



TEMARIO Belleza Ayurveda

Módulo 1:

- Breve introducción a Ayurveda.
- Concepto de belleza Ayurveda.
- La tipificación de la piel y los 3 tipos y sus tres doshas.
- Dynacharias (Rituales para potenciar nuestra salud y belleza).
- Tónicos.

Preparaciones cosméticas naturales:

- Polvo y pasta dental.
- Polvos herbales limpiadores de cara.
- Aceite limpiador.
- Peeling facial para los 3 doshas.
- Mascarilla facial hidratante, reafirmante y *antiaging*.
- Cremas faciales hidratantes.

Módulo 2:

- Elaboración de Peeling corporal natural para los 3 doshas.
- Recetas de envolturas corporales:
 - Hidratantes, reafirmante y *antiaging*.
- Tratamientos específicos para los 3 doshas de:
 - Manos, Senos, Cuerpo y Pies.
- Preparaciones naturales de:
 - Bálsamo labial, Bálsamo anti herpes y Desodorante.
- La belleza espiritual un concepto a temporal.
- La respiración, técnicas específicas.
- La meditación y el trabajo con el cuerpo.

Módulo 3:

- Dieta para el cuidado de la piel y el cabello.
- Aceites esenciales en la cosmética natural.
- Elaboración cosmética natural para diferentes tipos de cabello:
 - Champú ecológico, Champú hidratante.
 - Champú seco, Acondicionador pelo seco y graso.
- Recetas y terapias para casos comunes en cabello:
 - Caspa, Caída de pelo.
 - Canas, Brillo y Reparador.