

# Curso de Shiatsu Terapêutico

## PROGRAMA CURRICULAR RESUMIDO:

### NÍVEL 1 (56horas)

O nível 1 corresponde ao **Curso Inicial de Shiatsu** e é o ponto de partida para quem se quer iniciar no Shiatsu.

- História e Características do Shiatsu
- Introdução à Medicina Oriental – Tao, Yin/Yang, Ki, 5 Movimentos
- Estudo e prática de Shiatsu nos meridianos de energia tradicionais
- Diagnóstico pelos pontos shu das costas
- Protocolo de tratamento corpo inteiro: decúbito ventral e dorsal
- Tratamento básico do Hara
- Pontos de Shiatsu básicos
- Noções básicas de anatomia
- Exercícios de auto-conhecimento (qigong, meditação e stretching)

No final deste nível de formação, os formandos deverão estar aptos a aplicar um tratamento de corpo inteiro para efeitos de relaxamento e alívio rápido de alguns problemas comuns.

### NÍVEL 2 (72 Horas – 56h presenciais + 16 não presenciais)

O nível 2 é denominado de **Shiatsu Intermédio**, sendo dicado sobretudo ao estudo do diagnóstico energético oriental bem como do sistema Zen Shiatsu tradicional.

- Diagnóstico energético segundo os 5 Movimentos
- Elaboração de anamnese
- Diagnóstico do Hara e pelos pontos de alarme
- Prática de Shiatsu segundo diagnóstico
- Tratamento da coluna vertebral
- Tratamento do Hara II
  
- Exercícios de percepção do KI (energia)
- Exercícios de auto-conhecimento (qigong, meditação e stretching)
- Trabalho escrito – caso clínico

Neste nível é dada especial ênfase ao diagnóstico energético oriental, de forma a compreender porquê se desenvolvem as doenças e como determinar quais os órgãos e meridianos afetados.

No final deste nível de formação, pretende-se que o formando aprenda a identificar o estado energético do paciente e efectuar tratamento para equilíbrio vital.

### **NÍVEL 3 (56 horas) NÍVEL 4 ( 56h**

O nível 3 e 4 apresenta o **Shiatsu na Vertente Estrutural** e faz a ponte entre o pensamento Oriental e Ocidental. Estes módulos preparam o aluno para tratar as patologias músculo-esqueléticas mais comuns em clínica, tanto na sua abordagem convencional como na perspectiva de medicina oriental.

- Diagnóstico pela postura
- Anatomia essencial dos membros superiores, inferiores e coluna vertebral
- Shiatsu Estrutural (nível 3 – membros inferiores e coluna lombar; nível 4 – coluna dorsal, cervical e membros superiores)
- Libertação Miofascial dos músculos mais importantes
- Técnicas Músculo Energéticas
- Tratamento do Abdomen e Hara – intestinos, vesícula biliar, diafragma
- Protocolo tratamento patologias mais comuns em clínica (ciatalgia, lombalgia, cervicalgia, omalgia, stress, insónia, dores cabeça)
- Exercícios de auto-conhecimento - (qigong, meditação e stretching)

No final da formação, o formando deverá estar apto a diagnosticar o estado energético do paciente segundo métodos de diagnóstico de medicina oriental, bem como identificar desequilíbrios na estrutura músculo-esquelética e efectuar tratamento de Shiatsu com objetivos terapêuticos.

Todos os níveis incluem **Certificado de Formação Profissional**

**CONSULTE O PROGRAM CURRICULAR COMPLETO EM:**

<http://www.shiatsu.com.pt/curso-de-shiatsu-terapeutico.html>

## MATERIAL DE APOIO

Serão disponibilizados aos alunos **videos de todas as práticas**, sequências e protocolos de tratamento.

Cada um dos níveis inclui também um **manual de apoio**.

## FORMADOR:

**Nuno Fernandes** é especialista e professor de shiatsu e acupuntura. Dedicase atualmente à prática clínica recorrendo à Medicina Chinesa e ao Shiatsu. O seu objetivo é ajudar a promover a saúde e bem-estar dos seus pacientes e crescer a nível espiritual.

Nuno Fernandes desenvolveu o Curso de Shiatsu Terapêutico como resultado da experiência prática adquirida nas Clínicas Pedro Choy e no Ginásio Clube Português desde 2008.

Participou em formações de Shiatsu com professores de renome como Kindy Kaur, Paul Lundberg, Clifford Andrews, Wilfried Rappennecker e Cátia Antunes.

Formado em Medicina Chinesa - acupuntura e fitoterapia, pela UMC Pedro Choy  
Especialização em Osteopatia pela Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha

Site de Nuno Fernandes: [www.shiatsu.com.pt](http://www.shiatsu.com.pt)