

Formação de Terapeuta em Ayurveda – Turma 1



Extensão
BAHIANA
ESCOLA DE MEDICINA E SAÚDE PÚBLICA

Programa do Curso

MÓDULO	CARGA HORÁRIA	TEMÁTICAS DESENVOLVIDAS	DATA	DOCENTE
I A História do Ayurveda e Introdução ao Ayurveda	16 horas	Asthanga Ayurveda, Os Elementos Primordiais - Panchamahabhutas, Conceito de Dosha, Teoria Tridosha, Os Doshas e suas Funções. Os Princípios Básicos do Ayurveda. Anatomia da Cabeça e Face. Conceito, definição, indicação e contraindicação da massagem na face (Mukhabhyanga). Conceito, definição, indicação e contraindicação de Karna Purana (tratamento localizado no ouvido). Os Pontos Marma. Prática: Mukhabhyanga (massagem facial) e Karnapurana (tratamento localizado no ouvido).	07 e 08/03/2020	Maria Vargens Regina Kinzer
II Fisiologia Ayurvédica e Prakruti	16 horas	Fisiologia Ayurvédica: Os Sapta Dhatus (tecido corporal), Os 3 Malas (produtos residuais), Srotas (sistemas de canais corporais), Agni(o fogo digestivo). Introdução da Anatomia Básica do Corpo Humano, Conceito de Deha Prakruti, Vikruti. Questionário do Biotipo (Avaliação da tipologia constitucional). Conceito, definição, indicação e contraindicação da massagem Abhyanga (oleação corporal). Prática: Massagem Abhyanga com 1 e 2 terapeutas (abhyanga a 4 mãos).	14 e 15/03/2020	Maria Vargens Regina Kinzer
III Constituição Psicológica da Mente e Fisiopatologia Ayurvédica	16 horas	Subdoshas (as cinco formas de Vata, Pitta e Kapha). O Conceito de Gunas (atributos essenciais no ayurveda), Trigunas. Constituição Psicológica da Mente e sua Dinâmica. Prana, Tejas e Ojas. Conceito de Ama. Fisiopatologia Ayurvédica. A Formação da doença e o processo da doença. Conceito, definição, indicação e contraindicação do Shirodhara, Shiroabhyanga e Shiropichu, (tratamentos localizados na cabeça). Prática: Shirodhara, Shiroabhyanga e Shiropichu.	04 e 05/04/2020	Sonali Shinde Regina Kinzer
IV Anamnese & Diagnóstico Ayurvédico	16 horas	Anamnese da doença (Roga Nidan), Anamnese do paciente (Rogi Nidan), Diagnóstico do paciente (Rogipariksha): Trividh Pariksha, Ashtavidha Pariskha, Dashavidha Pariksha. Diagnóstico da doença (Rogapariksha). Prática: Anamnese e Pulsologia.	25 e 26/04/2020	Sonali Shinde Regina Kinzer

