



**XIX CURSO DE FORMAÇÃO AYURVEDA FOR ALL 2022**  
**SHIVA STUDIO DE YOGA E AYURVEDA**  
**MASSOTERAPIA AYURVÉDICA 200h**  
**Online**

**Direção:** Sheila Quinttaneiro

**Creditação:** International Association of Yoga and Ayurveda

**Online com aulas ao vivo pelo Zoom e todo o material gravado.**  
**Inscrições abertas! Aproveite a Promoção!**

Peça o seu cronograma das aulas online ao vivo pelo zap ou e-mail.

**Carga Horária**

Aulas teóricas e práticas: 86h/aulas

Estudo dirigido: 12h x 2=24h

Estágio: 90h

Total: 200 horas/aula

**Investimento:**

R\$3.442,00. Parcelado em até 10x R\$344,00 vezes no cartão de crédito, sem juros.

À vista com desconto: R\$3.140,00

**Sobre o Curso:**

O Shiva Studio vem oferecendo Cursos de Formação em Ayurveda desde 2004. Em diversos formatos: Massoterapia, de 200h, Terapeuta 350h e o terapeuta Master com 500h. Este curso é fruto das minhas investigações pelo lado terapêutico dos tratamentos, oferecidos pela Medicina Tradicional Indiana, o Ayurveda. É reconhecido pela Organização Mundial de Saúde, OMS. Os resultados são surpreendentes! Normalmente sem efeitos colaterais.

O Nível Básico utiliza massagens, a duas mãos, quatro mãos, dois Terapeutas, ensinaremos como fabricar os óleos, Tailans, anatomia e fisiologia, para o aluno se situar nos parâmetros dos problemas do cliente. Rituais Védicos e Sat kriyas para os alunos poderem limpar o seu próprio

organismo e os ambientes de trabalho. Sânscrito para poder pronunciar corretamente o nome dos tratamentos, e quiçá no futuro ler os textos no original. E iniciar o purvakarma que são os tratamentos preparatórios para o Panchakarma, as purificações do organismo, como o shirodhara, o shiroabhyanga, e a dinacharya, as rotinas diárias para os doshas, essas orientações buscam tornar a pessoa consciente da necessidade de mudar os hábitos de vida insalubres por outros mais saudáveis que possa trazer harmonia, equilíbrio, saúde física, mental e espiritual.

Querendo dar um upgrade, para o terapeuta 350h, vai terminar o estudo dos purvakarma, das oleações, snehana, as terapias de suor, detox, swedanas, o panchakarma, dietética, as terapias de rejuvenescimento e fitoterapia.

Para passar para o de 500 h o aluno vai abrir sua perspectiva de atuar com a yogaterapia, nesses módulos, nosso curso irá unir esses dois conhecimentos, na yoga para, yoga hormonal que ajuda no processo de infertilidade, TPM e menopausa, grávidas, suas diversas fazer parto e pós parto, o bebê, a criança, o yoga tridosha que vai ver cada qualidade do ser e ver como podemos auxiliar o equilíbrio da vata, pitta, Kapha, através do yoga e do ayurveda e fecharemos com o yoga para a melhor idade, os tratamentos para a longevidade.

#### **Para quem esse Curso é dirigido:**

O Curso foi criado para atender pessoas com interesse em se aprofundar nos conhecimentos do Ayurveda e pessoas ligadas a área de saúde, não necessariamente com formação acadêmica: massoterapeutas, terapeutas holísticos, professores de yoga, médicos, farmacêuticos, odontologistas, aromaterapeutas, nutricionistas, naturopatas, fonoaudiólogos, etc.

#### **Sheila Quinttaneiro:**

É diretora e fundadora do Shiva Studio de Yoga e Ayurveda da Yoga. Vem formando Professores de Yoga e Terapeutas Ayurvédicos, integrando a visão do Yoga, da pedagogia e da arte de curar através das técnicas tradicionais da Cultura Oriental, chinesa, japonesa e Indiana com um programa de ensino de Yoga criativo e completo.

Formada em Ayurveda na International Academy of Ayurveda em Puna e Kerala Ayurvedic Health Care Índia, onde leva seus alunos para estudos avançados. Tendo se aperfeiçoado com professores como Bri Maya Tiwari, Dr David Frawley, Dr Robert Svoboda, Dr Vasant Lad, Dr<sup>a</sup> Sonali Shinde, dentre outros. Presidente da International Association of Yoga and Ayurveda\_ IAYA.

