

## RASĀYANA Y VĀJĪKARANA EN ĀYURVEDA

- **Asignatura:** *Rasāyana y Vājīkarana en Āyurveda.*
- **Formación:** Máster en Medicina *Āyurveda.*
- **Idioma:** español.
- **Modalidad:** *online.*
- **Créditos:** 1,13 ECTS.
- **Trimestre:** 3.<sup>er</sup> trimestre.
- **Equipo docente:** Dra. Prachiti Kinikar.

### 1. REQUISITOS PREVIOS

Alumnos que hayan superado el primer año del Máster en Medicina *Āyurveda.*

### 2. JUSTIFICACIÓN

*Rasāyana* y *Vājīkarana* son dos especialidades muy populares destinadas a promocionar la salud y la vitalidad. La primera tiene por objeto proporcionar longevidad, memoria, intelecto, fuerza frente a las enfermedades, buen aspecto, potencia en los órganos de los sentidos, etc. Por su parte, *Vājīkarana* tiene como fin último lograr una sociedad mejor, si bien su popularidad está relacionada con las aplicaciones en la fertilidad y la virilidad. La importancia de estas dos especialidades radica en la sencillez de su aplicación, y el interés social creciente en torno al bienestar y la salud sexual.

### 3. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

- CE. Capacidad para comprender y aplicar todas las posibilidades de *Rasāyana* como especialidad transversal.
  - R1. Conocer los mecanismos y signos del envejecimiento fisiológico.
  - R2. Conocer y relacionar las indicaciones y productos más importantes de *Rasāyana*.
  
- CE. Capacidad para comprender y aplicar todas las posibilidades de *Vājīkarana*.
  - R1. Conocer las indicaciones más importantes de *Vājīkarana*.
  - R2. Conocer y relacionar las indicaciones y sustancias más importantes de *Vājīkarana*.

### 4. METODOLOGÍA DOCENTE

El planteamiento docente de los contenidos de *Rasāyana* y *Vājīkarana* en *Āyurveda* gira en torno a las siguientes actividades y distribución temporal:

- Clase teórica (0,11 ECTS): exposición magistral de los temas por medio de presentaciones en video. Estas presentaciones se complementan con la lectura del texto principal de la materia, junto con las indicaciones sobre fuentes de información y bibliografía. El objetivo es explicar los contenidos clave al alumno. Asimismo, también persigue aportar las bases y orientaciones necesarias para la preparación autónoma de los contenidos por parte del alumno.
- Tutorías: (0,1 ECTS): seguimiento del alumnado a través de la resolución de dudas y problemas relacionados con la materia.
- Estudio individual (0,87 ECTS): actividades de estudio, revisión bibliográfica y uso de los demás medios de apoyo al aprendizaje, llevados a cabo por el alumno para la preparación de la evaluación.

- Actividades de evaluación (0,1 ECTS): examen basado en preguntas objetivas de elección múltiple (test). El tutor podrá proponer también ejercicios de ensayo.

## 5. BREVE CURRÍCULO DOCENTE

### **Dra. Prachiti Kinikar**

#### I. Formación académica:

- Graduada en Medicina y Cirugía *Āyurveda* - BAMS (Universidad de Pune, 1.989 - 1.994).

#### II. Publicaciones relevantes:

- Kinikar, P.; Muñoz, JM. (2.016). *Masaje Ayurvédico: Manual ilustrado de técnicas de oleado tradicional*. Granada: Centro de Estudios Ayurvédicos.
- Kinikar, P.; Muñoz, JM. (2.017). *Alimentación Āyurveda*. Granada: Centro de Estudios Ayurvédicos.

#### III. Docencia:

- Directora y profesora de cursos de *Āyurveda* en todos los niveles, impartidos en Barcelona, Madrid y Málaga desde 2.005.

#### IV. Otra experiencia profesional:

- Médico ayurvédico asistencial en ejercicio privado desde 1.995.
- Directora de programas terapéuticos residenciales intensivos – *pañcakarma* (Balneario El Bosque, Madrid, 2.013 – 2.015).

## 6. DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS

### 1. Presentación.

- Presentación de la materia.
- Bibliografía y otros recursos.
- Evaluación.

## 2. Rasāyana.

- Introducción e importancia de *Rasāyana*.
- El envejecimiento: mecanismos, cronología y signos del proceso natural. Indicaciones y contraindicaciones de *Rasāyana*.
- Clasificaciones de *Rasāyana*: residencial (*kutiprāveśika*), ambulatorio (*vātātapika*), especial (*droṇī prāveśika*).
- Procedimiento: planificación, procedimiento principal y posoperatorio.
- Mejores sustancias con acción *rasāyanī*.

## 3. Vājīkarana.

- Introducción e importancia de *Vājīkarana*. Concepto de *supra-janana* o mejora generacional.
- Indicaciones de *Vājīkarana*.
- Mejores sustancias con acción vigorizante.

## 7. BIBLIOGRAFÍA

- Bhisagratna, K.K. (Trad. Ed.). (2.002). *Suśruta Samhitā* (2<sup>nd</sup> ed.). Varanasi: Chowkhamba Sanskrit Series Office.
- Dalal, P. K., Tripathi, A., & Gupta, S. K. (2.013). Vajikarana: Treatment of sexual dysfunctions based on Indian concepts. *Indian Journal of Psychiatry*, 55(Suppl 2), S273–S276.
- Kunte, A.M., Navre, R.S. (Trad.); Harisastri, B., Paradkar, V., (Ed.). (1.982). *The Astangahrdayasamhita, with the Sarvangasundara Commentary and of Arunadatta and the Ayurvedarasayana Commentary of Hemadri*. Varanasi: Chaukhambha Orientalia.
- Puri, H.S. (2.002). *Rasayana: Ayurvedic Herbs for Longevity and Rejuvenation*. Boca Ratón: CRC Press.
- Sharma, P.V. (Trad. Ed.). (2.003). *Caraka Samhitā. Agniveśa's treatise refined and annotated by Caraka and redacted by Dṛḍhabala*. Varanasi: Chaukhambha Orientalia.