



Escuela de Āyurveda Tradicional
XII Promoción
Curso de Alimentación Ayurveda
2021

OBJETIVO

Objetivos: adquirir los fundamentos del Āyurveda tradicional y aprender a aplicarlos en el ámbito de la Alimentación, tanto en personas sanas como en personas afectadas por algún problema ya diagnosticado. Con este programa se pretende formar a terapeutas en Āyurveda Tradicional para que comiencen a realizar sus terapias de forma integral. El objetivo a conseguir es que los terapeutas en Āyurveda puedan ayudar al paciente mediante el cambio en la dieta y rutinas diarias.

Público: este curso está dirigido a cualquier persona mayor de edad con inquietud por la medicina Āyurveda.

Duración: 146 horas distribuidas de la siguiente manera:

- 96 h. lectivas en 6 seminarios presenciales de fin de semana.
- 50 h. de estudio y trabajo personal.

Plazas: Por motivos de Cov19 el aforo total se reduce a 12 plazas. Éstas se asignarán por riguroso orden de reserva de plaza

PROGRAMA DE ESTUDIOS

Módulo 1

BASES DEL ĀYURVEDA I

23 y 24 de Enero de 2021

INTRODUCCIÓN AL ĀYURVEDA

Principios Básicos.

Creación del Universo: Macrocosmos y Microcosmos

ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA ĀYURVEDA

Panchamahabhootas. Los 5 elementos

- Éter (Aakasha)
- Aire (Vayu)
- Fuego (Teja)
- Tierra (Pruithvi)
- Agua (Aaps)

Propiedades y funciones de los 5 elementos

Los Doshas . Humores corporales

- Vata
- Pitta

- Kapha

Propiedades, Ubicación, Funciones, Signos de aumento y disminución

Los Subdoshas:

- Prana, Udana, Apana, Samana y Vyana.
- Pachaka, Ranjaka, Brhajaka, Shadaka y Alochaka.
- Bodhaka, Kledaka, Tarpaka, Avalambaka y Shleshaka

Propiedades, Ubicación, Funciones, Signos de aumento y disminución

Los Siete Dhatus (Tejidos Corporales)

- Rasa (Linf).
- Rakta (Sangre).
- Mamsa (Músculos).
- Meda (Grasa).
- Ashti (Huesos).
- Majja (Médula osea).
- Shukra (Reproducción)

Propiedades, funciones y signos de aumento/disminución

Los Tres Malas (Productos de desecho)

- Mala (Heces).
- Mutra (Orina).
- Sweda (Sudor).

Propiedades, funciones y signos de aumento/disminución de los Malas.

Módulo 2

BASES DEL ĀYURVEDA II

20 y 21 de Febrero de 2020

Srotasas (Canales Corporales)

Sistema de ingreso de nutrientes en el cuerpo:

Pranavaha srotas, Annavaha srotas, Ambhuvada srotas.

Sistemas que nutren los tejidos:

- Rasavaha srotas.
- Raktavaha srotas.
- Mamsavaha srotas.
- Madavaha srotas.
- Asthivaha srotas.
- Shukravaha srotas.

Sistemas de eliminación de desechos:

- Svedavaha srotas.
- Purushavaha srotas.
- Mutravaha srotas.

Sistemas exclusivos femeninos:

- Stanyavaha srotas.
- Arthavavaha srotas

Sistema Mental:

- Manovaha srotas.

Ubicación, funciones y fisiología de los diferentes sistemas.

Concepto de Agni (Energía de conversión / Sistema enzimático)

- Tipos de Agni
- Funciones de Agni
- Fisiología de Agni

Concepto de Aama (Material alimenticio semi-digerido)

- Relación entre Agni y Aama
- Signos de la presencia de Aama
- Tratamiento de Aama

Concepto de “Oja” (Esencia de todos los tejidos corporales / metabolismo):

Ubicación, funciones, signos de aumento/disminución, factores responsables del aumento/disminución

Concepto de “Prakruti” (Constitución):

Diferentes tipos de constitución; características anatómicas, fisiológicas y mentales de las diferentes constituciones.

Módulo 3

ALIMENTACIÓN ĀYURVEDA TRADICIONAL I

20 y 21 de Marzo de 2021

Introducción a la alimentación

- Concepto de Rasa, Guna, Veerya, Vipak, Pravaha
- Los alimentos y la mente.
- Alimentos incompatibles.

Análisis detallado de los alimentos:

- Especias
- Frutas
- Verduras
- Cereales

Módulo 4

ALIMENTACIÓN ĀYURVEDA TRADICIONAL II

24 y 25 de Abril de 2021

Lácteos

Carne

Pescado

Alimentos con acción desintoxicante

Módulo 5

ALIMENTACIÓN AYURVEDA III

8 y 9 de Mayo de 2021

Alimentación según la constitución corporal y la estación del año.

