



Diplomado en Ayurveda

Programa de Formación en ayurveda

- Online -





Dirigido a

Profesionales de la salud, practicantes de medicina holística, profesores de Yoga, practicantes de terapias holísticas y cualquier persona que desee emprender un camino de autocuidado personal, o profesionalizarse como Terapeuta al realizar la formación completa en Ayurveda.

Introducción

En el programa Diplomado en Ayurveda los estudiantes conocen el real concepto de salud y bienestar estudiados hace más de 3.000 años por la Medicina Ayurvédica, recibiendo una sólida base de conocimientos teórico-prácticos para entender profundamente sus características personales y vivir según dichas características.

Las enseñanzas del Diplomado en Ayurveda representan los fundamentos principales de la medicina Ayurvédica para el auto cuidado de la salud y promoción del bienestar integral, transformando a cada persona en un ser responsable de su propia salud, donde conoce desde la práctica y propia experiencia a cambiar su estilo de vida, respetando sus características personales únicas e irrepetibles.

Objetivo del Programa

El programa Diplomado en Ayurveda tiene como objetivo el auto cuidado de la persona, la mantención de la propia salud y cambio de hábitos para llevar un estilo de vida saludable y personalizado. El estudiante conoce cómo vivir según sus características personales, de acuerdo con la edad, localización geográfica, horarios de día y noche, estación del año, alimentación saludable, actividad física adecuada y muchos detalles que se debe conocer para mantener la salud y evitar enfermedades.

El estudiante egresado del Diplomado en Ayurveda, podrá seguir sus estudios para transformarse en Terapeuta en ayurveda para la atención de otras personas.

Perfil de Ingreso

Nuestros estudiantes deben ser personas comprometidas con el aprendizaje, perseverantes y responsables, capaces de mantener hábitos de estudio y auto gestionar el conocimiento que adquieren, con competencias tecnológicas que le permitan desenvolverse en un entorno virtual de estudios. También deben ser personas interesadas en llevar un estilo de vida saludable, generar una conexión espiritual consigo misma y encontrar su propia individualidad, que respeten sus características personales, su cuerpo y emociones, el medio ambiente, la naturaleza, así como interesados por la sociedad en la que viven, que valoran la diversidad y están dispuestos a generar cambios en su estilo de vida, el de su familia y entorno. Finalmente, deben estar dispuestos a recibir conocimientos milenarios sobre medicinas complementarias y métodos preventivos para mantener una salud integral física, mental y espiritual.

Perfil de Egreso

El egresado del Diplomado en Ayurveda es un conocedor en la tradición ayurvédica, lo que le permite entender al ser humano como un ente que forma parte de la naturaleza, que influye y es influenciado por ella, reconociéndose como un ser integral emocional, físico y energético, respetando sus cualidades propias, así como los recursos naturales de su país y región, estando en constante armonía con su entorno.

Así, el egresado del Diplomado de Ayurveda:

- Conoce el origen, **principios fundamentales y los pilares del Ayurveda**, para la comprensión integral del ser humano, integrado y afectado por la naturaleza, extendiendo sus conocimientos para una mejor calidad de vida y la adquisición de un estilo de vida saludable.
- Identifica las cualidades personales, según la descripción del **biotipo ayurvédico**, para entender al ser humano como un ser individual e irrepetible, y vivir según sus cualidades y características personales, valorando la diversidad del ser humano.
- Aplica **rutinas diarias y estacionales ayurvédicas**, para el autocuidado y mantención de la salud, respetando su cuerpo y el equilibrio físico-biológico.
- Utiliza los alimentos según sus sabores, cualidades y los factores que determinan su utilidad, para realizar combinaciones adecuadas de éstos, manteniendo una **alimentación saludable**.
- Evalúa el estilo de vida personal, para la elaboración de un **plan preventivo de autocuidado**, respetando el cuerpo según sus características personales: edad, biotipo, tipo de alimentación adecuada y las estaciones del año.
- Vive en armonía con la naturaleza, según su naturaleza personal, respetando las **etapas de la vida** y valorando los recursos naturales de su país o región.



Desarrollo del Programa

Duración 150 horas.

Clases sincrónicas (en vivo) 1 vez a la semana (según calendario académico).

Programa de clases

- Clase en vivo (a través de Zoom).
- Cápsula de video (material pre-grabado).
- Lectura obligatoria.
- Material descargable para estudio.
- Recetario, videos de cocina, etc.
- Acceso al foro de estudiantes y tutoría online: de lunes a viernes de 10:00 a 18:00 hrs (Chile).

