Terapeuta Integral en Ayurveda

AIYA

Instituto de Yoga y Ayurveda

AJYA

Instituto de Yoga y Ayurveda

Nuestro objetivo principal en este curso de ayurveda es poder transmitir una experiencia teórica y práctica para que los alumnos tengan una vivencia real del ayurveda, que sientan como las técnicas y cambios en su estilo de vida potencian su fuerza vital y su salud.

El segundo objetivo es capacitarlos para poder dar recomendaciones y sugerencias de salud a otros a través de las herramientas de nutrición, fitoterapia, tratamientos corporales, respiración o gestión emocional, lo que posibilita una comprensión global de la salud.

A través de clases teóricas y prácticas nos adentraremos en el fascinante mundo del Ayurveda. A través de los conceptos y de las bases de funcionamiento de este arte de la salud podremos comprender el por qué de los procedimientos. Luego en los módulos de prácticas, podremos sentirlos en nuestro cuerpo, mente y a nivel espiritual.

Para más información consulta con nuestra secretaría al teléfono 640 284 870 o escríbenos a info@aiyayurveda.com

TERAPEUTA
INTEGRAL EN
AYURVEDA

Módulo I

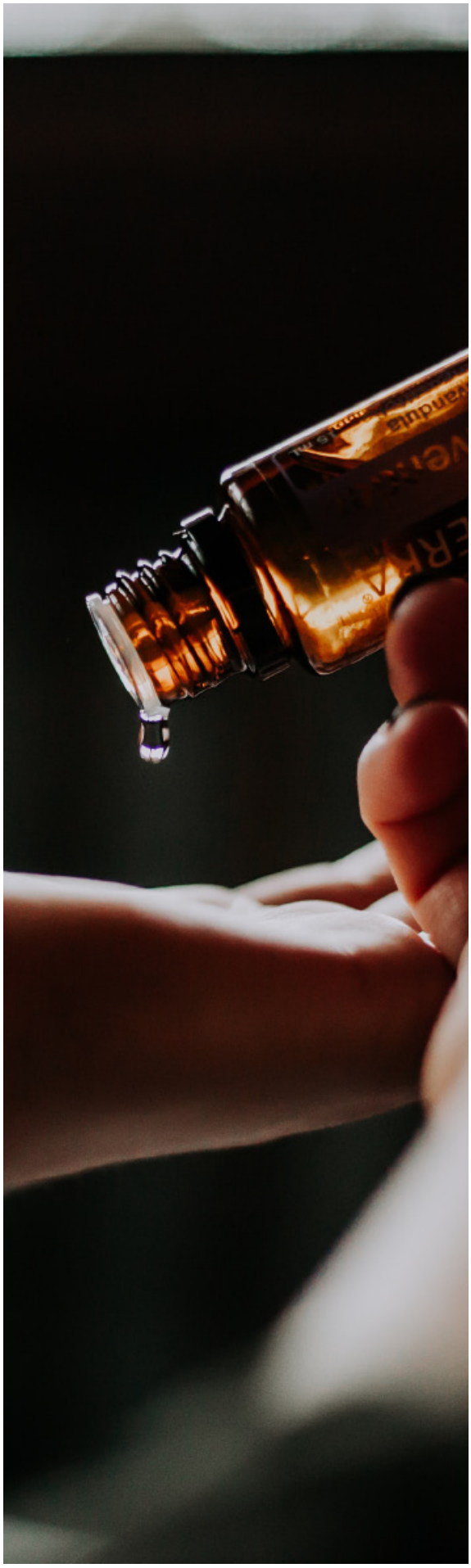
PRIMER AÑO

Este primer curso está diseñado para que el estudiante adquiera y comprenda los conceptos y principios del ayurveda y su fisiología. Estudiaremos con detenimiento los centros y principales puntos energéticos de nuestro cuerpo, chakras y marmas, y sus diferentes tratamientos a través de aceites, aromas, diferentes masajes, estiramientos y manipulación articular, Abhyanga, marmaterapia y trabajo con el prana.

También se estudiarán técnicas complementarias al masaje como shirodhara, thakradhara, uso de corrientes de vapor (swedana), pindas (uso en masaje de bolsas medicinales), bastis (retenciones de aceite medicado), urvantanam (aplicación de polvos medicados), etc.

