

## PAÑCAKARMA EN ĀYURVEDA

- **Asignatura:** *Pañcakarma en Āyurveda.*
- **Formación:** Máster en Medicina *Āyurveda.*
- **Idioma:** español.
- **Modalidad:** *online.*
- **Créditos:** 2 ECTS.
- **Trimestre:** 3.<sup>er</sup> trimestre.
- **Equipo docente:** Dra. Kalpana Madhukar Shinde y Dra. Prachiti Kinikar.

### 1. REQUISITOS PREVIOS

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

### 2. JUSTIFICACIÓN

*Pañcakarma* refiere las cinco técnicas clásicas de eliminación o *śodhana*, aplicadas cuando los humores están muy agravados en el organismo: *vamana* (emesis), *virechana* (purgación), *basti* (enema), *nasya* (instilación nasal) y *rakta-mokshana* (sangría). Las técnicas de eliminación son necesarias para los problemas que no responden a otras actuaciones y productos. Pero Caraka también disertó sobre la capacidad preventiva de *śodhana*, ya que aplicada en el momento y la forma adecuada, fortalece al individuo frente a la enfermedad.

### 3. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

- CE. Capacidad para explicar los principios de *Pañcakarma* para la salud y el abordaje de pacientes enfermos.
  - R1. El alumno conoce las aportaciones de los autores clásicos sobre las distintas terapias.
  - R2. El alumno describe las actuaciones de preparación, beneficios, indicaciones y contraindicaciones generales.
  
- CE. Capacidad para aprender el funcionamiento de los procedimientos de eliminación, y la relación que existe entre ellos en la planificación de las intervenciones.
  - R1. El alumno conoce las principales indicaciones y contraindicaciones, así como la cronología más adecuada de los procedimientos de *Pañcakarma*.
  - R2. El alumno describe las intervenciones principales, su preparación y los cuidados posoperatorios.

### 4. METODOLOGÍA DOCENTE

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

- Clase teórica (0,16 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 (1,75 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

### **Kalpana Madhukar Shinde**

#### I.- Formación académica:

- Grado en Medicina y Cirugía *Āyurveda* – BAMS (Universidad de Pune – India, 1.989-1.994).
- Doctor en Medicina *Āyurveda*: Panchakarma (Tilak Maharashtra Vidyapeeth, Pune – India, 2.000).

#### II. Formación de posgrado:

- Master en Sánscrito (Tilak Maharashtra Vidyapeeth, Pune – India, 1.999).
- Diploma de Posgrado en Aplicaciones Informáticas – PGDCA (Universidad de Pune – India, 2.008).

#### III. Investigación:

- Ayurved Hospital and Research Centre (Pune – India, 1.996-1.997).
- Proyecto Triskandh (Tilak Maharashtra Vidyapeeth, Pune – India, 2.004-2.008).

#### IV. Docencia

- Profesora invitada en Tilak Maharashtra Vidyapeeth. Asignaturas: Abhyanga, Alimentación, Yoga y Ayurveda. (Pune – India, 1.996-1.997 y 2.008-2.009).
- Profesora invitada en Global Ayurved Foundation. Programa de Posgrado Oficial en Panchakarma (Pune – India, 2.008- act.).

V. Otra experiencia profesional:

- Médico ayurvédico asistencial en ejercicio privado desde 1.995.

**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. *Pañcakarma*.

- Introducción e importancia de *Pañcakarma*.
  - Beneficios, indicaciones y contraindicaciones.
  - Preparación o *pūrva karma*: fomentación (*svedana*) y oleado (*snehana*).
3. *Nasya* o terapia de instilación nasal.
- Definición y clasificaciones. Indicaciones y contraindicaciones.
  - Preparación, intervención principal e instrumentos. Signos de *nasya* adecuado e inadecuado, defectuoso y excesivo.
  - Cuidados posoperatorios y complicaciones.
4. *Basti* o terapia de enemas.
- Definición y clasificaciones. Indicaciones y contraindicaciones.
  - Preparación, intervención principal e instrumentos. Signos de *basti* adecuado e inadecuado, defectuoso y excesivo.
  - Cuidados posoperatorios y complicaciones.
5. *Virechana* o terapia de purgación.
- Definición, sustancias utilizadas y clasificaciones. Indicaciones y contraindicaciones.
  - Preparación, intervención principal e instrumentos. Signos de *virechana* adecuado e inadecuado, defectuoso y excesivo.
  - Cuidados posoperatorios y complicaciones.
6. *Vamana* o terapia de emesis.
- Definición, sustancias utilizadas y clasificaciones. Indicaciones y contraindicaciones.
  - Preparación e intervención principal. Signos de *vamana* adecuado e inadecuado, defectuoso y excesivo.
  - Cuidados posoperatorios y complicaciones.
7. *Rakta-mokshana* o terapia de sangría.
- Definición y clasificaciones. Indicaciones y contraindicaciones.

- Preparación e intervención principal. Instrumentos, sanguijuelas y sus cuidados. Signos de *rakta-mokshana* adecuado e inadecuado, defectuoso y excesivo.
- Cuidados posoperatorios y complicaciones.

## 7. BIBLIOGRAFÍA

- Bhisagratna, K.K. (Trad. Ed.). (2.002). *Suśruta Samhitā* (2<sup>nd</sup> ed.). Varanasi: Chowkhamba Sanskrit Series Office.
- 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.
- Ranade, S., Lele, A. (1.997). *Panchakarma & Ayurvedic Massage*. Pune: International Academy of Ayurveda.
- Sharma, P.V. (Trad. Ed.). (2.003). *Caraka Samhitā. Agniveśa's treatise refined and annotated by Caraka and redacted by Dṛḍhabala*. Varanasi: Chaukhambha Orientalia.