Certificación

AyurVida® no se responsabiliza o permite a sus egresados realizar indicaciones o la atención a otras personas, el programa Diplomado en Ayurveda entrega conocimientos fundamentales de cómo llevar un estilo de vida saludable **exclusivamente para aplicación en la salud personal de cada estudiante.**

Nuestros cursos están avalados por:



Contenido del Programa

Curso 01

Fundamentos del Ayurveda (curso solo contenido ondemand)

Asignatura teórica en la cual se desarrollarán los antecedentes históricos que permiten comprender cómo se origina el ayurveda, así como los principios del ayurveda, el concepto del uso de la medicina y la espiritualidad que permitirán al estudiante ubicar la medicina ayurvédica en un contexto global.

Módulo 01

Historia del Ayurveda

Explica la definición y origen del ayurveda, la tradición védica y la práctica del ayurveda para alcanzar los objetivos para que el ser humano lleve una vida saludable.

- Origen del Ayurveda.
- Definición del ayurveda.
- Tipos de Sastras.
- Ayurveda como conocimiento milenario.
- Diferencia de Ayurveda y ciencia.

Módulo 03

Medicina ayurvédica

Explica la medicina ayurvédica, la práctica de la medicina ayurveda en India y el entendimiento del macrocosmo, el microcosmo para la comprensión del ser humano en unión con el universo.

- Las ocho ramas del ayurveda.
- India y Ayurveda.
- Microcosmos y macrocosmos.

Módulo 02

Tradición védica

Explica el cuerpo del conocimiento de la tradición védica, el pensamiento filosófico en las etapas de la vida, la acción "karma" y el resultado sutil de la acción para contextualizar el ayurveda.

- Conocimiento de la tradición védica.
- Objetivos del ser humano.
- Concepto de Karma.
- Tipos de Mente.
- Etapas de la vida.

Módulo 04

Ayurveda en India y Occidente

Analiza la práctica del Ayurveda en India, en el occidente actual, para el cuidado de la salud preventiva como medicina complementaria.

- Concepto de Salud.
- Concepto de medicina.
- Medicina tradicional complementaria.
- Ayurveda en la actualidad.

Curso 02

Teoría de los Doshas

Asignatura teórica en la cual el estudiante aprenderá el origen del biotipo para entender la formación de su propio biotipo y cómo se origina la constitución de Vata, Pitta y Kapha (donde el alumno podrá identificar cual su constitución predominante y la comprensión de los tipos de combinaciones de doshas posibles, además la localización de los doshas en las partes del cuerpo, contenidos fundamentales para encontrar el equilibrio físico y mental para llevar una vida saludable).

Módulo 01

Los cinco grandes elementos

Explica los cinco grandes elementos, como la base de todo nuestro universo.

- Cinco elementos: Éter, Aire, Fuego, Agua y Tierra.
- Cualidades de los cinco elementos.
- Definición de los diez pares de opuestos.

Módulo 03

Funciones de los doshas

Analiza la formación del biotipo, tipos de combinaciones existentes, evalúa sus cualidades y características para luego identificarlos en uno mismo.

- Funciones de Vata.
- Funciones de Pitta.
- Funciones de Kapha.
- Doshas y etapa de la vida.
- Doshas y horario del día.

Módulo 02

Los doshas (VPK)

Explicar las funciones fisiológicas de cada biotipo, su importancia en el cuerpo, en las etapas de la vida y horarios del día.

- Definición de doshas.
- Cualidades de los doshas.
- Características morfológicas, emocionales/mentales y fisiológicas de Vata, Pitta y Kapha.

Módulo 04

Entendiendo los doshas en mi cuerpo

Analiza los doshas en su cuerpo y como se mueven a lo largo de nuestra vida.

- Reconociendo mi naturaleza.
- Reconociendo el estado actual de mis doshas.

Curso 03

Alimentación Ayurvédica

Asignatura teórica y práctica en la cual el estudiante conoce los ocho factores relacionados con la alimentación desde la cosmovisión ayurvédica, que apuntan a un conocimiento amplio de cómo aprovechar los nutrientes, los sabores, las combinaciones y preparación de ellos, en la búsqueda de una digestión óptima que nos permita una vida saludable.

Módulo 01

Naturaleza del alimento

Explica el concepto de Agni como base de el entendimiento de una digestión y nutrición adecuada, con el fin de mantener nuestra salud en todo ámbito. Además de comenzar a entender y aplicar el primer factor de la cosmovisión del ayurveda: La naturaleza del alimento.

- Concepto de Agni.
- Concepto de Ama.
- Definición de los seis sabores.
- Potencia de los alimentos.