Estudiaremos la bioenergética ayurvedica y sus relaciones con los movimientos de los vayus y el resto de subdoshas. Como a través de Pranayama (Ejercicios de respiración. Concepto de Prana y su desarrollo y control), Pratyahara (Retracción de los sentidos), Dharana (Concentración y visualización) y Dhyana (Meditación) podremos integrar y hacer nuestros, muchos de los conceptos teóricos del ayurveda. Pues para la asimilación de la práctica energética del ayurveda es fundamental despertar nuestra intuición y sensibilidad.

Presentaremos y profundizaremos en la nutrición ayurvédica con asignaturas como bromatología ayurvédica y las propiedades bioquímicas y energéticas de los diferentes alimentos.



Temario

Introducción al Ayurveda

› Definición de Ayurveda y sus objetivos
› Historia de su evolución y filosofía en la que se cimienta
› Tradición y perspectiva contemporánea del ayurveda
› Purusha Vichana, relaciones entre microcosmos y macrocosmos
› Panchabhuta. Teoría de los cinco elementos
› Correlación entre ciencia, vida diaria y panchabhuta
› Los principios del sistema triguna y su aplicación práctica como cimiento del ayurveda

Fisiología en Ayurveda

› Concepto de Tridoshas. Vata, pitta y kapha
› Correlación entre la fisiología y tridoshas
› Diferentes kriyakalas o patologías asociadas a los Doshas
› Prakkuti y el concepto de Constitución
› Herramientas para su diagnóstico
› Los subdoshas o la especialiación de los doshas en diferentes sistemas corporales
› Relaciones entre panchabhutas, movimientos y subdohas, las claves energéticas
› Dhatus, los tejidos del cuerpo
› Aspectos físicos y energéticos de los dathus
› Patologías específicas de los dathus
› Relaciones entre los subdoshas y los dathus
› Malas, productos de desecho
› Srotas, los canales del cuerpo, incluyendo los canales sutiles

Fisiología en Ayurveda. Cuerpo energético

› Ojas (Concepto energético del cuerpo)
› Concepto de mente: Lugar, atributos, funciones y su importancia en el Ayurveda
› Concepto de Salud y enfermedad
› Manifestaciones de la enfermedad
› Concepto de órganos sensoriales
› Concepto de Atman /Espíritu
› Concepto de Agni (Capacidad digestiva/Metabolismo)
› Concepto de digestión
› Concepto de Amma o toxinas en el cuerpo

Shamana o equilibrio de Doshas

› Medios de una vida saludable
› Régimen diario
› Régimen estacional
› Higiene mental/ Conductos morales
› Langhana o regimen dietético
› Vyayama o equilibrado de doshas a través del ejercicio

TERAPEUTA INTEGRAL EN AYURVEDA

Nidana, el diagnóstico en Ayurveda

› Introducción al Diagnóstico

› Vikruti, el concepto de Patología

› Comprensión del movimiento y direccionalidad de los doshas

› Signos y efectos de desequilibrio por exceso o defecto de los doshas

› Signos y efectos de desequilibrio por exceso o defecto de los dathus y malas

› El examen del paciente

› Samprāpti o el origen de las enfermedades

› Desequilibrios originados por supresión de las necesidades fisiológicas

› Corrupción de los canales corporales o srotas

› Agni y actividad enzimática

› Desequilibrios del fuego digestivo

› Ama y la digestión incorrecta

› Diagnóstico por la lengua

› Nadi pariksha, diagnóstico por el pulso

Marmaterapia en ayurveda

› Marmas y centros de prana. Puntos energéticos del yoga y ayurveda

› Historia de puntos marma

› Su estudio y localización

› Como abrir y cerrar los puntos marma

› Sentir el prana

› Efectos terapéuticos de cada punto y sus relaciones con los subdoshas

› Diferentes tratamientos de marmaterapia aplicada

› Práctica y aplicaciones en puntos marma en posiciones supina o boca arriba, prona o boca abajo, decúbito lateral y sedente

› Marmaterapia por presión, aplicación de calor, churnas, percusiones...

