



Kairali

The Ayurvedic Healing Village

Los secretos de sanación de «Kairali»

EDICIÓN 2.0 · JULIO DE 2026

Ref. KTAHV/HSK/ES/20260925-R1 · Emitido 25 de septiembre de 2026



«El Ayurveda es un sistema médico tradicional originario de la India: la ciencia de la vida.»



Una cálida bienvenida

LOS SECRETOS DE SANACIÓN DE «KAIRALI»

Namaste: le damos una muy cálida bienvenida a Kairali — The Ayurvedic Healing Village.

Este folleto es su guía como paciente en Kairali. La primera parte presenta los principios atemporales del Ayurveda: cómo entiende el cuerpo, reconoce el desequilibrio y restablece una salud duradera. La segunda parte es una guía de nuestras terapias y programas de tratamiento, organizada por objetivos de salud para que pueda encontrar rápidamente lo que mejor se adapta a usted.

Cada programa en Kairali comienza con una consulta personal con nuestro médico ayurvédico, que evalúa su constitución única (Prakruti) y diseña un plan a su medida. La guía «Encuentre su programa» de la Parte 3 es el punto de partida más sencillo, y nuestro equipo le ayudará con mucho gusto a elegir.





Contenido

LOS SECRETOS DE SANACIÓN
DE «KAIRALI»

Parte 1 · Comprender el Ayurveda

- El significado del Ayurveda
- El Ayurveda en breve
- El origen del Ayurveda
- Las ocho ramas del Ayurveda
- El diagnóstico en el Ayurveda
- Dosha, Dhatu & Mala
- El Tridosha — Vata, Pitta & Kapha
- Prakruti — Su constitución única
- El tratamiento en el Ayurveda
- Panchakarma — Las cinco terapias de purificación

Parte 2 · Nuestras terapias ayurvédicas

- Terapias de aceite & masaje de cuerpo entero
- Terapias Shiro (cabeza) & Dhara
- Terapias Kizhi (cataplasmas de hierbas)
- Terapias Vasti (retención localizada de aceite)
- Cuidado ocular, otorrinolaringológico, bucal & facial

Parte 3 · Programas de tratamiento en Kairali

- Encuentre su programa — una guía rápida y, a continuación, once secciones temáticas

Sobre nosotros

- The Ayurvedic Healing Village
- La promesa Kairali
- Nuestro mundo de productos
- Contactos & nuestra red



PRIMERA PARTE

Comprender el Ayurveda

El significado del Ayurveda

LOS SECRETOS DE SANACIÓN DE «KAIRALI»

«Ayusho Veda: Ayurveda» Ayur significa vida · Veda significa conocimiento. En esencia, el Ayurveda es «el conocimiento —o la ciencia— de la vida».

| El Ayurveda en breve

Conocido por sus terapias reconstituyentes y sus medicinas naturales, el Ayurveda sigue siendo parte integral de la filosofía india de la vida holística y continúa desempeñando hoy un papel importante en una vida saludable. Arraigado en los principios del Atharvaveda, el Ayurveda busca restablecer el equilibrio: indaga la causa subyacente de una dolencia y, al mismo tiempo, alivia los síntomas inmediatos.

Según el Ayurveda, la salud es el estado de equilibrio de los Doshas (las tres bioenergías: Vata, Pitta y Kapha), del Agni (los fuegos digestivos), de los Dhatus (los siete tejidos corporales) y de los Malas (los productos de excreción del cuerpo), junto con un estado de satisfacción del alma, los sentidos y la mente. El objetivo de este enfoque holístico es doble: cuidar el cuerpo y restablecer la armonía entre mente, cuerpo y espíritu.

El origen del Ayurveda 🌿

Los orígenes del Ayurveda están entretejidos con la historia y la tradición. Se sostiene que el conocimiento fue transmitido por el Señor Brahma a través de un linaje de sabios y, con el tiempo, entregado a la humanidad para una existencia sana y feliz. En su forma escrita, el Ayurveda se conserva en los textos clásicos: el Charaka Samhita, el Sushruta Samhita y el Ashtanga Hridaya —conocidos en conjunto como el Brihatrayee (la Gran Tríada)— y el Sharangdhara Samhita, el Bhavaprakasha y el Madhava Nidana —conocidos como el Laghutrayee (la Tríada Menor)—. A lo largo de los siglos, estas obras se han traducido a muchas lenguas, llevando el Ayurveda al mundo.

Las ocho ramas del Ayurveda 🌿

El Ayurveda clásico se organiza en ocho ramas, conocidas en conjunto como Ashtanga Ayurveda.

