

# **CURSO PROFESIONAL DE SHIATSU MINGMEN**

## **OBJETIVOS DE NUESTRO CURSO**

Nuestro objetivo primordial es formar expertos en Shiatsu con capacidad profesional suficiente para mejorar el estado de salud de las personas, con un abanico de técnicas sacadas de la Medicina Tradicional Japonesa y China. Para ello contamos con un grupo de profesores altamente cualificados en distintas áreas de la Naturopatía y el Masaje.

## **LA FORMACION**

Nuestras clases son eminentemente prácticas, pero con una sólida formación teórica basada fundamentalmente en la Medicina Tradicional China y Japonesa. También se estudia el Funcionamiento del Cuerpo Humano desde el punto de vista Científico.

## **SALIDA PROFESIONAL**

Muchos de nuestros alumnos trabajan como autónomos en sus propios centros, otros trabajan en centros de estética, gimnasios, o para distintos profesionales de la salud. El Shiatsu es una de las técnicas naturales con más futuro de la Unión Europea alcanzando un gran éxito en Francia, Inglaterra, Alemania y España. Disponemos de bolsa de trabajo para los alumnos que terminan los estudios.

## **DIRIGIDO A:**

Personas sin titulación sanitaria y sin conocimientos previos. El programa esta diseñado de tal manera que lo pueden realizar personas de cualquier edad y condición física.

Personal sanitario, auxiliares de clínica, esteticistas, enfermeras, fisioterapeutas, profesionales de educación física, monitores... Resulta un buen complemento de apoyo terapéutico para las personas con formación en este área.

Personas con formación en distintas áreas del masaje y la acupuntura que quieran complementar con esta técnica sus tratamientos y obtener resultados mas rápidos.

## **BENEFICIOS PERSONALES**

La práctica del Shiatsu enriquece y desarrolla la propia energía y sensibilidad del terapeuta ya que todos los movimientos se realizan desde el Hara (Centro de gravedad) y con posturas equilibradas, en las que apenas interviene la fuerza, sino la presión desde el cuerpo, la concentración, el ritmo, y la respiración coordinados. El trabajo así realizado hace que cada día se desarrolle mas la intuición y la visión global del Ser Humano en todos sus aspectos.

## **HOMOLOGACIÓN**

Nuestra Escuela forma parte de manera activa en una gran organización como es FENACO (Federación Española de Asociaciones Profesionales de Naturópatas). Nuestros estudios están diseñados para que cumplan los requisitos que en un futuro pueda pedir la Administración a través de la gestión de FENACO. Todos los profesores de la Escuela están homologados por FENACO.

## **PROGRAMA CURSO DE SHIATSU (2 años)**

### **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 par desarrollar flexibilidad y destreza corporal**

### **5. Ejercicios para desarrollar y canalizar el Qi**

- Qi Gong
- Katsugen Undo
- Tuisho
- 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. Secuencia Básica de Shiatsu Mingmen.**

- 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. Test de acortamientos y estiramientos musculares aplicados al Shiatsu**

**12. Elementos para la Evaluación**

- 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*
  - Valoración de salud por el Hara*
  - Valoración de salud por la Espalda*
  - Puntos IU*
  - Puntos MO*
  - Valoración de salud por los pulsos.*
- Preguntar
  - Sed*
  - Sudor*
  - Dormir*
  - Orina*
  - Heces*

*Dolores*  
*Temperatura*  
*Vitalidad*  
*Menstruación*  
*Embarazo*  
*Enfermedades habituales*  
*Test de caracter según los 5 elementos*  
*Preguntas sobre la enfermedad actual.*

### **13. 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

### **14. El Tratamiento**

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

### **15. Recomendaciones complementarias al tratamiento**

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

### **16. Técnicas Energéticas complementarias de la MTC**

- Auriculoterapia con semillas e imanes.
- Electroterapia auricular.
- Moxibustión con puro de artemisa y moxa hueca
- Fitoterapia básica de la Medicina Tradicional China.