Formada em Yoga Terapia Integrativa por Joseph lepage (USA) e Kundalini Yoga com Byas Dev\_Das (Sivananda Institute of Yoguic Studies- Índia). Estudou Tantra com Paulo Murilo Rosas (BR) e Yoga Terapia Hormonal com Anne Marie Bruno (BR). Especializou-se com professores renomados como Glória Arieira (Vedanta-Br), Pedro Kupfer (Ashtanga - Sutras de Patanjali-Uruguai), Camila Reitz (ashtanga – BR) e Clayton Horton (ashtanga\_USA), TKV Desikachar (filho de Krishnamacharya - KYM - Vinyoga - India), Mansoor (kundalini Yoga – Índia).

Os currículos completos dos ministrantes estão no site do Shiva Studio.

## **Material Didático**

Estamos nos adaptando às mudanças atuais e disponibilizamos nosso material exclusivo através de diversas plataformas e formatos online.

- E-books e estudos dirigidos.
- Grupo de apoio no WhatsApp e Telegram.

## **PROGRAMA DETALHADO**

### **Módulo I**

#### **BASES DO AYURVEDA**

(Sheila Quinttaneiro)

- Fisiologia Energética do Ayurveda
- Os Dosha e os Cinco Elementos
- Doshas e as estações do Ano
- Os Sub-doshas
- Dhatus
- Prana, Tejas e Ojas
- Srotas- Canais por onde fluem as energias vitais
- Kalas
- Agnis
- Rasa, Virya, Guna, Vipak, Prabhava
- O Processo da Doença
- Ama
- Prognóstico
- Constituição e Diagnóstico: Prakriti- Vikriti
- Pariksha Aspectos a serem avaliados em uma Doença

### **Módulo II**

#### **ANATOMIA**

(Guilherme Simões)

- Crânio
- Membros Superiores
- Membros Inferiores
- Cintura Pélvica
- Cintura Escapular

- Tronco
- Biodinâmica
- Anatomia Palpatória

Fundamentos básicos sobre Anatomia Sistêmica, biomecânica e anatomia palpatória, aplicada às bases práticas do Yoga e Ayurveda: estruturas do crânio, tronco, membros superiores e inferiores. Bases para prevenção de lesões e cuidados com patologias comuns.

### **Módulo III**

#### **FISIOLOGIA**

(Juliana Prudente)

- Sistema Reprodutor
- Sistema Digestório
- Sistema Circulatório
- Sistema Nervoso
- Sistema Respiratório
- Sistema Urinário
- Sistema Linfático

Conceitos básicos sobre Fisiologia Sistêmica Humana, com vistas à prática do Yoga e do Ayurveda: percepção das estruturas em funcionamento e a organização dos sistemas internos. Aprofundamento para os sistemas respiratório, neurológico e endócrino, e suas interlocuções com o Yoga, seus efeitos biológicos e sutis.

### **Módulo IV**

#### **MASSOTERAPIA I**

(Sheila Quinttaneiro)

- Benefícios
- Cuidados Preliminares
- Abhyanga I
- Massagem à Duas Mãos
- Produção de Óleos

### **Módulo V**

#### **MASSOTERAPIA II**

(Sheila Quinttaneiro)

- Abhyanga II
- Chavutti (Massagem com os Pés)
- Confeção de Tailans com Ervas

## **Módulo VI**

### **PURVAKARMA I**

(Sheila Quinttaneiro)

- Langhana: Terapia de Pacificação
- Shamana (shanti): Leve Redução do Dosha
- Shodana (shuda): Purificação
- Purvakarmas: tratamentos preparatórios
- Panchakarma
- Snehana: tratamentos com óleo
- Oleação Interna
- Snehana Externo
- Abhyanga III: Massagem das Sete Posições
- Padabhyanga: Massagem nos Pés e Reflexologia
- Shiroabhyanga
- Keesheradhara (Tratamento com Leite Medicado Derramado na Cabeça)
- Shirodhara (Tratamento com Óleo Medicado Derramado na Cabeça)
- Dinacharya

## **Módulo VII**

### **SÂNSCRITO**

(Priya Arupa Dasa e Sheila Quinttaneiro )

- Sânscrito
- Alfabetização
- Fonética/ Escrita/ Devanagari
- Pronúncia dos principais termos do Ayurveda

## **Módulo VIII**

### **SAT KRIYAS e RITUAIS VEDICOS**

( Narendra Das e Sheila Quinttaneiro)

- Satkarmas - Jala Net - Kriyas
- Rituais de Purificação, Pujas
- Cuidados pessoais e limpeza do espaço de trabalho

## **Módulo IX**

**METODOLOGIA DE ATENDIMENTO ONLINE**

(Sheila Quintaneiro)

- Procedimento de atendimentos: Online e presencial
- Cuidados
- Anamnese, prognósticos
- Tratamento
- Orçamento
- Divulgação
- Avaliação

Peça seu cronograma das aulas por e-mail [info@shivastudio.org](mailto:info@shivastudio.org)