



Ayurvastu®

Escuela Indoamericana de Medicina Ayurveda y Vastu

Medicina Reconocida por: Organización Mundial de la Salud O.M.S, Resolución 50/40, Alma Ata, ex Unión Soviética 1.978.

Miembro: Asociación Chilena de Medicina Ayurveda **ACHMA AG Representante Capítulo Latinoamérica:** International Association for Ayurvedic Healing Arts **IAAHA**, Pune, India **Representante:** Northern India Drug Company **Nidco®** Dehradun, India **Centro Colaborativo:** **Chakrapani** Ayurveda Clinic & Research Center, Jaipur India, **International Academy of Ayurveda IAA** -Pune India, **Institute of Indian Medicine**-Pune India, **Ayurveda Academy**-Pune India

1er Congreso Internacional de Medicina Ayurveda y Yoga Marzo 26-27 de 2010. Santiago, Chile.

Ayuryoga®, Yoga para tu Bio-Tipo.

Clínica Ayurveda-Biotipo genético -Evidencia científica

Por: Prof. Vaidya, Mauricio León, M.A. mauricio.leon@ayurvastu.com
Médico Ayurveda del International Himalayan Ayurvedic Institute, India.

Ayuryoga® es la marca y el concepto creado de una disciplina complementaria a la salud con enfoque holístico, de base médica Ayurveda que toma evidencia científica y ha sido codificada, regulada, para enseñarse, administrarse y practicarse amplia y sistemáticamente, además de prevenir, diagnosticar y tratar las enfermedades en equipo con un médico u otro profesional sanitario según la naturaleza del problema y que comprende prácticas, técnicas, enfoques, conocimientos, estilo de vida y creencias saludables diversas que incorporan el Yoga y sus terapias espirituales, técnicas manuales y ejercicios de respiración, relajación, meditación y sonidos entre otros, aplicados de forma individual o en combinación teniendo en cuenta el efecto particular definido en relación con la constitución genética de perspectiva Ayurveda para mantener el bienestar, incrementar el estado de salud en equilibrio global y revivir la tradicional unidad mente cuerpo espíritu, del Ser.

El Ayurveda en si mismo es una forma de Yoga

Este puede llamarse el Yoga de la salud. Ayurveda utiliza aspectos de todos los Yogas, al depender del nivel, temperamento y constitución de la persona para ayudarlo en su salud, en su apropiado estilo de vida y desarrollo espiritual. El verdadero practicante del Ayurveda, es algo así como un yogi. Ella o él tienen dominio no solo sobre su cuerpo físico, sino también sobre la mente, el prana y un conocimiento profundo del cuerpo sutil y el espíritu. Un verdadero médico utiliza para la curación la fuerza vital, no su fuerza personal. La mente de un verdadero curador está conectada con lo Divino o su Ser interior.

Ayurveda debería practicarse como Karma Yoga, como una forma de servicio a los seres vivos. Esto debe ser realizado con el propósito de ayudar al prójimo, no para logro material o nuestro propio beneficio. Sin este sentido de Servicio, el lado espiritual del Ayurveda no podrá crecer en las personas.

Un experto en Ayurveda deberá tener un buen conocimiento en Hatha Yoga y la comprensión de las posturas, respiración y conciencia. También el Ayurveda emplea las técnicas del Raja Yoga para la curación del cuerpo sutil y el espíritu. Aquellos que estudian Ayurveda deben examinar los Yoga Sutras también y tener un conocimiento de su sistema y aplicación. Ayurveda usa Mantra

Sede Escuela-Clínica: Jean Mermóz #18 Metro Alcántara, Las Condes. Tel: (56-2) 2281212 Móvil (56) 94192090- 88562081
escuela@ayurvastu.com proyectart@hotmail.com www.ayurvastu.com

Yoga no solo con el propósito de curar una enfermedad, sino de proteger todas las fuerzas curativas. Las medicinas ayurvedicas son tradicionalmente preparadas con mantras lo que las provee de energía a nivel sutil. Además en las terapias ayurvedicas se dan cantos de mantras.

Ayurveda recomienda el Bhakti Yoga como una de las principales herramientas para sanar el corazón.

Todos aquellos que seriamente aspiren a comprender el Ayurveda deberán reconocer el poder supremo de la devoción y el amor divino como el poder curativo mas profundo. Ayurveda recomienda el Jnana Yoga para la curación de la mente y utiliza la meditación. Ayurveda es autocuración, lo que solo es posible a través del autoconocimiento. Los estudiantes de Ayurveda deberán usar el Ayurveda como una herramienta de auto examinación, incluso si esto requiere la dolorosa tarea de examinar nuestros propios errores y limitaciones.

Por supuesto un practicante de Ayurveda no deberá esperar ser un experto en todos estos Yogas, pero deberá ser capaz de dirigir y enseñar a la gente como seguir estas sendas. Solo un gran Maestro podrá conocer todos estos Yogas y ser un medico, no solo del cuerpo sino también de la mente y el espíritu.

