



Formação em Terapeuta Ayurveda

Híbrido





O **Curso Básico de Formação em Terapeuta Ayurveda**, tem como base trazer a conscientização do autocuidado e do auto responsabilidade com a nossa saúde, a partir de nossas escolhas, estilo de vida e alimentação saudável. Oferece ferramentas e práticas diárias e sazonais, para que possamos desenvolver habilidades e competências no autocuidado e no cuidar do outro, de uma forma integral. Tem como objetivo **ensinar a importância da prevenção no cuidado com a saúde** e oferecer ferramentas práticas para o autocuidado e cuidar do outro, além de promover o autoconhecimento. Capacitar o aluno na **prática dos diversos recursos terapêuticos ayurvédicos** e formar terapeutas capacitados e seguros na prática do ayurveda. O curso é híbrido, com aulas teóricas on-line e práticas presenciais. As aulas gravadas ficam disponíveis para revisão. As aulas são quinzenais com **carga horária total de 350 horas**, inclui **práticas supervisionadas, estudo dirigido e certificação**. Destina-se á todos que buscam ampliar os seus conhecimentos sobre o ayurveda e os diversos instrumentos terapêuticos utilizados na manutenção da saúde e prevenção de doenças. Profissionais da área da saúde, praticantes de yoga, terapeutas integrativo, fisioterapeutas, enfermeiros, psicólogos, nutricionistas, praticantes de yoga, médicos e todos aqueles que queiram aprender o autocuidado e como cuidar do outro de uma forma Integrativa e individualizada.



INFORMAÇÕES GERAIS

Datas: de 30/07/2022 a 29/04/2023.

Local: Campus Cabula e Plataforma Virtual de Aprendizagem da Bahiana.

Metodologia: Encontros presenciais e telepresenciais com aulas práticas e estágio supervisionado.

Vagas: 30.

Período de inscrições: de 19/05 a 24/07/2022.

CERTIFICAÇÃO

Certificação Digital da Bahiana.

Carga horária: 350 horas.

PRÉ-REQUISITOS

Público-alvo: Profissionais da área de saúde, fisioterapeutas, nutricionistas, psicólogos, terapeutas integrativos, praticantes de yoga, médicos.

INVESTIMENTO

R\$ 6.000,00 ou 12x de R\$ 500,00



Módulo 01

Fundamentos do Ayurveda

- A História do Ayurveda; Panorama atual no mundo e no sistema de saúde brasileiro;
- Bases filosóficas, Samkhya;
- Principais escolas;
- Princípios básicos da visão ayurvédica
- Asthanga Ayurveda (os oito ramos do ayurveda);
- Panchamahabhutas – os cinco elementos;
- As três Gunas (sattva, rajas e tamas);
- Doshas: elementos, qualidades, funções e locais;

Horário: 8h às 18h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 30/07/2022

Docente: Dr^a Maria de Castro Lima Vargens.

Pontos Marma da cabeça e facial

- Introdução aos Pontos Marma;
- Pontos Marma da face e cabeça;
- Anatomia Facial e da Cabeça;

Horário: 8h às 12h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 31/07/2022