### **17. Tratamientos con Shiatsu**

- Ansiedad y patologías derivadas
- Estrés
- Tortícolis
- Lumbago
- Ciática
- Escoliosis
- Dolor de espalda
- Asma
- Fibromialgia
- Insomnio

## **PROGRAMA PARA EL 3º AÑO DE SHIATSU (CURSO SUPERIOR)**

### **1.- Puntos Yuan (fuente de energía esencial)**

### **2.- Los 8 vasos maravillosos**

- Recorrido anatómico de los vasos.
- Patologías que cubren.
- Puntos llave y cierre.
- Puntos de influencia (XI) y concentración de QI-XUE.

### **3.- Recorrido de la energía WEI-QI (defensiva)**

### **4.- Recorrido de la energía YIN-Qi (nutricia)**

- Puntos de conexión entre meridianos en el ciclo horario.

### **5.- Meridianos Unitarios.**

- Tai Yang, Shao Yang, Yang Ming
- Tai Yin, Jue Yin, Shao Yin

### **6.- Meridianos Tendinomusculares.**

- Los meridianos que controlan los músculos y su movimiento en conjunto.
- Puntos de maniobra (reunión, ashí...)

### **7.-: Técnicas de Evaluación: lengua y pulso.**

### **8.- Tratamientos de patologías con Shiatsu, moxibustión, fitoterapia y digitopuntura.**

Bronquitis, Asma bronquial, Gastritis, Diarrea, Hipertensión, Trombocitopenia, Retención de orina, Trastornos sexuales masculinos, Artritis y Reumatismos, Periartritis del Hombro, Hemorroides, Mastitis aguda, Trastornos de la regla, Esterilidad, Vómitos durante el embarazo, Mala posición del feto, Enuresis, Dolor de cabeza, Insomnio, Amigdalitis aguda, Neurodermatitis y eccema.

### **9.- Fortalecimiento de la salud general con moxibustión**

- Puntos especiales.

### **10.- Tratamientos con auriculoterapia.**

### **11.- Discusión de casos prácticos y tratamientos con casos reales.**

### **12.- Diferenciación de los 4 síndromes básicos de insuficiencia.**

- Insuficiencia de Qi
- Insuficiencia de Yang
- Insuficiencia de Yin
- Insuficiencia de Sangre

**13.- Diferenciación de síndromes de los órganos.**

- Síntomas
- Puntos

**14.- Estudio detallado de combinación de puntos.**

**15.- Ampliación de tratamientos detallados con Técnicas de Shiatsu Avanzado.**

**16.- Técnicas complementarias de Masaje Vietnamita y Tui-Na.**

**17.- Fitoterapia básica para los síndromes de los órganos.**

- Fitoterapia de mayor uso en patologías mas frecuentes.

**18. Tratamientos con Shiatsu**

- Depresión
- Dolores articulares.
- Asma alérgico
- Cansancio crónico
- Insomnio
- Retención de líquidos
- Alteraciones menstruales
- Cefalea
- Problemas de circulación sanguínea
- Apoyo a tratamientos de Obesidad y Celulitis
- Neuralgia del Occipital
- Dolor del talón
- Estreñimiento y Diarrea
- Problemas gástricos

## **HORARIOS:**

Comienzo 21 septiembre 2004

**GRUPO A:** Martes 16:00 a 19:00

**GRUPO B:** Martes 19:15 a 22:15

**PRACTICAS** (grupos A y B) 3º Viernes de cada mes de 17:00 a 21:00

ANATOMIA Y FISILOGIA: 2 horas mensuales incluidas en los horarios especificados.

### **Horario grupos A-B (martes)**

ANATOMIA-FISIOLOGÍA Y TEORÍA DE LA MEDICINA ORIENTAL

\* Clases de Anatomía: primer martes de cada mes de 19:00 a 21:00.

\* Teoría de la MTC: grupo A de 17:30 a 19:00  
grupo B de 21:00 a 22:30