- Kaya Chikitsa (Medicina general) — Comparable a la medicina interna general, esta rama trata los trastornos de todo el cuerpo y de sus sistemas —respiratorio, digestivo, nervioso y otros—, incluidas afecciones como asma, bronquitis, indigestión, fiebre, hemorroides y dolor reumático.
- Bala Chikitsa / Kaumarabhritya (Pediatría) — La nutrición, el crecimiento y el cuidado de los niños.

- **Graha Chikitsa (Psiquiatría)** — La psicología ayurvédica, que aborda las afecciones psicosomáticas y mentales mediante una combinación de dieta, yoga, meditación y terapia con Mantras.
- **Shalakya Chikitsa (Oftalmología & Otorrinolaringología)** — Enfermedades de los ojos, los oídos, la nariz, la garganta y la cabeza. Acharya Nimi es considerado el padre del Shalakya Tantra.
- **Shalya Chikitsa (Cirugía)** — El tratamiento de las afecciones que requieren atención quirúrgica o paraquirúrgica y la extracción de cuerpos extraños. Sushruta es venerado como el padre de la cirugía.
- **Visha Chikitsa / Agada Tantra (Toxicología)** — El estudio de las toxinas naturales y artificiales y de sus antídotos, incluido el tratamiento de mordeduras y picaduras.
- **Jara Chikitsa / Rasayana (Geriatría & Rejuvenecimiento)** — La ciencia del rejuvenecimiento, que emplea preparados Rasayana apreciados por sus propiedades reconstituyentes, antienvjecimiento y antiestrés.
- **Vrishya Chikitsa / Vajikarana (Salud reproductiva)** — El cuidado de la salud y la vitalidad reproductivas, tanto masculina como femenina.

El diagnóstico en el Ayurveda 🌿



LA CONSULTA DEL MÉDICO

Mientras la medicina moderna suele abordar los síntomas, el Ayurveda atiende al equilibrio de los doshas, los ciclos energéticos fundamentales del cuerpo. Toda enfermedad se entiende como la manifestación de un desequilibrio entre estas energías, provocado por factores internos y externos.

El Ayurveda sostiene que nuestro funcionamiento físico y mental está regido por tres doshas —Vata, Pitta y Kapha—, que a su vez son combinaciones de los cinco elementos: éter, aire, fuego, agua y tierra. Cuando los doshas están en equilibrio, la persona disfruta de calma y bienestar; cuando se alteran —por el cambio de estación, el sedentarismo, el envejecimiento o los cambios hormonales—, pueden surgir diversos problemas de salud. En armonía, los doshas sostienen un estado sereno del Atma (alma), los Indriyas (sentidos) y el Manas (mente).

| Dosha, Dhatu & Mala 🌿

«Dosha-Dhatu-Mala Moolam Hi Sareeram» — El cuerpo se fundamenta en los tres Doshas, los siete Dhatus y los tres Malas.

Dosha: la energía que regula nuestros procesos físicos y psicológicos. Los Doshas están presentes en todo ser vivo, desde la célula más simple hasta el organismo más complejo; el desequilibrio entre ellos da lugar a dolencias y enfermedades.

Dhatu: uno de los tejidos estructurales del cuerpo. En equilibrio, los Dhatus sostienen el crecimiento y el mantenimiento del cuerpo.

Mala: uno de los productos de desecho del cuerpo. Los Malas favorecen la eliminación natural del organismo, asegurando que los desechos se eliminen de forma continua y se mantengan dentro de límites saludables.

| El Tridosha — Vata, Pitta & Kapha 🌿

Los tres doshas rigen toda la fisiología del cuerpo: la manera en que usted responde al mundo que le rodea.

Vata

Función: rige el movimiento y subyace a todos los procesos corporales y mentales.

En desequilibrio: un Vata elevado puede manifestarse como decoloración de la piel, debilidad abdominal, dolor e insomnio; un Vata disminuido, como menor actividad y reflejos lentos.

Pitta

Función: rige la digestión, la temperatura corporal, la visión, el apetito, el intelecto y la salud de la piel.

En desequilibrio: un Pitta elevado puede manifestarse como hambre y sed excesivas, sensación de ardor y sueño alterado; un Pitta disminuido, como digestión débil, extremidades frías y piel apagada.

Kapha

Función: rige la estabilidad, la lubricación y la firmeza de las articulaciones.