Docente: Dr. Vaidya Shishir Prasad e Esp. Regina Puja Kinzer

Shiroabhyanga e Mukhabhyaga

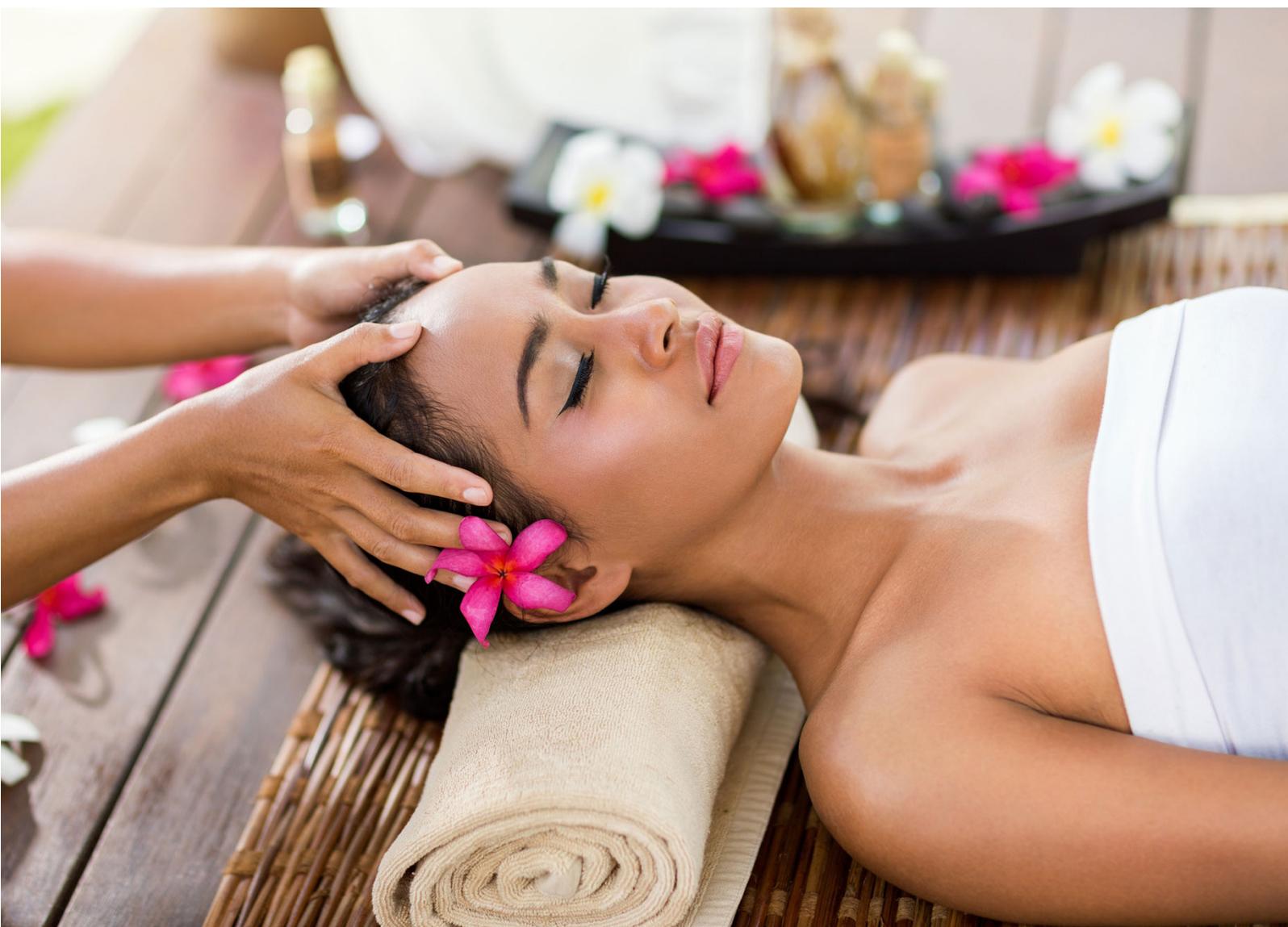
- Conceito, definição, indicação e contraindicação;
- Óleos indicados
- Máscaras faciais: Shiroabhyanga (massagem ayurvédica na cabeça)
- Mukhabhyanga (massagem facial ayurvédica)
- Karna Purana

Horário: 8h às 18h.

Modalidade: Presencial.

Data: 06/08/2022

Docente: Esp. Regina Puja Kinzer



Módulo 02

Fisiologia Ayurvédica – I

- Teoria Tridosha
- Subdoshas – os cinco tipos de Vata, Pitta e Kapha e suas funções;
- Deha Prakriti (biotipo psico-emocional)
- Vikriti (desequilíbrio atual)

Horário: 8h às 18h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 13/08/2022

Docente: Dr^a Maria de Castro Lima Vargens.



Shehana – oleação corporal

- Abhyanga – definição, indicação, contraindicação e prática;
- Auto abhyanga;
- Abhyanga para gestantes;

Horário: 8h às 18h.

Modalidade: Presencial.

Data: 27/08/2022

Docente: Esp. Regina Puja Kinzer

Módulo 03

Fisiologia Ayurvédica – II

- Dhatus – os setes estudos dos tecidos corporais. Tipos e funções. Estados de deficiência e excesso. Dhatu Sarata (quantidade, qualidade e funções);
- Agni (metabolismo);
- Malas (produtos residuais);
- Ama (biotoxinas)

Horário: 8h às 18h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 03/09/2022

