

## CURSO BÁSICO DE FORMAÇÃO EM TERAPEUTA AYURVEDA

MODALIDADE: *TELEPRESENCIAL e PRESENCIAL*

| MÓDULO | TÍTULO DO MÓDULO                | ASSUNTOS / OBJETIVOS DO MÓDULO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | MODALIDADE     | CARGA HORÁRIA | HORÁRIO   | DATAS      | DOCENTE                                                 |
|--------|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------|-----------|------------|---------------------------------------------------------|
| I      | Fundamentos do Ayurveda         | A História do Ayurveda; Panorama atual no mundo e no sistema de saúde brasileiro;<br><br>Bases filosóficas, Samkhya;<br><br>Princípios básicos da visão ayurvédica;<br><br>Astanga Ayurveda (os oito ramos do ayurveda);<br><br>Panchamahabhutas – os cinco elementos;<br><br>As três Gunas (sattva, rajas e tamas);<br><br>Doshas: elementos, qualidades, funções e locais;<br>Nesse módulo, será abordado os princípios básicos do Ayurveda. | Telepresencial | 8 horas       | 8h às 17h | 11/02/2023 | Dra. Maria de Castro LimaVargens                        |
|        | Pontos marma da cabeça e facial | Introdução aos Pontos Marma;<br><br>Pontos Marma da face e cabeça;<br><br>Anatomia Facial e da Cabeça. Faremos uma introdução básica dos Pontos Marma e seu uso terapêutico.                                                                                                                                                                                                                                                                   |                | 5 horas       | 8h às 13h | 12/02/2023 | Dr. Vaidya Shishir Prasad<br><br>Esp. ReginaPuja Kinzer |

# CURSO DE EXTENSÃO BAHIANA

## PROGRAMAÇÃO / EMENTA DETALHADA



**BAHIANA**  
ESCOLA DE MEDICINA E SAÚDE PÚBLICA

PRÓ-REITORIA DE  
EXTENSÃO

|     |                              |                                                                                                                                                                                                                |                |         |           |            |                                               |
|-----|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------|-----------|------------|-----------------------------------------------|
| II  | Fisiologia Ayurvédica-I      | Teoria Tridosha;<br>Subdoshas – os cinco tipos de Vata,Pitta e Kapha e suas funções.                                                                                                                           | Telepresencial | 8 horas | 8h às 17h | 04/03/2023 | Dra. Maria de Castro Lima Vargens             |
|     |                              | Deha Prakriti (biotipo psicoemocional);<br>Vikriti (desequilíbrio atual).<br>Abordaremos a Teoria Tridosha e sua utilização prática.                                                                           |                | 4 horas | 8h às 12h | 05/03/2023 |                                               |
| III | Intervenções Ayurvédicas - I | Shiroabhyanga (massagem na cabeça);<br>Mukhabhyanga (massagem facial);<br>Karnapurana (procedimento no ouvido).<br><br>Aula prática com objetivo de ensinar aos alunos o uso terapêutico.                      | Presencial     | 8 horas | 8h às 17h | 25/03/2023 | Esp. Regina Puja Kinzer                       |
| IV  | Fisiologia Ayurvédica – II   | Dhatus – os setes estudos dos tecidos corporais. Tipos e funções. Estados de deficiência e excesso;<br><br>Dhatu Sarata (quantidade, qualidade e funções);<br>Agni (metabolismo);<br>Ama (produtos residuais). | Telepresencial | 8 horas | 8h às 17h | 01/04/2023 | Dra. Sonali Shinde<br>Esp. Regina Puja Kinzer |

|    |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                |         |           |            |                         |
|----|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------|-----------|------------|-------------------------|
|    | Fisiologia Ayurvédica – II     | Srotas (estudo do fluxo das substâncias pelos canais do corpo).<br>Definição, tipos, funções e causas de agravamento.<br><br>Introdução à fisiologia ayurvédica e suas especificidades.                                                                                                                                                                                | Telepresencial | 4 horas | 8h às 12h | 02/04/2023 | Dra. Sonali Shinde      |
| V  | Intervenções ayurvédicas - II  | Abhyanga – definição, benefícios, indicação, contraindicação e prática;<br><br>Autoabhyanga;<br><br>Abhyanga para gestantes e puerpério. Nesse módulo teórico e prático, será apresentado a sequência básica da massagem abhyanga para o autocuidado, massagens em gestantes e o passo a passo da massagem completa com 2 terapeutas (massagem a quatro mãos).         | Presencial     | 8 horas | 8h às 17h | 29/04/2023 | Esp. Regina Puja Kinzer |
| VI | Saúde da Mulher no Ayurveda -I | Conceito de saúde da mulher no Ayurveda;<br><br>Anatomia e fisiologia da mulher;<br>Fases de vida da mulher: infância, puberdade, maturidade e velhice;<br>Fases biológicas da mulher: da menarca à menopausa;<br>Fases do ciclo menstrual: relação endócrina e hormônios envolvidos;<br>Ciclo menstrual e Dosha;<br>Ciclo menstrual como indicador da saúde feminina. | Telepresencial | 8 horas | 8h às 17h | 05/05/2023 | Dra. Licemary Lessa     |