V Dravyaguna (Fitoterapia Ayurvédica)	16 horas	Conceito, definição, indicação e contraindicação de plantas medicinais e modo de preparo de remédios caseiros ayurvédicos. Prática: Lepas, emplasto de ervas, óleos medicados.	02 e 03/05/2020	Sonali Shinde Regina Kinzer
VI Saúde da Mulher & Ayurveda	16 horas	Aplicação dos conceitos Ayurvédicos na Saúde da Mulher A Importância do equilíbrio dos doshas no equilíbrio hormonal. O Ciclo Menstrual sob a visão ayurvédica Fertilidade e Ayurveda. Sinais de saúde no sistema reprodutor feminino. Manejo da TPM, Menopausa e seus sintomas. Yoga para a saúde pélvica. Cuidados cotidianos preventivos do câncer de mama e uterino. Prática: Ásanas para o solo pélvico, Massagem mamária, Pranayama.	16 e 17/05/2020	Sonali Shinde Regina Kinzer
VII Métodos de Tratamentos do Ayurveda	16 horas	Shamana Chikitsa, Shodana Chikitsa – Panchakarma, Rasayana Chikitsa Langhana (redução): Pacificação (shamana) e Eliminação (shodana). Brimhana (tonificação). Conceito, definição, indicação e contraindicação de Purvakarma e Panchakarma. Intervenções terapêuticas localizadas para a cervical, lombar, joelhos, abdômen, tórax e zona ocular. Definição, preparo, indicação e contra- indicação: Greeva basti, Kati basti, Janu basti, Nabhi basti, Hrud basti, Netra basti. Prática: Tratamentos localizados ayurvédicos: Greeva basti, Kati basti, Janu basti, Nabhi basti, Hrud basti, Netra Tarpana. Preparo de óleo medicado e emplastos medicinais.	13 e 14/06/2020	Maria Vargens Regina Kinzer
VIII Intervenções Ayurvédicas – Patra Pottali	16 horas	Conceito, definição, indicação e contraindicação da Pinda Swedana. Preparação de Patra Potali: Podikizhi (massagem localizada com a pinda de pó medicinal), Elakizhi (massagem com a pinda de ervas medicinais). Shali Shashti Pinda Swed: Navarakizhi (massagem com a pinda de arroz e leite medicado). Prática: Preparação da Elakizhi, Podikizhi e Navarakzhi. Massagem com as pindas.	04 e 05/07/2020	Regina Kinzer
IX Dinacharya & Ritucharya	16 horas	Conceito de Rotina diária ayurvédica (Dinacharya), Sazonal (Ritucharya). Períodos energéticos do dia. Execução do Dinacharya e Ritucharya. Purushartas (objetivo da vida), conduta social, conduta individual. Prática: Auto abhyanga, Ganducha, Pranayana, Padabhyanga, Nasya e Yoga para uma vida saudável.	25 e 26/07/2020	Maria Vargens
X Culinária e Nutrição Ayurvédica	16 horas	Conceito de Rasa, Vipaka e Veerya. As especiarias e seus efeitos nos doshas. Orientação alimentar para os biótipos. Dieta anti Vata, Pitta e Kapha. Receitas caseiras para aumentar a capacidade digestiva. Dipana e Pachana. Prática: Uso das especiarias na alimentação, preparo de massalas, preparo de Ghee. Dipana e Pachana. Trikatu. Kitchari , Manda e Peya.	08 e 09/08/2020	Maria Vargens Regina Kinzer
XI Manejo de Vata, Pitta e Kaph	16 horas	Como equilibrar os distúrbios de Vata, Pitta e Kapha dosha. Preparação de pós medicinais e pastas medicinais. Conceito, definição, indicação e contraindicação da Massagem Udwartana e Garshana. Prática: Preparo de Lepa, Garshana e Udwartana.	29 e 30/08/2020	Luiza Oliveira Regina Kinzer

XII Prática Supervisionada	16 horas	Protocolo de atendimento e sessão completa. Prática supervisionada entre os alunos.	12 e 13/09/2020	Luiza Oliveira Regina Kinzer
XIII Avaliação	16 horas	Apresentação de estudo de casos e avaliação.	03 e 04/10/2020	Luiza Oliveira Regina Kinzer

Equipe Docente

DOCENTE	RESUMO DO CURRÍCULO
Maria Vargens	Graduada em Medicina pela UFBA, com especialização em Nutrologia e Cirurgia Geral. Formação em Shivam Yoga e instrutora de Yoga, Terapeuta de Ayurveda com especialização em Panchakarma e Terapias Manuais Ayurvédicas na Índia. Atua com nutróloga e Terapeuta de Ayurveda na Unidade de Saúde em Palmeira.
Regina (Puja) Kinzer	Fisioterapeuta, graduada pela Escola Bahiana de Medicina, com capacitação em terapias manuais, pós-graduada em Osteopatia craniosacral e especialização em Terapia Craniosacral Biodinâmico. Formação Básica e Avançada de Ayurveda na Índia e em Herbologia. Terapeuta de Yoga Massagem Ayurvédica, treinada pela Mestre Kusum Modak há 2 décadas, Terapeuta de Ayurveda com mais de 15 anos de prática. Presidente da Associação Bahiana de Ayurveda (ABAY), e Coordenadora do Ayurveda Bahia.
Acharya Sonali Shinde	Médica Ayurvédica (B.A.M.S), pela Universidade de Pune, especializada em Panchakarma e Nutrição Ayurvédica, com mais de 20 anos de experiência clínica, especialista em Saúde da Mulher e cuidados infantis. Instrutora de Yoga pelo Yoga Iyengar Institute e Formada em Yoga Massagem Ayurvédica, pela mestra Kusum Modak. Coordena o Arogyabhumi center um espaço dedicado ao estudo do Ayurveda e de plantas medicinais. Coordenadora de ensino da ABAY.
Luíza Lacerda	Psicóloga com especialização em Saúde Mental e Gestão Clínica do SUS. Psicodramatista nível I e II, Terapeuta de Ayurveda com capacitação em Terapias Manuais e Marmaterapia. Formação em Saúde da Mulher e Nutrição Ayurvédica com Dra Sonali Shinde. Coordenadora de Cursos na ASBAP. Membro Fundador da ABAY.