Docente: Dr^a Sonali Shinde

Srotas – canais de circulação

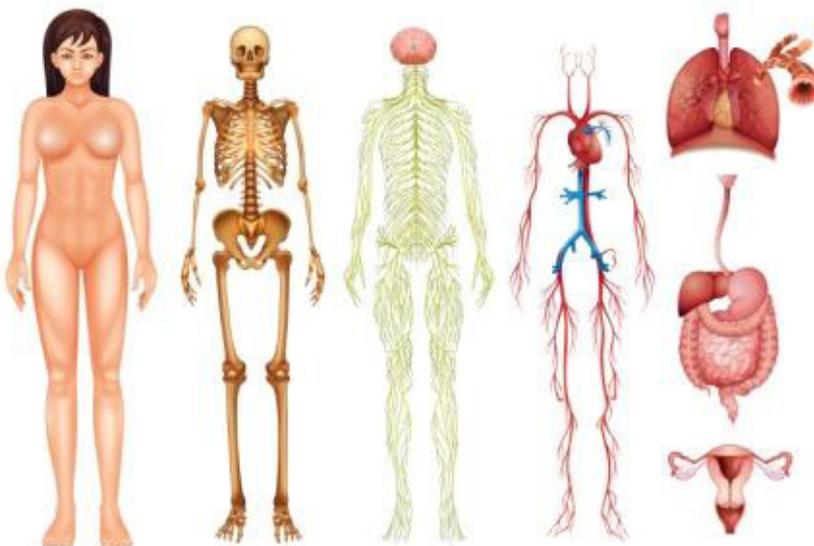
- Srotas (estudo do fluxo das substâncias pelos canais do corpo- definição, tipos, funções e causas de agravamento.

Horário: 17h às 20h

Modalidade: Telepresencial.

Data: 02/09/2022

Docente: Dr^a Sonali Shinde



Módulo 04

Culinária ayurvédica na Prática

- Dipana, Pachana e dieta Langhana;
- As especiarias e seus efeitos terapêuticos;
- Preparos de masalas anti-vata, pitta e kapha;
- Preparações de Ghee. Kichari e Chapati;
- Preparo de almoço coletivo com culinária indiana.

Horário: 9h às 18h

Modalidade: Presencial.

Data: 07/09/2022

Docente: Dr^a Sonali Shinde.



Ahara – alimentação ayurvédica

- As oito regras na dietética ayurvédica;
- Os 20 gunas na alimentação;
- Conceito de Rasa, Vipaka, Virya e Prabaha;
- O efeito dos sabores nos doshas;
- Incompatibilidade de alimentos



Horário: 8h às 13h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 08/09/2022

Docente: Dr^a Sonali Shinde.

Módulo 05

Saúde da Mulher no Ayurveda - I

- Conceito de saúde da mulher no Ayurveda;
- Anatomia e fisiologia da mulher;
- Fases de vida da mulher: infância, puberdade, maturidade e velhice;
- Fases biológicas da mulher: da menarca a menopausa;
- Fases do ciclo menstrual: relação endócrina e hormônios envolvidos;
- Ciclo menstrual e Dosha;
- Ciclo menstrual como indicador da saúde feminina;

Horário: 8h às 18h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 09/09/2022

Docente: Dr^a Lecimary Lessa
e Dr^a Sonali Shinde





Saúde da mulher na Prática

- Yoga para um fluxo menstrual saudável;
- Pranayama para o equilíbrio mental;
- Diretrizes para um fluxo saudável e suporte fitoterápico;
- Cuidados diários e sazonais na saúde da mulher;
- Pichu vaginal;
- Vaporização do útero com ervas medicinais;
- Ahara – alimentação como coadjuvante no equilíbrio do ciclo menstrual e na menopausa.

Horário: 8h às 18h

Modalidade: Presencial.

Data: 10/09/2022

Docente: Dr^a Sonali Shinde

Saúde da Mulher - II

- Como equilibrar o ciclo menstrual do dosha agravado: (vata, pitta e kapha);
- Estudo de caso.

Horário: 8h às 12h

Modalidade: Telepresencial.

