

# CURSO PROFISSIONAL DE SHIATSU

## Estrutura Modular Programática

| Módulos  | Carga Horária |
|--|---------------|
| <b>Módulo I – <u>Origens e História do Shiatsu</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dos fundadores da antiguidade até aos mestres da actualidade</li><li>• Estilos e escolas de Shiatsu</li><li>• Características do Shiatsu. Efeitos, indicações e contra-indicações</li></ul>               | 4 horas       |
| <b>Módulo II – <u>Introdução à Medicina Oriental</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• O Caminho do Tao</li><li>• Noção de Ki (Energia Vital)</li><li>• Conceito de Yin e Yang</li><li>• Teoria dos 5 Movimentos</li><li>• Conceito de “tsubo”</li><li>• Conceito de “kyo” e “jitsu”</li></ul> | 12 horas      |
| <b>Módulo III – <u>Anatomia e fisiologia energética</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Os 12 meridianos principais e 2 secundários</li><li>• Estudo do trajecto individual de cada meridiano</li><li>• Ponto de Shiatsu mais importantes</li></ul>  | 30 horas      |
| <b>Módulo IV – <u>O diagnóstico tradicional em Shiatsu</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Os 4 métodos de diagnóstico (Bo-Shin/Mon-Shin/Bun-Shin/Setsu-Shin)</li><li>• Diagnóstico pelo “Hara”</li><li>• Diagnóstico pela face</li><li>• Pontos de acupunctura para diagnóstico</li></ul>   | 24 horas      |
| <b>Módulo V – <u>Desenvolvimento do terapeuta</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Estiramentos Makko Ho</li><li>• Introdução ao Lian Gong</li><li>• Posturas para shiatsu; Movimento e coordenação; Tipos de pressão</li><li>• Do-In (auto-massagem)</li></ul>                               | 24 horas      |



|   |           |
|---|-----------|
| <p><b>Módulo VI – <u>Prática inicial</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Shiatsu com paciente em decúbito ventral e dorsal</li> <li>• Shiatsu com paciente em posição de “seiza”</li> <li>• Shiatsu com paciente deitado de lado</li> <li>• Alongamentos</li> </ul>  | 50 horas  |
| <p><b>Módulo VII – <u>Estudo e tratamento de patologias específicas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaboração de fichas de consulta</li> <li>• Tratamento de stress</li> <li>• Tratamento de depressão</li> <li>• Gastralgia</li> <li>• Cefaleia</li> <li>• Hipertensão arterial</li> <li>• Gastrite</li> <li>• Stress</li> <li>• Depressão</li> <li>• Obstipação</li> <li>• Problemas respiratórios</li> <li>• Torcicolo</li> <li>• Cervicalgia</li> <li>• Periartrite do ombro</li> <li>• Epicondilite medial e lateral</li> <li>• Síndrome do canal cárpico</li> <li>• Dorsalgia</li> <li>• Lombalgia</li> <li>• Lombo-sacralgia</li> <li>• Cialgia</li> <li>• Cialgia c/ hérnia discal</li> <li>• Coxartrose</li> <li>• Gonalgia</li> </ul> | 128 horas |
| <p><b>Módulo VIII – <u>Introdução à Fasciaterapia (aplicada ao Shiatsu)</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Introdução aos Instrumentos da Fasciaterapia Método Danis Bois</li> <li>• As Fácias – Noção da Anatomia directamente ligada a este trabalho</li> <li>• Relação da Fasciaterapia com o Shiatsu</li> </ul>   | 20 horas  |
| <p><b><u>Avaliação Final</u></b></p>  | 8 horas   |
| <p>300 horas</p>  |           |