|     |                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                |         |           |            |                    |
|-----|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------|-----------|------------|--------------------|
|     |                      | <p>Yoga para um fluxo menstrual saudável;<br/>Pranayama para o equilíbrio mental;<br/>Diretrizes para um fluxo saudável e suporte fitoterápico;<br/>Cuidados diários e sazonais na saúde da mulher;<br/>Pichu vaginal: vaporização do útero com ervas medicinais;<br/>Ahara – alimentação como coadjuvante no equilíbrio do ciclo menstrual e na menopausa;<br/>Como equilibrar o ciclo menstrual e o dosha agravado: vata, pitta e kapha.</p> <p>Serão abordados os conceitos básicos da Saúde da Mulher na visão do ayurveda, desde a menarca a menopausa, com práticas ancestrais e procedimentos terapêuticos, que auxiliam de forma profilática e curativas nos distúrbios que afetam a mulher ao longo de sua vida.</p> | Presencial     | 8 horas | 8h às 17h | 06/05/2023 |                    |
| VII | Culinária Ayurvédica | <p>As oito regras na dietética ayurvédica;<br/>O conceito dos vinte gunas e seu uso na alimentação;<br/>Conceito de Rasa, Vipaka, Virya e Prabava;<br/>O efeito dos sabores nos doshas;<br/>Incompatibilidade de alimentos;<br/>Dieta Langhana.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Telepresencial | 8 horas | 8h às 17h | 19/05/2023 | Dra. Sonali Shinde |



|      |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                |         |           |            |                         |
|------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------|-----------|------------|-------------------------|
|      | Conceitos da dietética ayurvédica                                          | As especiarias e seus efeito terapêuticos;<br>Preparos de masalas ativata, pitta ekapha;<br>Dipana e Pachana;<br>Preparações de Ghee. Kichari, roti efulka;<br>Preparo de almoço;<br>Doces saudáveis.<br>Nesse módulo será abordado as bases da nutrição e dietética ayurvédica e conceitos sobre as especiarias e seus valores terapêuticos. Inclui aula prática com preparações especiais e almoço com sobremesa. | Presencial     | 8 horas | 8h às 17h | 20/05/2022 |                         |
| VIII | Fisiopatologia Ayurvédica - I                                              | A Formação da doença e o processo do adoecimento;<br>Nidana (causas das doenças);<br>Samprati: Fisiopatologia (o processo do adoecimento);<br>Estágio, classificação e prognóstico.                                                                                                                                                                                                                                 | Telepresencial | 4 horas | 8h às 12h | 02/06/2023 | Dra. Sonali Shinde      |
| VIX  | Intervenções Terapêuticas Ayurvédicas – I<br><br>Prática de Bastisexternos | Definição, preparação, benefícios, indicação e contra-indicação;<br>Preparo de óleo medicado;<br>Kati basti – procedimento terapêutico na zona lombar;<br>Griva basti – procedimento.                                                                                                                                                                                                                               | Presencial     | 8 horas | 8h às 17h | 03/06/2023 | Esp. Regina Puja Kinzer |

|    |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                            |                |         |            |            |                                            |
|----|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------|------------|------------|--------------------------------------------|
|    |                                         | Terapêutico na zona cervical;<br>Janu basti – procedimento terapêutico no joelho;<br>Nabhi basti – procedimento terapêutico na zona umbilical;<br>Hrud ou Uro basti – procedimento terapêutico na área cardíaca;<br>Netra basti (procedimentos nos olhos). |                |         |            |            |                                            |
| X  | Dinacharya<br>Ratricharya<br>Rutucharya | Rotina diurna, noturna e sazonal;<br>A importância do autocuidado na prevenção de doenças e manutenção da saúde;<br>Os três pilares da saúde.                                                                                                              | Telepresencial | 8 horas | 8h às 17h  | 17/06/2023 | Dra. M <sup>a</sup> de Castro Lima Vargens |
| XI | Shamana e Shodhana<br>Chikitsa          | Shamana Chikitsa (pacificação);<br>Shodana Chikitsa –<br>Panchakarma (eliminação);<br>Rasyana (tonificação).                                                                                                                                               | Telepresencial | 5 horas | 08h às 17h | 07/07/2023 | Dr <sup>a</sup> Sonali Shinde              |