Data: 11/09/2022

Docente: Dr^a Sonali Shinde

Módulo 06

Dinacharya / Ratricharya / Ritucharya

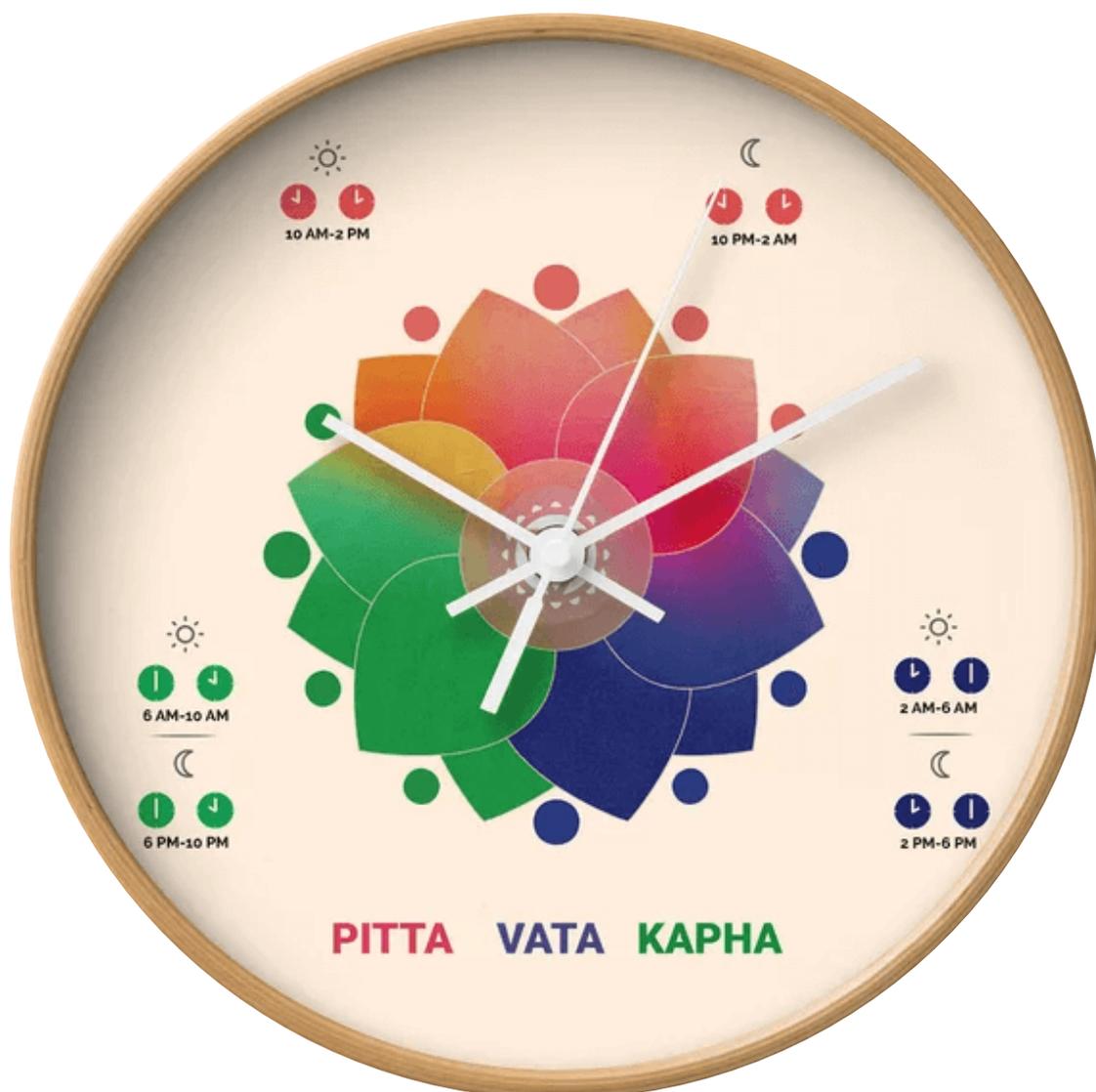
- Rotina diurna, noturna e sazonal;
- A importância do autocuidado na prevenção de doenças e manutenção da saúde;
- Os três pilares da saúde.

Horário: 8h às 18h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 09/10/2022

Docente: Dr^a Maria de Castro Lima Vargens



Módulo 07

Intervenções Terapêuticas Ayurvédicas - I

- Bastis externo
- Definição, preparação, indicação e contraindicação
- Óleos medicados

Horário: 17h às 20h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 28/10/2022

Docente: Esp. Regina Puja Kinzer



Módulo 08

Intervenções Terapêuticas Ayurvédicas I

Prática

Prática entre alunos dos bastis externos

Definição, preparação, benefícios, indicação e contraindicação.

- Kati basti - procedimento terapêutico na zona lombar;
- Griva basti - procedimento terapêutico na cervical;
- Janu basti - procedimento terapêutico joelho;
- Nabhi basti - procedimento terapêutico na zona umbilical;
- Hrud ou Uro basti - procedimento terapêutico na área cardíaca;
- Netra basti (zona dos olhos).

