

PROGRAMA COMPLETO CURSO SHIATSU (MINGMEN)

1. Historia del Shiatsu. Principales influencias.

2. Condiciones generales para el Shiatsu

- Lugar
- Vestimenta
- Aseo
- Trato personal

3. La importancia del Hara y su desarrollo.

- Respiración abdominal
- Fisiología de la respiración

4. Ejercicios para desarrollar flexibilidad y destreza corporal

5. Ejercicios para desarrollar y canalizar el Qi

- Qi Gong
- Katsugen Undo
- Doin o Automasaje
- Control mental

6. Herramientas y Técnicas básicas de Shiatsu

- Postura corporal
- Uso del cuerpo
- Respiración
- Ritmo
- Presión

7. Shiatsu en las cuatro posiciones

- Decúbito prono
- Decúbito supino
- Lateral
- Sedestación

8. Teoría de la Medicina Tradicional China aplicada al Shiatsu

- ¿Que es la MTC?
- Aplicación de la MTC en el Shiatsu
- El Yin y el Yang
- Las sustancias vitales (Qi, Jing, Sangre, Shen, Líquidos corporales)
- Tipos de energía y su actuación
- Orígenes de la enfermedad
- Los ocho principios básicos de la MTC (Yin-Yang, Frío-Calor, Insuficiencia-Exceso, Interior-Exterior)
- La teoría de los cinco elementos. Características
- Las 5 constituciones de la MTC
- Los Meridianos
- Los puntos de energía o tsubos
- Puntos sistémicos.
- Puntos IU o Shu de espalda.
- Puntos MO o Alarma.
- Los puntos embajadores de los 5 elementos
- Pasajes Lo-Yuan
- Fisiología de los órganos en MTC

9. Estudio detallado de los 5 elementos y sus meridianos. Teoría de los Zang-Fu. Sintomatología para la Diferenciación de Síndromes Básicos de cada Órgano.

- Agua (Vejiga-Riñón)
- Madera (Vesícula Biliar-Hígado)
- Fuego (I. Delgado-Corazón, T. Calentador-M. Corazón)
- Tierra (Estómago-Bazo)
- Metal (I. Grueso-Pulmón)

10. Ejercicios de Sotai

- Técnica de Sotai (fundamentos)
- Sotai para tensión general y ajustar caderas.
- Sotai para las rodillas
- Sotai para cadera y pesadez de piernas.
- Sotai para extensión del tronco.
- Sotai para dolor de cuello.
- Sotai para equilibrar los hombros y los brazos.
- Sotai para dolor lumbar.
- Sotai para fatiga, dolor de muslos y lumbares.
- Sotai para corregir la columna vertebral.

11. Elementos para la Evaluación energética

- Escuchar (voz)
- Observar
- Color y tono de la cara
- La conducta
- La lengua
- Postura corporal
- La piel
- Tocar
- Evaluación por puntos dolorosos y puntos laxos
- Puntos fuego
- Evaluación por el Hara
- Evaluación por la Espalda
- Puntos IU
- Puntos MO
- Evaluación por los pulsos.
- Preguntar
- Sed
- Sudor
- Dormir
- Orina
- Heces
- Dolores
- Temperatura
- Vitalidad
- Menstruación
- Embarazo
- Enfermedades habituales
- Test de carácter según los 5 elementos
- Preguntas sobre la enfermedad actual.

12. Estudio de los patrones de conducta que originan enfermedades

- Una visión distinta de la enfermedad
- Como utilizar la enfermedad para aprender y evolucionar en el camino del “conocimiento vital”.
- Enfermedades psicósomáticas

13. El Masaje con Shiatsu

- Elección de la postura del receptor
- Area del cuerpo en las que centrar el tratamiento
- Método de tratamiento
- Duración y número de sesiones
- Digitopresión. Selección de puntos principales

14. Recomendaciones y Técnicas complementarias

- Dieta
- Hierbas y remedios naturales
- Ejercicio
- Qi Gong
- Doin o Automasaje
- Ventosas

- Moxibustión

15. Técnicas Energéticas complementarias de la MTC

- Auriculoterapia conceptos básicos iniciales.
- Moxibustión con puro de artemisa y moxa hueca
- Fitoterapia básica

16. Shiatsu y las patologías más usuales.

- Ansiedad
- Depresión
- Lumbago
- Ciática
- Dolor de espalda
- Dolores articulares.
- Tortícolis
- Asma

TEMARIO DE ANATOMIA-FISIOLOGIA PARA CURSO DE SHIATSU

1. LA CELULA

2. TEJIDOS, ORGANOS Y SISTEMAS

3. PARATO RESPIRATORIO

4. PATOLOGIA DEL APARATO RESPIRATORIO

Bronquitis, asma, neumonía, fibrosis quística, alteraciones pleurales, bronquiectasia.

5. APARATO CIRCULATORIO

6. PATOLOGIAS CARDIOVASCULARES

Arritmias, hipo/hipertensión, arteriosclerosis, angina de 'pecho, infarto de miocardio, síndrome de raynaud, aneurisma, trombosis, flebitis, varices.

7. APARATO DIGESTIVO

8. PATOLOGIAS DIGESTIVAS

Herpes oral, caries, disfagia, reflujo gastroesofágico, hernia de hiato, gastritis, úlcera péptica, hemorroides, pancreatitis, dispepsia, diarrea, estreñimiento, ascitis, ictericia, encefalopatía hepática, cirrosis, colelitiasis.

9. SISTEMA ENDOCRINO

10. PATOLOGIAS ENDOCRINAS

Acromegalia, galactorrea, hipertiroidismo, hipotiroidismo, enfermedad de Addison, síndrome de Cushing, diabetes mellitus, hipoglucemia.

11. APARATO URINARIO

12. PATOLOGIAS URINARIAS

Insuficiencia renal aguda y crónica, nefritis, uretritis, cistitis, uretritis, pielonefritis, cálculos renales, incontinencia urinaria.

13. SISTEMA NERVIOSO. TRANSTORNOS DEL S.N.A

Epilepsia, enfermedades desmielinizantes, parkinson, enfermedad de Huntington enfermedad de Alzheimer, infecciones no víricas del S.N.C, infecciones víricas del S.N.C

14. ORGANOS DE LOS SENTIDOS

16. APARATO LOCOMOTOR

16.REGIONES Y PLANOS DEL ABDOMEN

17.HUESOS DE LA CABEZA

18.HUESOS DEL MIEMBRO INFERIOR

19.HUESOS DEL MIEMBRO SUPERIOR

20.HUESOS DEL TRONCO

21.MUSCULOS DEL MIEMBRO SUPERIOR

22.MUSCULOS DEL MIEMBRO INFERIOR

23.MUSCULOS DE LA CABEZA

24.PATOLOGIA DE HUESOS ARTICULACIONES Y MUSCULOS

Osteoporosis, artrosis, artritis reumatoide, tortícolis, fibromialgia, hernia discal, lumbalgia, escoliosis, hiperlordosis, hipercifosis, bursitis, tendinitis, esguince, espolón calcáneo, pie zambo-varo y valgus, codo de tenista.

25. ANATOMÍA PARA EL MOVIMIENTO

Basado en el libro "Anatomía para el movimiento" de Blandine Calais-Germain
Editorial: Los libros de La Liebre de Marzo