y herramientas de escuelas clásicas y tradiciones contemplativas afines. Consolidación de la práctica personal como vía para el autoconocimiento (*ātma-jñāna*). Vida y enseñanza de grandes maestros (*mahātmās*). Prácticas contemplativas para el equilibrio mental, la ecuanimidad y la paz interior (*śānta-bhāva*).

2.14.1- Ayurveda II

Fisiología tradicional, depuración e inmunidad: fuego digestivo (*agni*), tejidos corporales (*dhātus*), canales internos (*srotas*), residuos metabólicos (*āma*), integridad vital (*ojas*). Adaptación de técnicas yóguicas, alimentación y clases según biotipos constitucionales y ritmos estacionales. Reconocimiento de plantas medicinales, especias y principios de fitoterapia tradicional como herramientas de conocimiento general para el autocuidado personal. Promoción de hábitos saludables para el acompañamiento en el bienestar integral. Abordaje multidisciplinario en salud preventiva y cuidados paliativos.

2.15.1- Innovación y Desarrollo Emprendedor en Salud

Introducción a la innovación y emprendimiento en salud. Modelo de negocio en salud y otras herramientas para diseñar propuestas de valor innovadoras. Gestión de proyectos: habilidades para planificar, ejecutar y controlar proyectos de emprendimiento en salud, utilizando metodologías ágiles y otras herramientas. Gestión y sistema de cobros. Habilidades de liderazgo, trabajo en equipo y comunicación para dirigir equipos emprendedores. Marketing para profesionales de la salud: estrategias de marketing y comunicación para promover servicios o productos de salud. Usos de tecnologías actuales para la información y comunicación (redes sociales, IA, etc). Proyecto de Articulación Profesional: Coordinado entre



todos los espacios curriculares de segundo año para la aplicación de los saberes disciplinares en un proyecto transversal.

2.16.2- Filosofías de la India y Estudios de la Paz II

Enseñanzas y principios de las escuelas clásicas y tradiciones afines: *Budismo* y *Jainismo*. La no-violencia (*ahimsā*) como filosofía política, social y ética para la cultura de la paz y la comunicación consciente. Aplicación práctica en la resolución de conflictos, construcción de redes comunitarias e implementación de proyectos institucionales. Estrategias pedagógicas para la enseñanza en ámbitos educativos, comunitarios, laborales y de la salud.

2.17.2- Haṭha Yoga IV

Prescripción y adecuación de prácticas basadas en evidencia científica para poblaciones especiales. Aplicaciones en restauración psicofísica, prevención de lesiones y promoción de la salud. Adaptación de técnicas a diferentes grupos poblacionales y contextos institucionales. Estrategias pedagógicas para la enseñanza en ámbitos educativos, comunitarios, laborales y de la salud.

2.18.2- Meditación y Prácticas Contemplativas IV

Fundamentos neurocientíficos de la meditación y su impacto en la salud mental. Cultivo de cualidades internas (*yoga-bhāvanā*) para la transformación personal. Adaptación de técnicas a diferentes grupos poblacionales y contextos institucionales. Estrategias pedagógicas para la enseñanza en ámbitos educativos, comunitarios, laborales y de la salud.

2.19.2- Anatomía Fisiológica

Generalidades del sistema nervioso central. Configuración externa e interna de médula, tronco encefálico, cerebelo y cerebro. Vías nerviosas



de conducción generales y especiales. Generalidades del sistema nervioso autónomo. Irrigación del sistema nervioso central. Pares craneales, cráneo, articulación temporomandibular, músculos de la masticación y de la mímica. Aparato respiratorio y cardiovascular. Topografía abdominal. Aparato digestivo y urinario. Irrigación abdominal.

2.20.2- Formación Disciplinar Específica

El espacio de Formación Disciplinar Específica constituye un ámbito curricular orientado a la profundización y/o actualización de contenidos propios del campo disciplinar. Su finalidad es posibilitar que el estudiante recorra trayectos formativos que atiendan a la diversidad de enfoques, problemáticas y desarrollos emergentes de la disciplina. Se trata de un espacio flexible, cuya definición podrá variar en función de los procesos de actualización curricular y de las prioridades académicas que establezca la Dirección de la Carrera, garantizando su pertinencia y coherencia con el perfil del título.