Horário: 8h às 18h.

Modalidade: Presencial.

Data: 29/10/2022

Docente: Esp. Regina Puja Kinzer



Módulo 09

Fisiopatologia Ayurvédica – I

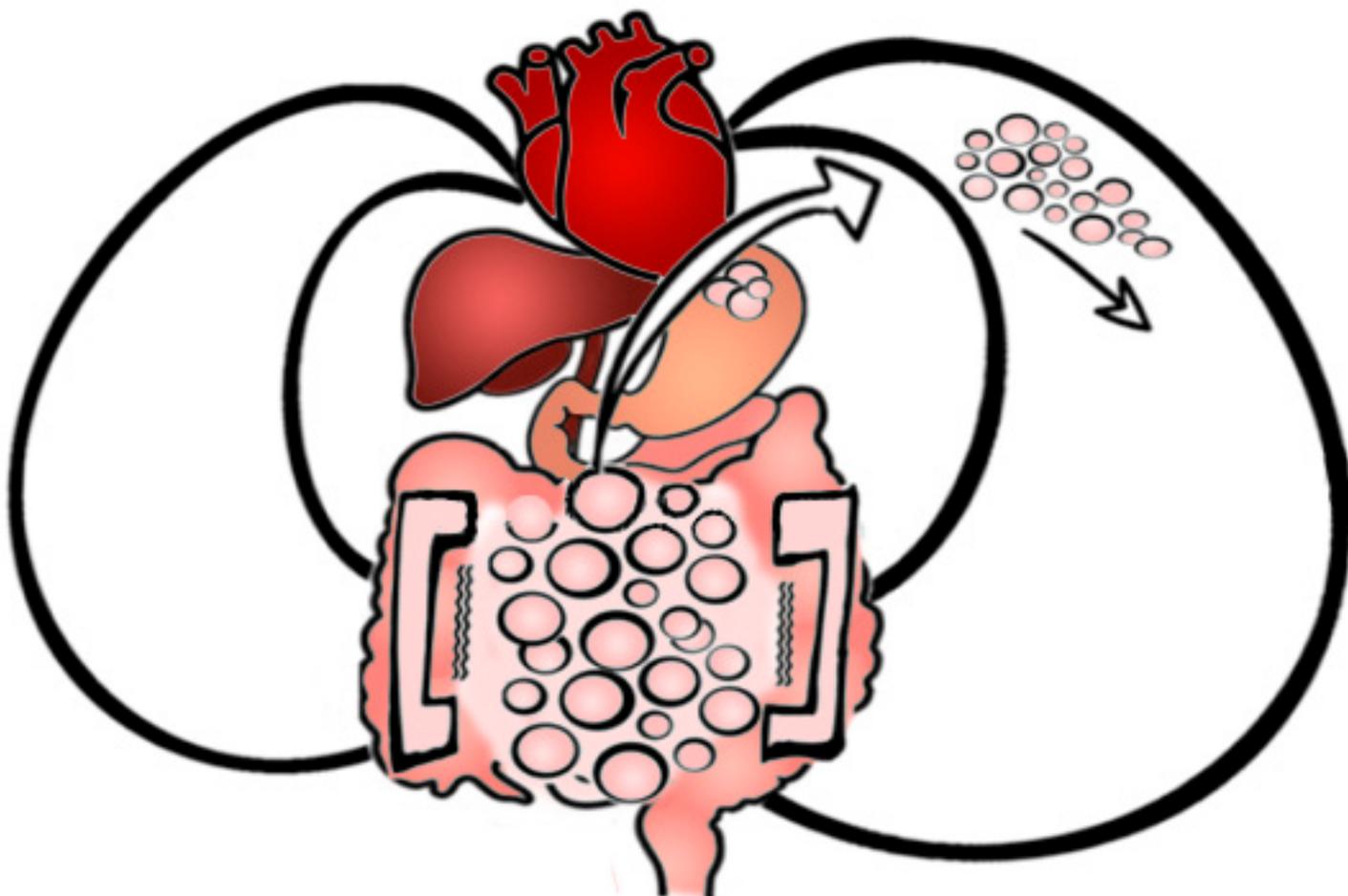
- A Formação da doença e o processo do adoecimento;
- Nidana: (causas das doenças);
- Samprati: Fisiopatologia (o processo do adoecimento);
- Estágio, classificação e prognóstico.