Masaje Abhyanga

› Introducción a la oleación sneha o abhyanga

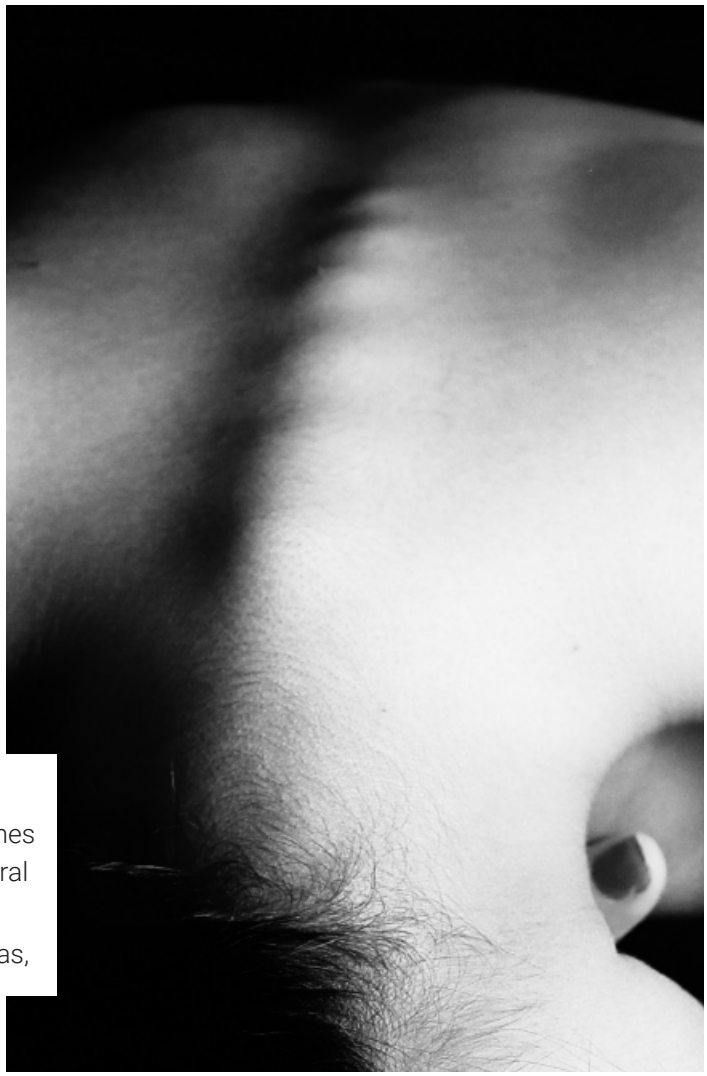
› El balance de los tridosha a través de los masajes ayurvédicos

› Substancias usadas para la oleación. Principales aceites terapéuticos con propiedades y sus efectos

› Principales asanas para la oleación

› Indicaciones y contraindicaciones

› El uso terapéutico de las diferentes terapias de oleación en las diferentes enfermedades y procesos patológicos



Tratamientos en Ayurveda

› Introducción a Basti o técnica de retención local de aceites terapéuticos
› Basti en la zona del pecho hridayabasti
› Basti interno en fosas nasales, nasya basti
› Basti lumbar, kati basti
› Basti interescapular, prushtha basti
› Basti interno en el oído, karna basti
› Basti en los ojos, netra basti
› Basti en la cabeza, shiro basti
› Introducción a Swedana o sudoración aplicando calor
› Abhyanga (masaje general ayurvédico de oleación)
› Podikizhi (Bolsa masaje con polvos medicinales)
› Navarakizhi (Bolsa Masaje con arroz medicinal)
› Udhwarthanam (masaje con polvos medicinales)
› Pizhichil (baño de aceite medicado)
› Shirodhara (Tratamiento de aceite para la cabeza)
› Thakra Dhara (Tratamiento de leche medicada para la cabeza)
› Karna Pooranam (tratamiento local de los problemas del oído)
› Greeva basti (tratamiento local para problemas de cuello)
› Janu basti (tratamiento local para el dolor de articulación de la rodilla)
› Baño de Vapor Herbal
› Masaje ayurvédico de pies
› Shiro Abhyanga (masaje tradicional indio de cabeza)
› Masaje facial ayurvédico
› El ghee medicado, la preparación del aceite