15. Cuadro de congruencias

COMPETENCIAS*	ALCANCES	ESPACIOS CURRICULARES
C1 - Integrar los fundamentos filosóficos, técnicos y prácticos del Yoga y la Salud Integral, articulando las fuentes y saberes tradicionales con el conocimiento científico-académico contemporáneo para	A1 - Diseñar y dictar clases grupales e individuales de Yoga, adecuando las prácticas a los objetivos de aprendizaje y a las características, necesidades y posibilidades de sujetos y grupos.	1.1.1 Filosofía Clásica y Psicología del Yoga I 1.2.1 Haṭha Yoga I 1.3.1 Meditación y Prácticas Contemplativas I



fundamentar su práctica profesional.		1.4.1 Anatomía Funcional 1.5.1 Introducción a la Salud Integral y al Ayurveda 1.6.2 Filosofía Clásica y Psicología del Yoga II 1.7.2 Haṭha Yoga II 1.8.2 Meditación y Prácticas Contemplativas II 1.9.2 Biomecánica 1.10.2 Ayurveda I
C2 - Planificar, guiar y facilitar prácticas de Yoga y Salud Integral, diseñando estrategias pedagógicas adecuadas a las características, necesidades y contextos de los sujetos y grupos.	A2 - Organizar e implementar cursos, talleres y capacitaciones, enseñando y facilitando técnicas psicofísicas derivadas del Yoga y la Salud Integral, orientados al desarrollo personal y la promoción de hábitos saludables en	1.2.1 Haṭha Yoga I 1.3.1 Meditación y Prácticas Contemplativas I 1.7.2 Haṭha Yoga II 1.8.2 Meditación y Prácticas



Resolución de Consejo Superior

	instituciones públicas y privadas.	Contemplativas II
C3 - Acompañar y asistir en procesos de desarrollo personal y comunitario favoreciendo la autoconciencia, la autorregulación, el autoconocimiento y la autonomía desde una perspectiva de cuidado integral.	A5 - Establecer vínculos profesionales y comunitarios basados en la comunicación consciente, la empatía y el respeto por la diversidad, orientados al cuidado integral de la salud y la promoción del bienestar.	1.2.1 Haṭha Yoga I 1.3.1 Meditación y Prácticas Contemplativas I 1.5.1 Introducción a la Salud Integral y al Ayurveda 1.7.2 Haṭha Yoga II 1.8.2 Meditación y Prácticas Contemplativas II 1.10.2 Ayurveda I
C4 - Valorar e identificar condiciones de salud desde sus conocimientos técnicos para orientar a las personas en hábitos saludables.	A3 - Realizar una valoración integral de las condiciones de salud y bienestar de sujetos y grupos desde sus conocimientos técnicos, para orientarlos hacia el desarrollo y cultivo de hábitos saludables de vida.	1.2.1 Haṭha Yoga I 1.3.1 Meditación y Prácticas Contemplativas I 1.4.1 Anatomía Funcional 1.5.1 Introducción a la Salud Integral y al Ayurveda



		1.7.2 Haṭha Yoga II 1.8.2 Meditación y Prácticas Contemplativas II 1.9.2 Biomecánica 1.10.2 Ayurveda I 2.12.1 Haṭha Yoga III 2.13.1 Meditación y Prácticas Contemplativas III 2.14.1 Ayurveda II 2.17.2 Haṭha Yoga IV 2.18.2 Meditación y Prácticas Contemplativas IV 2.19.2 Anatomía Fisiológica
C5 - Participar y asistir en el desarrollo de proyectos y programas para la promoción de la	A4 - Colaborar en la implementación de programas y proyectos de promoción de la salud y	1.5.1 Introducción a la Salud Integral y al Ayurveda



Resolución de Consejo Superior

salud tanto en prácticas preventivas y paliativas.	educación para el bienestar, en instituciones públicas, privadas o comunitarias.	1.7.2 Haṭha Yoga II 1.10.2 Ayurveda I 2.12.1 Haṭha Yoga III 2.13.1 Meditación y Prácticas Contemplativas III 2.14.1 Ayurveda II 2.15.1 Innovación y Desarrollo Emprendedor en Salud 2.16.2 Filosofías de la India y Estudios de la Paz II 2.17.2 Haṭha Yoga IV 2.18.2 Meditación y Prácticas Contemplativas IV 2.19.2 Anatomía Fisiológica
--	--	---



Resolución de Consejo Superior

C6 - Desempeñar una práctica profesional basada en la comunicación consciente, la cultura de la paz y el respeto por la diversidad, orientada al cuidado integral de las personas y las comunidades.

A5 - Establecer vínculos profesionales y comunitarios basados en la comunicación consciente, la empatía y el respeto por la diversidad, orientados al cuidado integral de la salud y la promoción del bienestar.

