



**Programa Curricular**  
**do**  
**Curso Profissional de**  
**Terapia Shiatsu**

**CURSO B**  
**(12ºANO OU NÃO-TÉCNICOS DE SAÚDE)**

**Duração:** 3 anos (Nível Superior)

**Aulas:** 2 domingos por Mês

**Horas Lectivas:** 1 600 horas\*

**Horário:** 10h00-13h00/15h00-18h00

**Horas Teóricas:** 400 horas

**Horas Práticas:** 1 200 horas

\* As horas lectivas incluem a carga horária leccionada nas aulas teóricas e práticas sob a orientação da docência da Escola Portuguesa de Shiatsu, assim como o trabalho pessoal do aluno à média de 1 hora diária.

# Matérias Teóricas de Medicina Oriental e Terapia Shiatsu

- História e desenvolvimento do Shiatsu

- Dos fundadores na antiguidade até aos desenvolvimentos actuais

- Estilos e Escolas de Shiatsu.

- Namikoshi ( Tokujiro Namikoshi – Japan Shiatsu College-Tokyo)
- Zen-Shiatsu ( Shizuto Masunaga – Iohkai Shiatsu Institute-Tokyo)
- Shiatsu Tsubo ( Katsusuke Serizawa)
- Shiatsu Keiraku (Tadashi Izawa)
- Shiatsu Tao ( Ryukyu Endo)
- Ohashiatsu ( Wataru Ohashi)
- Shiatsu Macrobiótico ( Michio Kushi)

- Características da Terapia Shiatsu.

- Funções Fisiológicas e o Shiatsu.

- Indicações e contra-indicações do Shiatsu.

- O Diagnóstico no Shiatsu.

- Os 4 métodos de Diagnóstico (Bo-Shin/Mon-Shin/Bun-Shin/Setsu-Shin)
- Diagnóstico pelo Hara
- Diagnóstico pela Face

- Ki-A Bioenergética Oriental

- A compreensão Clássica/Tradicional
- A compreensão Moderna/Científica

- Teoria In/Yo (Yin/Yang)

- Teoria dos Cinco Movimentos ou Pentacoordenação.

- Teoria dos Meridianos (Keiraku).

- Conceito de “Kyo” e “Jitsu”.

- Conceito de “Tsubo”.
- Conceito de “Hara”.

## Matérias Práticas de Shiatsu

- Tipos de aplicação de pressão.
- Shiatsu para um paciente deitado na posição lateral.
- Shiatsu para um paciente deitado na posição prona.
- Shiatsu para um paciente deitado na posição supina.
- Shiatsu para um paciente ajoelhado. (Posição *Seiza*)
- Shiatsu para um paciente sentado numa cadeira.
- Auto-massagem Shiatsu.
- Estiramentos *Makko-Ho*.
- Exercícios de *Kikoo* (Ginástica energética oriental)
- Shiatsu em Patologias específicas
  - - Patologias do Sistema Circulatório
  - - Patologias do Sistema Osteo-articular
  - - Patologias do Sistema Nervoso
  - - Patologias do Sistema Digestivo
  - - Patologias do Sistema Respiratório
  - - Patologias dos Sistemas Endócrino, Urinário, Reprodutor e Metabólico
  - - Patologias dos Órgão Sensoriais

## Matérias de Anatomia

- O Esqueleto Humano
- Noções gerais de Miologia
- Músculos da Cabeça
- Músculos do Pescoço
- Músculos do Braço e do Tronco
- Músculos da Anca e da Coxa
- Músculos dos Membros Inferior e Superior

## Matérias de Fisiologia

- A Célula
- Os Tecidos
- O Sistema Digestivo
- O Sistema Circulatório
- O Sistema Respiratório
- O Sistema Excretor
- O Sistema Nervoso
- O Sistema Endócrino
- O Sistema Reprodutor

## Matérias de Patologia

- Patologias do Sistema Circulatório
- Patologias do Sistema Osteo-articular
- Patologias do Sistema Nervoso
- Patologias do Sistema Digestivo
- Patologias do Sistema Respiratório
- Patologias dos Sistemas Endócrino, Urinário, Reprodutor e Metabólico
- Patologias dos Órgão Sensoriais