Introducción a la Nutrición

› Introducción a la Nutrición Ayurveda
› Consecuencias de la evolución-degeneración de la alimentación en el Ser Humano
› Estudio de anatomía comparada y su relación con la pirámide nutricional Humana
› Criterios naturales de alimentación
› Clasificación de los alimentos atendiendo a su naturaleza cualitativa
› La alimentación según su influencia en el PH. Consecuencias de la acidificación y métodos dietéticos para alcalinizar el ph orgánico
› Bioquimica de los hidratos de carbono, proteinas y grasas
› La dieta antagónica según el Ayurveda (virudhashana)
› Los factores dietéticos según el Ayurveda (aahara karanani)
› Los 5 sabores y su acción sobre la fisiología orgánica
› La ingesta de sal y agua según el Ayurveda
› El estilo de vida, los horarios y la rutina estacional (rutucharya)
› Concepto de virya y concepto de vipaka en alimentación. Prabhava o acción especial en los alimentos
› Los 5 elementos en la nutrición Ayurveda. Aprender a identificarlos en los alimentos

TERAPEUTA INTEGRAL EN AYURVEDA

Módulo II

SEGUNDO AÑO

Este curso está diseñado para que el Terapeuta Ayurvédico de nivel 1 profundice y adquiera más herramientas y conocimientos. También está abierto a aquellos que en otras escuelas hayan superado el curriculum descrito en Terapeuta Ayurveda nivel 1.

Veremos con detenimiento las técnicas de Panchakarma y nos adentraremos en profundidad en la nutrición utilizada como elemento terapéutico en el Ayurveda. Así como las curas depurativas y ayunos.

Se invitará al alumno a profundizar su práctica espiritual personal con el fin que despierte en él la intuición, el desapego y la intención pura.

Estudiaremos detenidamente la fitoterapia ayurvédica de plantas tradicionales hindúes y también sus equivalencias con plantas occidentales. Veremos cómo hacer diferentes preparados de las mismas en variados formatos para optimizar su uso y aplicación.

También ahondaremos en diferentes tipos de enfermedades generales, que denominaremos ayurveda clínica. Estudiaremos los analogismos y discrepancias desde el punto de vista occidental y ayurvédico ofreciendo soluciones y respuestas desde la medicina ayurvédica.

Temario

Nutrición ayurvédica avanzada

› Los 5 elementos en la nutrición Ayurveda y el equilibrio nutricional a través de ellos

» *Estudio de las 20 cualidades o gunas según el Ayurveda. Su presencia en los alimentos y atributos que les confieren. La relación entre las gunas y la bioquímica del alimento*

» *Las tres cualidades principales de la mente. Alimentos que las gobiernan. Recetas para equilibrarlas*

› Bromatología Ayurvédica por grupos de alimentos

» *Los cereales. Estudio de sus cualidades, energía post digestiva, influencia sobre los tejidos y efectos sobre la mente*

» *Las legumbres. Estudio de sus cualidades, energía post digestiva, influencia sobre los tejidos y efectos sobre la mente*

» *Las verduras y hortalizas. Estudio de sus cualidades, energía post digestiva, influencia sobre los tejidos y efectos sobre la mente*

» *Las frutas. Estudio de sus cualidades, energía post digestiva, influencia sobre los tejidos y efectos sobre la mente*

» *Frutos secos y semillas oleaginosas. Estudio de sus cualidades, energía post digestiva, influencia sobre los tejidos y efectos sobre la mente*

» *La carne animal. Estudio de sus cualidades, energía post digestiva, influencia sobre los tejidos y efectos sobre la mente*

» *Los lácteos. Estudio de sus cualidades, energía post digestiva, influencia sobre los tejidos y efectos sobre la mente*

» *Las especias. Estudio de sus cualidades, energía post digestiva, influencia sobre los tejidos y efectos sobre la mente.*

» *El agua. Estudio de sus cualidades, energía post digestiva, influencia sobre los tejidos y efectos sobre la mente*

› La fisiología digestiva según el Ayurveda

» *La bioenergética de los sabores. Su influencia sobre los doshas, los tejidos corporales (dhatus) y la mente*