Horário: 8h às 13h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 05 e 06/11/2022

Docente: Dr^a Sonali Shinde



Módulo 10

Intervenções Terapêuticas Ayurvédicas -II

Pinda Sweda

- Pinda Sweda: procedimento terapêutico com saquinho de ervas medicinais, aplicado sobre o corpo inteiro ou áreas localizadas.

Definição, benefícios, preparação, procedimento passo a passo, pós- procedimento, indicação e contraindicação.

Horário: 16h às 20h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 05/11/2022

Docente: Esp. Regina Puja Kinzer





Intervenções Terapêuticas Ayurvédicas -II

Prática de Pinda Sweda

- Patra Pottali Sweda (Elakizhi) - procedimento terapêutico com ervas medicinais frescas;
- Churna Sweda (Podizihhi) - procedimento terapêutico com pós medicinais;
- Shastika Shali Sweda (Navarakizhi) – procedimento terapêutico com arroz e leite medicado);

Horário: 8h às 18h.

Modalidade: Presencial.

Data: 12/11/2022

Docente: Esp. Regina Puja Kinzer

Módulo 11

Shamana e Shodhana Chikitsa

- Shamana Chikitsa (pacificação);
- Shodana Chikitsa - Panchakarma (eliminação);
- Rasyana (tonificação).

Horário: 8h às 18h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 19/11/2022

Docente: Dr^a Sonali Shinde



Módulo 12

Introdução a Fitoterapia

- Introdução à Fitoterapia;
- Aplicação da Fitoterapia no Ayurveda;
- Introdução ao Dravyaguna;
- Os vinte gunas e suas ações nos doshas.

Horário: 17h às 20h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 02/12/2022

Docente: Dr. José Ruguê



Introdução ao Dravyaguna

- Dravyaguna e sua aplicação;
- Preparação de lepas (unguentos)
- Preparação de Deccotos (kashaya)
- Preparações de óleos medicados
- Uso de folhas, raízes e especiarias
- Plantas medicinais brasileiras e estudo comparativo com as plantas indianas.
- Massagem Udwartana – conceito, benefícios, indicação, contraindicação

Horário: 8h às 18h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 03/12/2022

Docente: Dr. José Ruguê e
Esp. Regina Puja Kinzer



Módulo 13

Constituição Psicológica da Mente

e sua dinâmica

- Conceito de Manas, Budhi e Ahamkara;
- Natureza mental de acordo com os 3 doshas do corpo e os gunas da mente;
- As funções da mente
- Disciplina da mente.

Horário: 8h às 12h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 04/12/2022

Docente: Dr^a Sonali Shinde



Módulo 14

Kayachikitsa – I

- Semiologia Ayurvédica
- Exame de desequilíbrio de: dosha, agni, dhatu, ojas, mala e srotas;
- Rogi Niidana - Anamnese do paciente
- Roga Nidana - Anamnese da doença

Horário: 8h às 13h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 21/01/2023

Docente: Dr^a Sonali Shinde e Esp. Regina Puja Kinzer

Prática de Semiologia Ayurvédica

- Prática entre alunos: habilidades em anamnese

Horário: 8h às 18h.

Modalidade: Presencial.

Data: 28/01/2023

Docente: Esp. Regina Puja Kinzer



Módulo 15

Shirodhara

(aplicação de líquido medicado na cabeça)

- Shirodhara: definição, tipos, equipamentos, benefícios, procedimento, preparação das substâncias, duração, cuidados após o procedimento, indicações, contraindicações.
- Prática entre alunos:
- Taila dhara: dhara com óleo
- Kshiradhara: com leite medicado
- Takradhara: com butter milk

Horário: 8h às 13h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 04/02/2023