Basada en Evidencia Científica

- La **Medicina Ayurveda de Ayurvastu® Basada en la Evidencia** (*Evidence Based Medicine (EBM)*) representa el uso racional, explícito, juicioso y actualizado de la mejor evidencia científica de yoga y ayurveda aplicado al cuidado y manejo de pacientes individuales en Ayuryoga®
- La práctica de MBE requiere la integración de la experiencia clínica individual con la mejor evidencia clínica externa derivada de los estudios de investigación sistemática.

Objetivo Primordial de la MBE

- El objetivo primordial de la MBE es el de que la **actividad médica cotidiana** de Ayuryoga® se **fundamente** sobre bases científicas provenientes de **estudios** de la mejor calidad metodológica, en los que se **refleje** de forma fidedigna el **estado actual** de conocimientos.
- Algunas de las **herramientas** básicas sobre las que se asienta la metodología de la MBE son la **lectura crítica** de la **literatura médica** y la **revisión sistemática** de la evidencia existente.

Concilio Responsable de la Investigación Basada en la Evidencia científica de Medicina Ayurveda [Central Council for Research in Ayurveda & Siddha \(CCRAS\)](#)

- El Consejo es financiado por el Departamento de ISM&H, Ministerio de Sanidad y Bienestar de la familia, Gobierno de la India. Es un cuerpo del ápice, en la India, para la formulación, la coordinación, el desarrollo y la promoción de la investigación sobre líneas científicas en los sistemas de medicina Ayurveda y Siddha.

Concilio Responsable de la Investigación Basada en la Evidencia científica del Yoga [Central Council for Research in Yoga & Naturopathy \(CCRYN\)](#)

- Promueve y ayuda a las instituciones implicadas en la propagación y la investigación experimental en la prevención, la causalidad y el remedio de enfermedades.
- Trabaja para la promoción y la difusión del Yoga y Naturopatía, a través de diferentes programas y actividades.

- Fomenta el intercambio de información con otras instituciones, asociaciones y sociedades interesadas en los objetivos análogos a los del Consejo Central, especialmente en la observación y el estudio de las enfermedades.
- Prepara, imprime, publica, exhibe y aporta documentos, carteles, folletos, revistas y libros para la consecución de los objetivos del Consejo.
- Proporciona becas a los estudiantes que cursan doctorado en los temas relacionados con el Yoga y Naturopatía.

Bio-tipo genético o Dosha

- La **genética** (del término "Gen", que proviene de la palabra griega γένος y significa "raza, generación") es el campo de las ciencias biológicas en Ayurveda que trata de comprender cómo la herencia biológica es transmitida de una generación a la siguiente, y cómo se efectúa el desarrollo de las características que controlan estos procesos.

La genética es una rama de las ciencias biológicas, cuyo objetivo es el estudio de los patrones de herencia, del modo en que los rasgos y las características se transmiten de padres a hijos. Los genes se forman de segmentos de ADN (ácido desoxirribonucleico), la molécula que codifica la información genética en las células. El ADN controla la estructura, la función y el comportamiento de las células y puede crear copias casi o exactas de sí mismo... La herencia y la variación constituyen la base de la Genética en Ayurveda

Clínica Ayurveda

- La **Clínica Ayurveda**, —la disciplina más importante en el ejercicio de la Medicina Ayurveda junto a la terapéutica Chikitsa—, sigue los pasos de la Semiología, ciencia y arte de la medicina, en el proceso indagatorio o Nidana, orientado al diagnóstico de una situación patológica o Vikriti (enfermedad, síndrome, trastorno, etc.), basado en la integración e interpretación de los síntomas y otros datos aportados por la anamnesis durante la entrevista clínica con el paciente, los signos de la exploración física y la ayuda de exploraciones complementarias de laboratorio y de pruebas de imagen.
- Con el diagnóstico de una enfermedad se pauta un tratamiento en Ayuryoga®.
- Tradicionalmente la clínica (del griego kliní: "lecho", "cama") es el diagnóstico realizado en consulta Ayurveda con el enfermo a través del relato de su sintomatología y de los signos obtenidos en la exploración física.
- El **clínico ayurvédico** es aquel médico o **Vaidya** o **BAMS** que diagnostica y trata a sus pacientes con Ayuryoga® entre otros.

La Ancestral Cultura Yoga y Ayurveda

- Yoga y Ayurveda son ciencias hermanas desarrolladas simultáneamente e influenciándose mutuamente a través de la historia. Son ambas parte integral del conocimiento Védico que establece que el universo en su totalidad es un sólo Ser y que la llave para el conocimiento cósmico está dentro de nuestras mentes y nuestros corazones. Como disciplinas Védicas que son, el yoga y el Ayurveda trabajan juntos para mejorar sus grandes beneficios a todos los niveles. El Yoga integral, al igual que el Ayurveda, tiene que ver con todos los aspectos de nuestra naturaleza, del cuerpo y el alma, y con todas las posibilidades de curación desde la comida hasta la meditación.