Enfermedades y su tratamiento a través de la alimentación.

Alimentación durante la gestación.

Alimentación post-parto.

Alimentación para infantes.

Módulo 6

ĀYURVEDA TRADICIONAL Y ALOPATÍA. DIAGNÓSTICO

5 y 6 de Junio de 2021

Correlación entre la Medicina Ayurveda y la Medicina Alopática.

Métodos de diagnóstico básicos en ayurveda

- Naadi Pariksa: Análisis del pulso.
- Mootra Pariksa: Análisis de la orina.
- Mala Pariksa: Análisis de las heces.
- Shabda Pariksha: Análisis de la voz.
- Jihwa pariksa: Análisis de la lengua.
- Sparsha Pariksa: Análisis de la piel.
- Netra o Drik Pariksa: Análisis de los ojos.

HORARIOS

Sábado y Domingo

De 10:00 a 14:00 y de 15:30 a 19:00 horas

PROFESORADO

Anabel Calvente



Terapeuta holística con 10 años de experiencia trabajando con diferentes técnicas naturales. Estas técnicas hacen incapié tanto el aspecto físico, como el emocional-mental-espiritual y se utilizan tanto técnicas manuales, como acompañamiento emocional, aspectos de aromaterapia y fitoterapia, terapias sonoras y energéticas. Cursó su formación en ayurveda en el Ayurvedic Institut, cursando las asignaturas en diagnóstico y tratamientos, nutrición y todas las especialidades de masaje ayurvédico más utilizadas en India. En el año 2015 se incorporó como docente en nuestro programa de estudios

Dr. Dinu Rao



Licenciado en Medicina Ayurveda y Cirugía por la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Kerala, India desde 2005-2011. Formación de postgrado en el Instituto de Sre Narayana, ejerciendo como médico y desarrollando estudios e investigación en los ámbitos de las Terapias Ayurveda, la Medicina Preventiva, la Obesidad, los Prolapsos de los discos intervertebrales, los Trastornos de la salud por el estilo de vida y el Rejuvenecimiento

Patricia Sanz



Terapeuta ayurveda dedicada a aliviar cuerpo y mente mediante la nutrición, técnicas de masaje y tratamientos herbales, complementando con técnicas de yoga como ejercicios respiratorios, yoga-terapia y meditación. Paralelamente, desarrolla talleres personalizados de técnicas de cocina saludable incorporando conceptos de ayurveda y técnicas más actuales. Formada en nutrición y masaje ayurveda por Ayurvedic Institut de Pune en 2018 y en la ciencia y arte del yoga con Tomás Zorzo en 2017.

ACREDITACIONES

Acreditaciones: los alumn@s tendrán la opción de obtener un diploma firmado por la Asociación Alaya para el Desarrollo Integral (A.A.D.I.) . También un diploma avalado por la Fundación Europea de Medicinas Alternativas (FEMALT); para ello, los candidat@s tendrán que superar una evaluación que incluye un examen escrito para teoría del Ayurveda y la parte de Alimentación .

INSCRIPCIONES

Requisitos de Admisión: ser mayor de edad.

Presentación de solicitudes: las personas interesadas en la formación se pondrán en contacto con la Recepción del centro a través de correo electrónico o el número de teléfono (0034) 639 72 32 55. La inscripción quedará formalizada después de enviar cumplimentado el formulario disponible e ingresar el importe de la reserva, indicando el nombre y el concepto “ Curso A.A”. Para cualquier aclaración sobre la formación o el procedimiento de inscripción también deberá dirigirse a la Recepción.

PAGOS

Precio: 1400 euros.

Número de Cuenta: ES88 2100 0722 5301 0104 0019 – Caixabanc -.

Formas de Pago: reserva de 480 euros en la cuenta indicada. El resto se reparte a partes iguales en 5 mensualidades consecutivas de 280 euros comenzando en Febrero y finalizando en Junio. Para aquellas personas que abonen el total de la formación en un solo pago habrá un descuento de 50 euros (Consultar).

Reembolsos: no se realizarán reembolsos una vez comenzado el curso . Las alumnos que debido a enfermedad propia o de familiar directo no puedan acabar la formación deberán presentar justificante médico. En este caso, se aplicará un importe de 480 euros en concepto de plaza y 280 euros por fin de semana disfrutado y se les devolverá el importe abonado que exceda la cantidad resultante.. Para cancelación de reservas deberá informarse 15 días antes del inicio de curso.

Cancelación de reservas: para cancelación de reservas deberá notificarse la baja 15 días antes del inicio del curso. De lo contrario se perderá la reserva de 480 euros.

Escuela de Ayurveda Tradicional ALAYA

www.medicina-ayurveda.es

Móvil: 639 72 32 55

Fijo: 93 387 34 82