Docente: Esp. Regina Puja Kinzer



Módulo 16

Kayachikitsa – II

Diagnóstico Ayurvédico

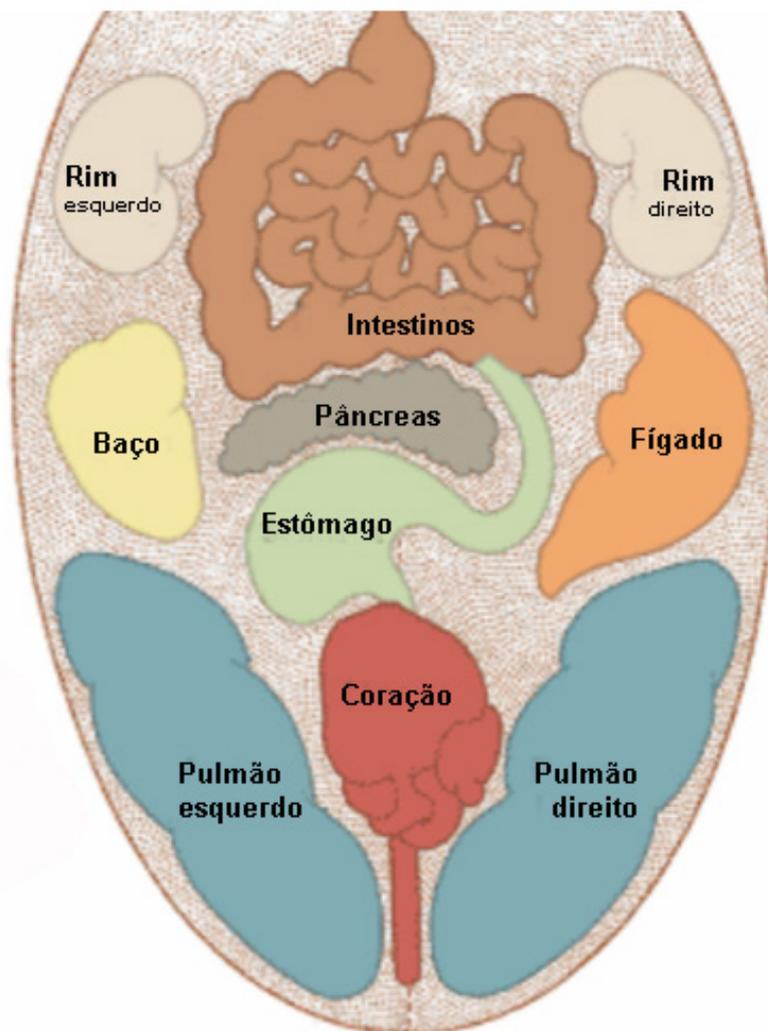
- Rogipariksha (diagnóstico do paciente)
- Rogapariksha (diagnóstico da doença)

Horário: 8h às 13h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 04/03/2023

Docente: Dr^a Sonali Shinde



Módulo 17

Protocolo de Atendimento

- Revisão de conteúdo e Protocolo de atendimento
- Encerramento

Horário: 8h às 18h.

Modalidade: Telepresencial.

Data: 11/03/2023

Docente: Dra Sonali Shinde e Esp. Regina Puja Kinzer

Módulo 18

Estágio com atendimento ao público

- Centro de Atendimento de Práticas Integrativas e Complementares da Bahiana (CEPICS)
- Campus Cabula e Brotas

Horário: 9h às 17h.

Modalidade: Presencial.

Data: 25/03/2023

Docente: Esp. Regina Puja Kinzer



Módulo 19

Estágio com atendimento ao público

- Centro de Atendimento de Práticas Integrativas e Complementares da Bahiana (CEPICS)
- Campus Cabula e Brotas

Horário: 9h às 17h.

Modalidade: Presencial.

Data: 01/04/2023

Docente: Esp. Regina Puja Kinzer

Módulo 20

Estágio com atendimento ao público

- Centro de Atendimento de Práticas Integrativas e Complementares da Bahiana (CEPICS)
- Campus Cabula e Brotas

Horário: 9h às 17h.

Modalidade: Presencial.

Data: 29/04/2023

Docente: Esp. Regina Puja Kinzer



Equipe Docente

Esp. Regina Oriane Ferreira Kinzer

Graduada em Fisioterapia (EBMSP), pós-graduada em Osteopatia Craniosacral pelo Craniosacral Balancing Institute - Alemanha e especialista em Terapia Craniosacral Biodinâmico pelo Karuna Institute - Inglaterra. Mestre de Reiki pela The Reiki Alliance. Formação de Terapeuta em Ayurveda pela School of Ayurveda & Panchakarma de Kerala e Formação de Terapeuta em Ayurveda no sistema Gurukula, com o Dr. Sandeep Shirvalkar e Dr. Mukund Shastri (2001 a 2006). É especialista em Terapias Ayurvédicas com aperfeiçoamento em Saúde da Mulher com Dra Swati Mohite e Nutrição Ayurvédica com Dra. Sonali Shinde.



Coordena curso de Formação de Terapeuta em Ayurveda e Saúde da Mulher na Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública. Fundadora da Ayurveda Bahia (2011) e Presidente da ABAY (Associação Bahiana de Ayurveda).