|      |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                           |         |            |                         |                                               |
|------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------|------------|-------------------------|-----------------------------------------------|
| XII  | Intervenções Terapêuticas Ayurvédicas - I<br><br>Udwartana e Garshana | Massagem Udwartana e Garshana: definição, tipos, indicação, benefícios, preparo, contraindicação.<br><br>Prática entre alunos: Massagem Udwartana e Garshana.                                                                                                                                                                                                                                   | Presencial                                                | 8 horas | 08h às 17h | 08/07/2023              | Esp. Regina Puja Kinzer                       |
| XIII | Constituição Psicológica da Mente sua Dinâmica                        | Conceito de Manas, Budhi, Ahamkara; Natureza mental de acordo com os três doshas do corpo e os gunas da mente; As funções da mente; Disciplina da mente.<br><b>Shirodhara:</b> definição, tipos, equipamentos, benefícios, procedimento, preparação das substâncias, duração, cuidados após o procedimento, indicações e contraindicações.                                                      | Telepresencial                                            | 8 horas | 8h às 17h  | 05/08/2023              | Dra. Sonali Shinde<br>Esp. Regina Puja Kinzer |
|      | Shirodhara                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Presencial                                                | 8 horas | 8h às 17h  | 12/08/2023              | Esp. Regina Puja Kinzer                       |
| XIV  | Kayachikitsa – I                                                      | Semiologia Ayurvédica; Exame de desequilíbrio de: dosha, agni, dhatu, ojas, mala e srotas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Telepresencial (8h às 12h)<br>Presencial (13h30 às 17h30) | 8 horas | 8h às 17h  | 26/08/2023              | Drª Sonali Shinde<br>Esp. Regina Puja Kinzer  |
| XV   | Fitoterapia Ayurvédica Dravyaguna                                     | Introdução à Fitoterapia Ayurvédica; Aplicação da Fitoterapia no Ayurveda; Introdução ao Dravyaguna; Os vinte gunas e suas ações nos doshas. Dravyaguna e sua aplicação; Preparações de lepas (unguentos); Preparações de deccotos (kashaya); Preparações de óleos medicados; Uso de folhas, raízes e especiarias; Plantas medicinais brasileiras e estudo comparativo com as plantas indianas. | Telepresencial                                            | 8 horas | 8h às 17h  | 01/09/2023 e 02/09/2023 | Dr. José Ruguê                                |



|       |                                              |                                                                                     |                |         |           |            |                                               |
|-------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------|-----------|------------|-----------------------------------------------|
| XVI   | Kayachikitisa – I<br>Diagnóstico Ayurvédico  | Rogi Nidana (anamnese do paciente).                                                 | Telepresencial | 5 horas | 8h às 13h | 23/09/2023 | Dra. Sonali Shinde                            |
|       |                                              | Roga Nidana (anamnese da doença).                                                   |                | 5 horas | 8h às 13h | 07/10/2023 |                                               |
| XVII  | Kayachikitisa - II<br>Diagnóstico Ayurvédico | Rogipariksha (diagnostico do paciente);<br>Rogapariksha (diagnóstico da doença).    | Presencial     | 8 horas | 8h às 17h | 28/10/2023 | Dra. Sonali Shinde Esp.<br>Regina Puja Kinzer |
| XVIII | Kayachikitsa II Prática                      | Prática de Diagnóstico Ayurvédico                                                   |                | 8 horas | 9h às 17h | 04/11/2023 | Dra. Sonali Shinde Esp.<br>Regina Puja Kinzer |
| XIX   | Estágio com atendimento ao público           | Centro de Atendimento de Práticas Integrativas e Complementares da Bahiana(CEPICS). |                | 8 horas | 9h às 17h | 11/11/2023 | Dra. Sonali Shinde Esp.<br>Regina Puja Kinzer |
| XX    |                                              | Centro de Atendimento de Práticas Integrativas e Complementares da Bahiana(CEPICS); |                | 8 horas | 9h às 17h | 25/11/2023 | Esp. Regina Puja Kinzer e Equipe              |
| XXI   | Prática entre alunos                         | Revisões e Práticas entre alunos.<br>Finalização do curso.                          |                | 8 horas | 8h às 17h | 09/12/2023 | Esp. Regina Puja Kinzer e Equipe              |

## CORPO DOCENTE

| COORDENAÇÃO                               | CURRÍCULO RESUMIDO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Esp. Regina Oriane Ferreira Kinzer</b> | <p>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 &amp; 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.</p> <p>Coordenadora do Método Kusum Modak – Terapia Yoga Massagem Ayurvédica na EBMSP e professora do método desde 2003. Coordena o 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.</p> |

| MINISTRANTES              | CURRÍCULO RESUMIDO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Dra. Sonali Shinde</b> | <p>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.</p> <p>Ao longo dos seus 23 anos de prática clínica na Kerala Chikitsalayam em Pune, desenvolveu um estilo próprio, no qual o yoga também faz parte de sua consultoria. Atualmente coordena um centro de Panchakarma na zona rural de Saswad, 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.</p> <p>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.</p> |

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Dr. José Ruguê Ribeiro Júnior</b>     | 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.                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Dra. Maria de Castro Lima Vargens</b> | Graduada em Medicina (UFBA), especializada em Cirurgia Geral e pós-graduada em Nutrologia. Tem formação em Ayurveda, pela Clínica de Ayurveda do Rio de Janeiro e tem curso de Formação em Shivam Yoga, no Shivam Yoga Ashram, em Ouro Preto-MG. 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.                                                                                                                                                       |
| <b>Dra. Licemary Lessa</b>               | 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 EBSEH. 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. |
| <b>Dr. Shishir Prasad</b>                | Graduado em Medicina Ayurvédica (M.S), pós-graduado em Cirurgia, é professor adjunto do Departamento de Shalya Tantra da 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.                                                                                                                                                                                                                                 |