Módulo 03

Estacionalidad y localidad

Explica la importancia de consumir alimentos de la estación del año y localidad. Además de recomendaciones de tipos de alimentación depurativas y ayunos para cambios de estación.

- Alimentos de acuerdo a la estación del año.
- Importancia de consumir alimentos de la estación y locales.
- Alimentación depurativa para cambios de estación.
- Concepto de ayuno y cuando aplicarlo.

Módulo 02

Procesamiento, Combinaciones y cantidad adecuada

Explica el procesamiento, combinaciones y cantidad adecuada, recomendada para cada persona del punto de vista de la medicina ayurvedica.

- Definición de procesamiento.
- Tipos de procesamientos.
- Combinaciones adecuadas.
- Combinaciones no recomendadas.
- Cantidad adecuada de comida.

Módulo 04

Hábitos y recomendaciones ayurvédicas

Explica la importancia de tomar en cuenta diferentes hábitos y recomendaciones a la hora de comer.

- Hábitos recomendados a la hora de comer.
- Practica que debemos evitar a la hora de comer.
- Plato ideal según ayurveda.

Curso 04

Cocina práctica ayurvédica (curso solo contenido ondemand)

Vídeos grabados con presentaciones de preparaciones básicas a base de plantas con recetario completo.

- Preparación de Ghee.
- Preparación con vegetales.
- Preparación con cereales.
- Preparación con legumbres.
- Preparación bebida digestiva.
- Preparación de postre.

Curso 05

Bienestar y autocuidado

Asignatura teórica y práctica en la cual el estudiante aprende acciones diarias y para cada cambio de estación, que se pondrán en práctica para mantener un óptimo estado de salud, según su característica personal.

Módulo 01

Rutina diaria de mañana

Aplica las rutinas de la mañana para mantener el estado óptimo de energía en el contexto del autocuidado abarcando acciones al despertar, auto cuidado corporal, actividad física, baño y alimentación de la mañana.

- Horario de despertar.
- Raspado de lengua.
- Automasaje.
- Ejercicio.

Módulo 02

Aceites Vegetales y aceites esenciales

Explican el uso recomendado de aceites vegetales y esenciales para cada persona.

- Tipos de aceites vegetales.
- Tipo de aceites esenciales.
- Tipo de aceite para cada persona.
- Cuidado de la piel.

Módulo 03

Concepto del Yoga

Asignatura teórico práctica donde conocerán los fundamentos del yoga, importancia de la practica diaria y su relación con el ayurveda.

- Definición del yoga.
- Practica diaria.
- Yoga y ayurveda.
- Meditación.

Módulo 04

Práctica de Yoga básico

Contenido video grabado, práctica de yoga.

En el programa Diplomado en ayurveda, integramos además una evaluación ayurvédica, realizada por alumnos egresados de nuestra escuela de Terapeuta en Ayurveda, la cual tiene la finalidad de poder guiarlos con mayor detalle en este camino del autocuidado.

Cambio en el programa

AyurVida se reserva el derecho de cambio en el orden de los cursos por fuerza mayor, con aviso previo al estudiante, preservando la integridad de los contenidos para la formación académica.

Precio e inscripciones

DIPLOMADO

Arancel

\$972.000 / USD 1.120 (PayPal).

Matrícula

\$30.000 / USD 34 (PayPal).

Descuentos

25% DESCUENTO HASTA EL 28 DE DICIEMBRE \$729.000

15% DESCUENTO ENERO Y FEBRERO \$826.200

PAGO AL CONTADO HASTA 28 DE DICIEMBRE \$600.000



DIPLOMADO Y TERAPEUTA EN AYURVEDA

Arancel

\$3.152.000 / USD 3.858 (PayPal).

Matrícula

\$30.000 / USD 34 (PayPal).

Descuentos

Hasta **28 DE DICIEMBRE** \$2.800.000

Hasta **28 FEBRERO 2024** \$2.995.000

Hasta **MARZO 2024** \$3.152.000

PAGO AL CONTADO \$2.600.000

Formas de pago

Hasta 12 cuotas sin interés con Tarjeta Crédito.

Hasta 06 cuotas sin interés por transferencia bancaria (primera cuota en la inscripción y fechas consecutivas).

[QUIERO INSCRIBIRME](#)

Importante

*En caso de desistencia **antes del inicio del programa**, el alumno recibe el 80% del valor pagado hasta la fecha, se descuenta 20% por costos administrativos.*

*En caso de desistencia **después del inicio del programa**, el alumno recibe el valor pagado descontando los cursos dictados y costos administrativos involucrados.*

Matrícula sin devolución en caso desistencia.





ayurveda.cl | [@ayurveda](https://www.instagram.com/ayurveda)