

RASĀYANA Y VĀJĪKARANA EN ĀYURVEDA

- **Asignatura:** *Rasāyana y Vājīkarana en Āyurveda.*
- **Formación:** Máster en Medicina *Āyurveda.*
- **Idioma:** español.
- **Modalidad:** presencial.
- **Créditos:** 1,42 ECTS (36 horas en total, de las cuales 10 son lectivas presenciales).
- **Trimestre:** 3.^{er} 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 (0,4 ECTS): exposición magistral de los temas, por medio de explicaciones y presentaciones, junto con las indicaciones sobre fuentes de información y bibliografía. El objetivo de estas clases es presentar los contenidos 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 o trabajo.

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 (*dronī 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* (2nd 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.