1.1.1 Filosofía Clásica y Psicología del Yoga I

1.3.1 Meditación y Prácticas Contemplativas I

1.5.1 Introducción a la Salud Integral y al Ayurveda

1.6.2 Filosofía Clásica y Psicología del Yoga II

1.8.2 Meditación y Prácticas Contemplativas II

2.11.1 Filosofías de la India y Estudios de la Paz I

2.13.1 Meditación y Prácticas Contemplativas III

2.16.2 Filosofías de la India y



Resolución de Consejo Superior

		Estudios de la Paz II
		2.18.2 Meditación y Prácticas Contemplativas IV
C7 - Participar y colaborar en equipos interdisciplinarios, reconociendo los aportes y límites de su campo de formación y articulando su práctica con otros profesionales y actores sociales.	A6 - Integrar equipos interdisciplinarios en el ámbito de la salud, la educación, la empresa, el deporte y la comunidad, con el propósito de mejorar la calidad de vida y el bienestar integral de individuos y grupos.	1.5.1 Introducción a la Salud Integral y al Ayurveda 1.10.2 Ayurveda I 2.11.1 Filosofías de la India y Estudios de la Paz I 2.12.1 Haṭha Yoga III 2.13.1 Meditación y Prácticas Contemplativas III 2.14.1 Ayurveda II 2.15.1 Innovación y Desarrollo Emprendedor en Salud



Resolución de Consejo Superior

Rosario,
21/09/2026

		2.16.2 Filosofías de la India y Estudios de la Paz II
		2.17.2 Haṭha Yoga IV
		2.18.2 Meditación y Prácticas Contemplativas IV

* El Espacio de Formación Disciplinar Específica es transversal al conjunto de competencias del perfil. Su contribución específica varía según la propuesta formativa seleccionada por el/la estudiante o definida por la Dirección de Carrera, en coherencia con el perfil del título.

16. Sistema de Educación a Distancia UGR Virtual

En las últimas dos décadas, la incorporación masiva de las TIC en las distintas esferas de la sociedad ha generado nuevas formas de socialización, eliminando las distancias. En el campo educativo, se cuenta con tecnologías que permiten crear escenarios de interacción para desarrollar procesos de enseñanza y aprendizaje con una fuerte impronta grupal y colaborativa entre profesores y estudiantes, donde el conocimiento es concebido como construcción fluida entre quienes participan del ámbito educativo. Se interpela así la relación docente-estudiante desde una perspectiva amplia y descentralizada.

En este marco, la Universidad del Gran Rosario, creó por Resolución Rectoral N°075/2019 el Sistema UGR Virtual, que constituye el conjunto de normativas, procesos, equipamientos, recursos humanos y didácticos, que permiten el desarrollo de las propuestas a implementar mediante la modalidad a distancia. El mismo fue validado mediante Resolución del



Resolución de Consejo Superior

Ministerio de Educación de la Nación (RESOL-2019-230-APN-SECPU#MECCYT) en el mes de septiembre de 2019. El Sistema UGR Virtual ha establecido en su normativa los lineamientos pedagógicos que rigen para el desarrollo de propuestas educativas que lo utilicen.

Estos se enmarcan en un modelo educomunicacional y son de corte predominantemente constructivista. Desde este paradigma se concibe el aprendizaje como un proceso dinámico, participativo, interactivo y dialógico, a través del cual los/las estudiantes constituyen nuevas ideas y conceptos tomando como punto de partida sus conocimientos anteriores y trabajando colaborativamente con otros/as. Asimismo, el Sistema UGR Virtual también ha regulado una serie de lineamientos comunicacionales para abordar el proceso de enseñanza aprendizaje. Los mismos tienden al diálogo, la construcción de conocimiento de modo crítico y reflexivo y la consolidación de la comunidad educativa y participativa.

El aula virtual tendrá un uso específico del espacio curricular, en función de la modalidad de implementación adoptada.

ANEXO II DE LA RESOLUCIÓN C.S. N° 30/2026 UGR

Régimen de Prácticas Preprofesionales

Tecnicatura Univeristaria en Yoga y Salud Integral

Las prácticas preprofesionales son fundamentales en la formación de los estudiantes de la Tecnicatura Universitaria en Yoga y Salud Integral, en tanto permiten articular los saberes teóricos y prácticos adquiridos a lo largo del trayecto formativo con escenarios reales de desempeño profesional.