» *El proceso digestivo y las distintas fuerzas que actúan (subdhosas)*

» *Concepto de agni y Amma*

» *Afecciones digestivas vinculadas a una deficiencia de Agni y un exceso de Amma*

» *Métodos dietéticos para restablecer el fuego digestivo*

› Dietética Ayurvédica en el tratamiento de Amma (toxemia) y las enfermedades

» *Cómo Prevenir el Amma*

» *Alimentos y recetas terapéuticas*

» *Rutinas estacionales detox*

» *Suplementos recomendados y elaboración de masalas medicinales con especias y superalimentos*

› Nutrición plena para constituciones vata

» *Estudio de la tipología vata*

» *Alimentos que la equilibran y la desequilibran*

» *Enfoque ayurvédico y bioquímico*

» *El equilibrio de los subdoshas de vata a través de la alimentación*

» *Aprender a personalizar la terapia, recetas curativas*

› Nutrición plena para constituciones pitta

» *Estudio de la tipología pitta*

» *Alimentos que la equilibran y la desequilibran*

» *Enfoque ayurvédico y bioquímico*

» *El equilibrio de los subdoshas de pitta a través de la alimentación*

» *Aprender a personalizar la terapia, recetas curativas*

› Nutrición plena para constituciones kapha

» *Estudio de la tipología kapha*

» *Alimentos que la equilibran y la desequilibran*

» *Enfoque ayurvédico y bioquímico*

» *El equilibrio de los subdoshas de kapha a través de la alimentación*

» *Aprender a personalizar la terapia, recetas curativas*

TERAPEUTA INTEGRAL EN AYURVEDA

Fitoterapia

› Presentación y estudio extenso de las diferentes plantas medicinales en el ayurveda
› Correspondencia y utilidades con las plantas occidentales
› Identificación, cultivo, almacenamiento y utilidades
› Decocciones y baños
› Maceraciones y oleatos
› Extractos y conservación
› Tinturas y concentrados hidrofitoterapéuticos
› Jarabes y vinos medicados
› Pomadas y ungüentos
› Elaboración de aceites medicados para cada Dosha
› Ghee y Ghee medicado
› Elaboración de pindas y churnam
› Cataplasmas o Lembhas
› Medicinas tradicionales en ayurveda. Tridóshicos y Rasajhanas
› Fórmulas ayurvédicas y su preparación
› Tratamientos fitoterapéuticos ayurvédicos

Gemoterapia

› Estudio de los principales cristales y piedras empleados en Ayurveda
› Diferentes usos terapéuticos
› Prácticas de sintonización y autotratamiento
› Extracción de esencias minerales. Distintos métodos, usos y dosificación
› Fórmulas combinadas con fitoterapia y esencias florales
› Aplicación de la cristaloterapia en puntos marmas

Marmaterapia y técnicas avanzadas

› Marmaterapia aplicada a la ayurveda clínica
› Principales nadis y sistemas
› Técnicas avanzadas de masaje en camilla. La respiración y el tacto
› El testaje kinesiológico del AR aplicado al Ayurveda y al buen uso de la marmaterapia

Reflexología podal aplicada al ayurveda

› Breve introducción a la reflexología podal. Antecedentes históricos.
› Fundamentos neurológicos de la reflexología podal y fundamentos bioenergéticos.
› Aprendizaje y práctica de las técnicas del masaje.
› La técnica de profundización.
› Técnicas reflejas en síntomas agudos.
› Técnicas reflejas en síntomas crónicos.
› Técnica de primeros auxilios.
› Pases energéticos de inicio y cierre de la sesión.
› El plexo solar. Estudio e importancia reflexológica.
› Simbología del pie izquierdo y del pie derecho. Diferencias y formas de tratamiento.
› Principales áreas de trabajo para el equilibrio de las doshas y subdoshas.
› Aplicación de cuarzos y aceites esenciales en zonas reflejas del pie.

