



XX FORMAÇÃO EM TERAPIAS AYURVÉDICAS ONLINE 300h

**CURSO DE FORMAÇÃO AYURVEDA FOR ALL 2023
CERTIFICAÇÃO: SHIVA STUDIO DE YOGA E AYURVEDA**

DIREÇÃO: SHEILA QUINTTANEIRO



**Com vídeo-aulas e aulas ao vivo pelo Zoom
Inscrições abertas!**

Investimentos:

Sem taxa de matrícula:

R\$4.400,00. Parcelado no cartão em até **10xR\$440,00 sem juros.**

À vista com desconto **R\$3.950,00**

Carga Horária

Aulas teóricas e práticas: 148h/aulas (113 horas ao vivo/35h gravadas)
Estudo dirigido: 16x2h=32h

Mentoria: 4x 8h = 32h segundas de 10 às 18 h no wahtAPP, uma segunda-feira por mês.

Estágio: 88h

Total: 300 horas

Para quem esse Curso é dirigido:

O Curso foi criado para atender qualquer pessoa 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.

Aulas ao vivo sábados e/ou domingos das 8 às 18h

Pré-requisito ter feito co curso de Massoterapia Ayurvédica 200h no Shiva Studio ou outro similar em outra instituição.

PROGRAMA DETALHADO

Módulo I

ANATOMIA III (Aula ao vivo - 6 de agosto/ sábado)

(Guilherme Simões-Giriraj- em vídeo)

Biomecânica II

Patologias da coluna

Ajustes - Cuidados

Músculos acessados pelas posturas

Estudo do movimento

(Ana Inês- em vídeo)

- As fáscias como estruturas da anatomia física e da anatomia sutil.

- As fáscias e os asanas.

Módulo II

FISIOLOGIA II (Aula ao vivo - dia 7 de agosto/ domingo)

(Juliana Prudente)

Aprofundamento para os sistemas respiratório, neurológico e endócrino, e suas interlocuções com o Yoga, seus efeitos biológicos e sutis.

Módulo III

PURVAKARMA I (Aula ao vivo - dia 19 de agosto/ sábado)

(Sheila Quinttaneiro)

- Langhana: Terapia de Pacificação
- Shamana (shanti): Leve Redução do Dosha
- Shodana (shuda): Purificação
- Purvakarmas: Tratamentos preparatórios
- 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 IV

PURVAKARMA II (aula ao vivo- dia 20 de agosto/ domingo)

(Sheila)

- Netra basti - Akshitarpana
- Hrid basti
- Kati basti
- Udara basti

Módulo V

PURVAKARMA III (aula online ao vivo- 16 de setembro sábado)

(Sheila)- Swedanas e Patrapotalis

- Karnapura

- Pinda sveda
- Navarakizi
- Nadi sveda

Módulo VI FITOTERAPIA I

(Sheila Quinttaneiro) (aula online ao vivo- 17 de setembro_domingo)

(Mara Rúbia_ em vídeo)

- Repertório de 30 Ervas Indiana e brasileiras Ayurvédicas
- Propriedades
- Utilização para cada dosha

- Preparo de tailans, para cada dosha, lepas, ghrita, aristas, lehyas. etc

Módulo VII PANCHAKARMA (aula online ao vivo - 7 de outubro_ sábado) (Sheila Quinttaneiro)

- Preparação: como escolher o panchakarma para doenças mais recorrentes
- Dieta para antes e depois dos panchakarmas
- Vamana
- Virechana
- Bastis
- Nasya
- Pós-purvakarma
- Panchakarmas caseiros

Módulo VIII DIETÉTICA AYURVÉDICA I (aula online ao vivo - 08 de outubro- domingo) (Sheila Quinttaneiro)

- Rasa: os sabores e os doshas
- Cardápio de cada dosha
- Cardápio sazonal para cada dosha
- Dieta para desintoxicar
- Os alimentos e sua gunas
- Receitas
- Preparação do almoço
- Preparação do lanche

Módulo IX RASAYANA I (aula online no zoom - 11 de novembro_ sábado)

(Sheila Quinttaneiro)

- Geral
- Pele do Rosto
- Pele do corpo
- Tratamento facial
- Limpeza
- Massagem Facial
- Compressas e banho de vapor
- Esfoliação
- Máscaras Nutridoras e de Limpeza
- Tonificação e Máscaras de Rejuvenescimento
- Tratamentos para Umedecer a Pele
- Hidratação
- Tratamento para os Cabelos
- Cuidados Internos
- Tratamento para os Cabelos
- Cabelos Secos (Vata)
- Cabelos Oleosos (Pitta)
- Cabelos com Caspa (Kapha)
- Queda de Cabelo
- Tratamento para o Corpo
- Óleos Hidratantes e Tonificantes
- Udhwarthan: Esfoliação da Pele

- Garshana: Redução da Celulite

Módulo X

AYURVEDA ONLINE II e COMO ORGANIZAR UM CONSULTÓRIO (aula online no zoom- 12 de novembro- domingo)

(Sheila Quinttaneiro)

- Procedimento de atendimentos: Online e presencial

- Cuidados

- Anamnese, prognósticos

- Tratamento

-Orçamento

- Divulgação

Estudo de casos apresentados pelos alunos

Orientação para a gravação do vídeo final

MENTORIA

Estudo de casos apresentados pelos alunos e orientação para a gravação do vídeo da prova final

Módulo XI (aula ao vivo - Dia - 03 de dezembro- domingo)

AVALIAÇÃO FINAL

(Sheila Quinttaneiro)

- Avaliação Teórica: Os estudos dirigidos, valem nota, e a avaliação teórica final será baseada neles, feitas no site.
- Avaliação prática. O aluno gravará um vídeo de meia hora, conforme orientado na metodologia de ensino, será avaliado e dará a aula para seus colegas ao vivo.

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.

- Vídeos aulas teóricas e práticas gravadas
- Grupo de apoio no WhatsApp e Telegram

Sobre o Curso:

O Shiva Studio vem oferecendo Cursos de Formação em Ayurveda desde 2004. Em diversos formatos: Massoterapia, de 200h, Terapeuta 300h e o Master Ayurveda 200h e ao se formar tere o Terapeuta Master 700h. 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. E considerado PICS - Prática integrativa Complementar do SUS (Sistema único de Saúde).

Os resultados são surpreendentes! Normalmente sem efeitos colaterais.

O Nível Básico utiliza massagens, à duas mãos e quatro mãos, dois Terapeutas, ensinaremos como fabricar os óleos, Tailans, anatomia e fisiologia, para o aluno se situar nos parâmetros dos problemas do cliente. Puja 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.

Para o terapeuta 300h, vai terminar o estudo dos purvakarma das oleações, snehana, as terapias de suor, detox, svedanas, o panchakarma, dietética e as terapias de rejuvenescimento e fitoterapia

Para passar para o de Master, o aluno vai abrir sua perspectiva de ter o conhecimento, da fitoterapia, aromaterapia, gemas e hábitos para equilibrar os hormônios que ajuda no processo de infertilidade, TPM e menopausa, gestação, suas diversas fases, 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, uqe são sodoshas, . Tendo acesso a questionários diversos de acordo com esses nichos da sociedade, através do yoga e do ayurveda e fecharemos com o yoga para melhor idade, os tratamentos para a longevidade.

[Sobre Sheila Quinttaneiro. Click aqui.](#)

[Sobre os professores convidados. Click aqui](#)