Resolución de Consejo Superior



Rosario,
21/09/2026

La modalidad de cursado de las prácticas puede ser tanto presencial como virtual, realizándose, las presenciales, en el lugar de residencia de cada estudiante, en instituciones, organizaciones o ámbitos comunitarios de su entorno. Esta modalidad reconoce la diversidad geográfica y sociocultural de los estudiantes, y promueve la inserción temprana en contextos profesionales significativos, favoreciendo trayectorias formativas situadas y comprometidas con las realidades locales.

Las prácticas se desarrollan en una articulación de los espacios curriculares de segundo año, para la aplicación de los saberes disciplinares a través de un proyecto integrador. Participan los espacios curriculares: Innovación y Desarrollo Emprendedor en Salud (2.15.1); Filosofías de la India y Estudios de la Paz I (2.11.1); Filosofías de la India y Estudios de la Paz II (2.16.2); Haṭha Yoga III (2.12.1); Haṭha Yoga IV (2.17.2); Meditación y Prácticas Contemplativas III (2.13.1) y IV (2.18.2); Ayurveda II (2.14.1). Estas prácticas integran las dimensiones académica, extensionista y profesionalizante, permitiendo a los estudiantes vincular su formación con las necesidades y demandas del contexto socio-comunitario.

La formalización de las prácticas se realiza a través de protocolos de adhesión a convenios de extensión y del “Proyecto Yoga y Salud Integral, aprendizaje y servicio”, diseñados conjuntamente con la Subsecretaría de Extensión de la UGR. Éstos garantizan condiciones adecuadas para el desarrollo de las actividades, el acompañamiento institucional y el cumplimiento de los objetivos formativos.

El equipo docente encargado de garantizar la ejecución y supervisión de las prácticas está conformado por:

- Docentes y tutores de cada espacio curricular, quienes acompañan y supervisan el proceso de cada estudiante, brindando orientación y retroalimentación permanente.



- Un/a referente institucional en cada organización receptora, que colabora en la inserción del estudiante y facilita el desarrollo de las actividades previstas.

De acuerdo al interés y proyección profesional de cada estudiante, las prácticas preprofesionales se organizan en torno a cuatro dimensiones del campo profesional del Yoga y la Salud Integral: Yoga en Educación; Yoga en Salud; Yoga en Organizaciones y Empresas; Yoga en la Comunidad y Políticas Públicas

Objetivos de las prácticas preprofesionales

- Integrar los conocimientos, técnicas y principios éticos del Yoga y la Salud Integral en escenarios reales de intervención profesional.
- Desarrollar competencias para el diseño, planificación, conducción y evaluación de prácticas de Yoga adaptadas a diferentes poblaciones, contextos e instituciones.
- Fortalecer la capacidad de auto observación, autorreflexión crítica y gestión emocional en el ejercicio profesional.
- Promover el trabajo colaborativo e interdisciplinario, reconociendo los aportes y límites del campo disciplinar.
- Favorecer el compromiso social y la responsabilidad ética en el acompañamiento de procesos de desarrollo personal y comunitario.

Contenidos a trabajar

- Diseño y planificación de clases, talleres y secuencias desde la disciplina del Yoga y el Ayurveda a fin de abordar distintas problemáticas, de acuerdo a las características de la población destinataria.
- Adaptación de técnicas posturales, respiratorias y meditativas a diferentes grupos etarios, condiciones psicofísicas y contextos institucionales.



- Estrategias de comunicación consciente, escucha activa y establecimiento de vínculos profesionales.
- Ética profesional y cuidado integral en el acompañamiento de personas y grupos.
- Trabajo en equipos interdisciplinarios: roles, aportes y límites.
- Registro y sistematización de la práctica: elaboración de informes, diarios de campo y reflexión crítica sobre la propia experiencia.

Capacidades y habilidades a desarrollar

- Capacidad de planificar y conducir clases y talleres disciplinares en diversos contextos y poblaciones.
- Habilidad para adaptar técnicas y estrategias pedagógicas según las necesidades de las personas y grupos.
- Capacidad de autoobservación, autorreflexión crítica y gestión emocional en el ejercicio profesional.
- Habilidad para establecer vínculos profesionales basados en la comunicación consciente, la empatía y el respeto por la diversidad.
- Capacidad de trabajo colaborativo e interdisciplinario.
- Habilidad para registrar, sistematizar y reflexionar críticamente sobre la propia práctica.
- Habilidad para adecuar las prácticas a contextos presenciales o virtuales.

Hoja de firmas