Dra. Sonali Shinde

Graduada em Medicina Ayurveda (B.A.M.S) e pós-graduada em Panchakarma pela Universidade de Pune, Índia. Especialista em Saúde da Mulher, cuidados Infantis e nutrição ayurvédica.



Ao longo dos seus 23 anos de prática clínica na Kerala Chikitsalayam em Pune, desenvolveu um estilo próprio, onde o yoga também faz parte de sua consultoria. Atualmente coordena um centro de Panchakarma na zona rural de Saswad, o Arogyabhumi Center, que recebe anualmente estudantes de Ayurveda para o Programa Gurukulam e uma ONG de Bacia Hidráulica que beneficia vários vilarejos na distribuição de água potável.

Viaja ao Brasil desde 2013 para cursos, workshops e consultoria ayurvédica. É parceira do Ayurveda Bahia desde 2014 e desde 2020 é docente do Curso de Formação de Terapeuta Ayurveda, promovido pela Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública em parceria com a Ayurveda Bahia.

Dr. José Ruguê Ribeiro Junior

Médico, especialista em terapia intensiva, diretor clínico do hospital Genoveva de Uberlândia por vários anos, Acharya da Suddha Dharma, professor de Ayurveda e diretor da Escola Brahma Vidyalaya. Foi um dos precursores do Ayurveda na América do Sul é Presidente do World Movement for Yoga and



Ayurveda, membro do comitê de ayurveda do Consórcio Acadêmico Brasileiro de Saúde Integrativa e coordenador do curso de pós-graduação em ayurveda em SP. Desde 2022 é docente do Curso de Formação de Terapeuta Ayurveda, promovido pela Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública em parceria com a Ayurveda Bahia.

Dra. Maria de Castro Lima Vargens

Graduada em Medicina (UFBA), especializada em Cirurgia Geral e pós-graduada em Nutrologia. Formação em Ayurveda pela Clínica de Ayurveda no Rio de Janeiro e curso de Formação em Shivam Yoga, no Shivam Yoga Ashram em Ouro Preto. É especialista em Panchakarma pela PVA Ayurvedic Multy Speciality Nursing Home em



Kerala na Índia, tendo sido certificada com distinção em BSS Ayurveda, pela Agência de Desenvolvimento Nacional do Governo Indiano. Atualmente trabalha na UTI Geral do Hospital Regional da Chapada em Seabra. Atende como Nutróloga e Terapeuta Ayurveda em clínica particular. Desde 2020 é docente do Curso de Formação de Terapeuta Ayurveda, promovido pela Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública em parceria com a Ayurveda Bahia.

Dr^a Lecimary Lessa

Graduada em Medicina (UFBA) e Residência Médica em Ginecologia e Obstetrícia pelo Instituto de Perinatologia. Aperfeiçoamento em Psicossomática e Psicotrauma pelo Instituto Junguiano da Bahia, IJBA. Possui título de Especialização em Ginecologia e Obstetrícia e especialização



em CAPACITAÇÃO EM PRECEPTORIA MÉDICA PROADS-SP Atualmente é Professora Auxiliar do Departamento de Ginecologia, Obstétrica e Reprodução Humana da Faculdade de Medicina da Bahia-UFBA, professora da UNIFTC-SSA e Preceptora da Residência da Maternidade Referência Professor José Maria Magalhães Netto (MRPJMMN). Trabalha como médica pré-natalista em ambulatório de alto risco na MRPJMMN, médica plantonista e preceptora na Maternidade Climério de Oliveira pela EBSE RH. Desde 2021 é docente do Curso de Formação de Terapeuta Ayurveda, promovido pela Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública em parceria com a Ayurveda Bahia.

Dr. Shishir Prasad

Graduado em medicina ayurvédica (M.S), pós-graduado em cirurgia, é professor adjunto do departamento de Shalya Tantra na universidade de Dehrandur, onde ensina há 7 anos e possui mais de onze anos de experiência clínica e conhecimentos no campo da cirurgia e anestesia. Já apresentou vários trabalhos em conferências internacionais e viaja muito para promover e propagar o ayurveda. Atualmente é Presidente do NASYA -Uttarakhand e membro executivo do AAIM, assim como, membro da Expert Group on Marma Therapy – CCRAS, Índia. Desde 2022 é docente do Curso de Formação de Terapeuta Ayurveda, promovido pela Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública em parceria com a Ayurveda Bahia.