## Matérias Práticas de Shiatsu

- Tipos de aplicação de pressão.
- Shiatsu para um paciente deitado na posição lateral.
- Shiatsu para um paciente deitado na posição prona.
- Shiatsu para um paciente deitado na posição supina.
- Shiatsu para um paciente ajoelhado. (Posição *Seiza*)
- Shiatsu para um paciente sentado numa cadeira.
- Auto-massagem Shiatsu.
- Estiramentos *Makko-Ho*.
- Exercícios de *Kikoo* (Ginástica energética oriental)

- Shiatsu em Patologias específicas

- - Patologias do Sistema Circulatório
- - Patologias do Sistema Osteo-articular
- - Patologias do Sistema Nervoso
- - Patologias do Sistema Digestivo
- - Patologias do Sistema Respiratório
- - Patologias dos Sistemas Endócrino, Urinário, Reprodutor e Metabólico
- - Patologias dos Órgão Sensoriais



**Escola Portuguesa de Shiatsu**

*Portuguese Shiatsu School*



# CURSO PROFISSIONAL DE TERAPIA SHIATSU

## REGULAMENTO

### I

O Curso de Terapia Shiatsu é uma formação que tem por objectivo formar Terapeutas de Shiatsu aptos a exercer profissionalmente a Terapia Shiatsu em todas as suas vertentes (estética; terapêutica; relaxamento; etc.).

### II

O Curso tem um curriculum pedagógico que será ensinado ao longo de três anos de duração.

### III

As aulas concentram-se de forma intensiva em dois domingos por mês, de Janeiro a Dezembro interrompendo em Agosto para período de férias.

### IV

O aproveitamento no Curso Profissional de Terapia Shiatsu esta dependente da assiduidade mínima de 70% das aulas.

## V

A avaliação será contínua, no que respeita a parte prática do Curso. No que respeita à parte teórica serão realizados dois testes no final de cada ano, um para as matérias de Anatomofisiologia e outro das matérias de Medicina Oriental/ Shiatsu , acrescidos de um trabalho individual na forma de tese a ser entregue no final do Curso (3º ano).

## VI

A propina do Curso Profissional de Terapia Shiatsu para o triénio de 2009-2011 é de €1200 por ano. A inscrição no Curso faz-se acompanhar do pagamento de €100 de inscrição. A propina anual poderá ser paga no início do ano na totalidade, usufruindo de 10% de desconto ou poderá ser repartida até o máximo de 4 prestações no valor de €300 em cheques pré-datados. Após o pagamento integral do Curso a Escola Portuguesa de Shiatsu não efectuará devoluções, excepto se o Curso não se realizar. Nesse caso será devolvido o valor pago, na totalidade.

## VII

A Escola Portuguesa de Shiatsu abrirá turmas para os Cursos Profissionais de Terapia Shiatsu nas cidades de Lisboa, Porto e Viseu desde que exista o nº mínimo de alunos que justifique a realização dos mesmos.

-----  
Tomei conhecimento das regras do Regulamento do Curso Profissional de Terapia Shiatsu.

Assinatura: \_\_\_\_\_



## CURSO PROFISSIONAL DE TERAPIA SHIATSU

### Ficha de Inscrição

Curso: \_\_\_\_\_

NOME: \_\_\_\_\_

MORADA: \_\_\_\_\_ COD. POSTAL: \_\_\_\_\_

TEL.: \_\_\_\_\_

E-MAIL: \_\_\_\_\_

DATA NASC.: \_\_\_\_\_

B.I. Nº: \_\_\_\_\_

PROFISSÃO: \_\_\_\_\_

HAB. LITERÁRIAS: \_\_\_\_\_

OUTRAS FORMAÇÕES: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

MOTIVO DE INTERESSE NO CURSO: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

CIDADE EM QUE SE INSCREVE: \_\_\_\_\_

ASSINATURA: \_\_\_\_\_



## **Escola Portuguesa de Shiatsu**

*Portuguese Shiatsu School*

### Informações e Matrículas

-Rua Prof. Egas Moniz, lote 301, Lj 2a  
3500-642 Viseu  
T: 232416061 TM: 934282526

#### **CURSOS EM:**

**Lisboa - Porto – Viseu**

#### **Nº de Vagas:**

**25 alunos por turma**

#### **Início dos Cursos:**

**Janeiro de 2009**

#### **Cursos reconhecidos por:**

**Associação de Shiatsu de Portugal**

**Namikoshi Shiatsu Europa**