

# PINDAS TAILANDESAS

Plano do Curso

# **PINDAS TAILANDESAS - WORKSHOP**

Com Certificado de Formação Profissional

## **DIRIGIDO**

Público em geral, Massoterapeutas, Terapeutas Corporais, Esteticistas, Profissionais da área da saúde.

## **DETALHES**

As pindas são saquinhos de linho que se utilizam em determinadas terapias e massagens orientais.

Terapia clássica amplamente utilizada na Tailândia no âmbito da saúde e da beleza. É uma técnica de rejuvenescimento dos tecidos musculares e articulares altamente eficaz que usa como base saquinhos preparados com tipos distintos de ingredientes destinados a diferentes fins terapêuticos.

- Ervas medicinais
- Pó terapêutico
- Cereais medicados

Estes saquinhos são imersos numa decocção herbal ou em leite morno e a sua aplicação é feita em massagem por todo o corpo, antecedida por uma massagem depurativa e relaxante (Abhyanga) com óleo aquecido para nutrir os tecidos.

## **BENEFÍCIOS PRINCIPAIS**

- Retarda o envelhecimento
- Rejuvenescedora
- Fortalece os tecidos corporais
- Diminui dores no corpo
- Indicada ainda para:
- Artrite reumatóide
- Perda de função de uma parte ou membro inteiro
- Asperezas e inchaços
- Dor muscular
- Dor lombar crónica
- Dor Ciática
- Cãibras

## OBJECTIVOS

- Conferir aos formandos competência e técnicas complementares para a aprendizagem de confecção de pindas, segundo a tradição Tailandesa e a Fitoterapia Portuguesa
- Aprendizagem teórica e prática da massagem com pindas para aplicação profissional da terapia em centros de estética, SPA, centros de reabilitação ou domicílio.
- Conteúdo Programático
- Contexto da Terapia de Pinda na Tailândia
- Síntese dos Aspectos Físicos e Comportamentais Doshicos
- Preparação Pré Pinda e Pós Pinda
- Confecção de Pindas
- Pindas Sazonais e Alternativas
- Massagem Pré Pinda
- Massagem com Pinda

## DURAÇÃO - PREÇO - INFO\*

**Horário:** 10h às 13h - 14h às 18h

**Total de Horas:** 14 hrs

**Preço:** 120 Euros + 50 Euros de inscrição (inclui material)

## INSCRIÇÕES E ATENDIMENTO

**Morada:** Rua Alexandre Herculano, 9 - 1º - 1150-005 - Lisboa (Estação do Metro Marquês de Pombal)

**Horário da secretaria:** das 10h as 19h30

**Contacto:** 212 467 740 / 960 448 999 / 919 075 904

**E-mails:** [info@ayurvedica.org](mailto:info@ayurvedica.org) / [lisboa@ayurvedica.org](mailto:lisboa@ayurvedica.org)