› **El sistema urinario:**
  » *Técnicas de trabajo y recorrido en el pie.*
  » *Indicaciones terapéuticas.*
  » *Técnicas para activar la energía vital y aliviar el estrés.*
  » *La esencia suprarrenal y el Ojas. Como potenciarlos en reflexoterapia podal.*

› **El sistema reproductor:**
  » *Técnicas de trabajo y recorrido en el pie.*
  » *Indicaciones terapéuticas.*

› **El sistema cardio-respiratorio:**
  » *Técnicas de trabajo y recorrido en el pie.*
  » *Indicaciones terapéuticas.*
  » *El corazón emocional. Localización y comprensión del área refleja.*

› **El sistema digestivo:**
  » *Técnicas de trabajo y recorrido en el pie.*
  » *Indicaciones terapéuticas.*

› **Las glándulas endocrinas:**
  » *Técnicas de trabajo y recorrido en el pie.*
  » *Indicaciones terapéuticas.*

› **El sistema nervioso y la columna vertebral:**
  » *Técnicas de trabajo y recorrido en el pie.*
  » *Indicaciones terapéuticas.*

› **El sistema linfático:**
  » *Técnicas de trabajo y recorrido en el pie.*
  » *Indicaciones terapéuticas.*

› **Técnica de armonización:**
  » *El signo del infinito en el pie. Una estructura de naturaleza polar*

Estudio del pulso ayuvédico:

› El pulso en la medicina convencional
› La frecuencia media del pulso. Ubicación del Pulso en el cuerpo
› Nadi Pariksh: diagnóstico de pulso en Ayurveda
› Información que se obtiene a través del diagnóstico de pulso:
  » *Cualidades del pulso básico Vata*
  » *Cualidades del pulso básico Pitta*
  » *Cualidades del pulso básico Kapha*
› Partes del diagnóstico ayurvédico del pulso: Gati, Vega, Tala, Bala, Akruti, Tapamana, Kathinya
› Pulso prakruti
› Pulso vikruti

Análisis avanzado del diagnóstico por lengua

› Estudio de la somatotopía de la lengua.
› Localización y análisis de los diferentes órganos reflejos y su estado.
› Interpretación ayurvédica de las doshas y análisis diferencial.
› Los dhatus y el Ama a nivel reflejo en la lengua.

Panchakarma

› Aprendizaje y metodología del panchakarma. Técnicas de purificación.

TERAPEUTA
INTEGRAL EN
AYURVEDA

Módulo IIII

OPCIONAL

POST GRADO EN AYURVEDA AVANZADA (56H)
APLICACION CLÍNICA AYURVÉDICA

Temario

Bienestar del Sistema Digestivo y procedimientos preventivos para:

- Gastritis
- Acidez
- Diarreas
- Estreñimiento
- Disbiosis intestinal
- Candidiasis
- Hígado

Bienestar del Sistema Osteoarticular y procedimientos preventivos para:

- Artritis
- Artrosis
- Osteoporosis
- Lumbalgias

Bienestar del Sistema Respiratorio y procedimientos preventivos para:

- Gripe
- Resfriado
- Bronquitis
- Asma
- Afecciones de las vías altas y medias: sinusitis, amigdalitis, faringitis

Bienestar del Sistema Genito Urinario y procedimientos preventivos para:

- Cistitis
- Retención de líquidos

Bienestar del Sistema Cardiovascular y procedimientos preventivos para:

- Hipertension- hipotensión
- Varices y hemorroides
- Anemia

Bienestar del Sistema Nervioso y procedimientos preventivos para:

- Depresión
- Insomnio
- Ansiedad

Ayudas complementarias en diabetes, fibromialgia y fatiga crónica

- Análisis y comprensión desde el Ayurveda

TERAPEUTA INTEGRAL EN AYURVEDA

Metodología

Terapeuta Ayurveda. Primer año
Fin de semana
Duración del curso: 120 horas

Terapeuta Ayurveda. Segundo año
Fin de semana
Duración del curso: 120 horas

Postgrado Terapeuta Ayurveda clínica
Duración del curso: 56 horas

Consultar horarios y fechas de inicio y finalización en:
el teléfono 640 284 870 o escríbenos a info@aiyayurveda.com

"Descargo de responsabilidad (en cumplimiento con los requisitos legales de algunos paises):
La finalización de este curso no da derecho a los participantes a ofrecer tratamiento a menos que tengan la capacitación profesional requerida en medicina o atención médica"

AIYA

Instituto de Yoga y Ayurveda

www.aiyayurveda.com
Tlf: 640 284 879