En desequilibrio: un Kapha elevado puede manifestarse como digestión lenta, pesadez, exceso de sueño y tos; un Kapha disminuido, como mareos, palpitaciones, sequedad de la piel y laxitud de las articulaciones.

Prakruti — Su constitución única

Prakruti es su constitución individual: la configuración genética, física y mental que da a cada persona su carácter único. Se establece en la concepción y determina no solo el temperamento, sino también la naturaleza física y la predisposición a determinadas afecciones. Comprender la Prakruti de una persona es, por tanto, esencial para diagnosticar y tratar la enfermedad: alguien de constitución predominantemente Vata, por ejemplo, puede ser más propenso a molestias articulares como la artritis.

El Ayurveda agrupa la Prakruti en siete tipos generales, formados a partir de uno o más doshas:

- Vata
- Pitta
- Kapha
- Vata–Pitta
- Pitta–Kapha
- Vata–Kapha
- Tridosha (un equilibrio de los tres)

En la práctica, una constitución de un solo dosha es poco frecuente; la mayoría de las personas son una combinación de dos doshas, lo que se conoce como Dwidoshaja Prakruti.

En resumen: los tres tipos constitucionales

Constitución Vata: complexión generalmente delgada, con piel y cabello secos, apetito variable y tendencia a sentir frío; a menudo imaginativa y sensible, con un sueño más ligero.

Constitución Pitta: complexión generalmente media, con piel suave, apetito fuerte y memoria aguda y clara; intolerante al calor, y a menudo decidida y de pensamiento rápido.

Constitución Kapha: complexión generalmente sólida y robusta, con tendencia a ganar peso, piel grasa y cabello fuerte; tranquila, estable y de buen carácter, con un sueño profundo y reparador.

El tratamiento en el Ayurveda 🌿



CONSULTA ANTES DEL TRATAMIENTO

En Kairali, cada afección se aborda mediante uno de tres enfoques o una combinación de ellos.

Swastha Chikitsa: atención preventiva para las personas sanas, concebida para fortalecer la inmunidad y el metabolismo mediante terapia, dieta y ejercicio. Se aplica principalmente a través de las terapias Rasayana (rejuvenecimiento) y Vajikarana.

Shamana Chikitsa: tratamiento paliativo que calma una afección, generalmente en dolencias leves. Se administra mediante medicinas internas, como comprimidos y kashayams (decocciones de hierbas), en dos etapas: Hetu Vipareetam, que aborda la causa inmediata, y Vyadhi Vipareetam, una recuperación holística y gradual que comienza y termina con una evaluación completa de los doshas.

Shodhana Chikitsa: un tratamiento purificador que aborda tanto la afección como su desequilibrio subyacente, con el objetivo de restablecer el equilibrio de los Doshas, los Dhatus y los Malas. Su forma principal es el Panchakarma.

Panchakarma — Las cinco terapias de purificación



BASHPA SWEDANA — BAÑO DE VAPOR DE HIERBAS

Entre los tratamientos más antiguos del Ayurveda y descrito en detalle en el Charaka Samhita, el Panchakarma es una purificación completa del cuerpo mediante aceites y medicinas de hierbas especialmente preparados. A través de cinco métodos naturales de limpieza que apoyan la propia eliminación del organismo, restablece el equilibrio entre Vata, Pitta y Kapha y renueva tanto el cuerpo como la mente. En Kairali, el Panchakarma va siempre precedido de terapias preparatorias y se realiza en todo momento bajo la guía de nuestros médicos.

- Vamanam (Emesis terapéutica) — elimina el exceso de Kapha y la mucosidad acumulada; útil en la congestión respiratoria y en afecciones de tipo Kapha como la psoriasis.
- Virechanam (Purgación) — limpieza suave y medicada de los intestinos; indicada en afecciones relacionadas con Pitta.
- Asthapana / Niruham Vasti (Enema de decocción) — un enema de decocción medicada para afecciones de tipo Vata, especialmente del colon, y útil en dolor lumbar, ciática y molestias articulares.
- Anuvasana Vasti (Enema de aceite) — un enema de aceite medicado para afecciones de tipo Vata como la artritis y las molestias neuromusculares, y de apoyo en el estreñimiento.
- Nasyam (Medicación nasal) — aceites medicados administrados por las fosas nasales para despejar los canales de la cabeza y el cuello; indicado en sinusitis, migraña y resfriado crónico.



SEGUNDA PARTE

Nuestras terapias ayurvédicas

Estas terapias son los componentes básicos de nuestros programas. Su médico seleccionará y combinará las más adecuadas a su constitución y a sus objetivos. Aquí se agrupan por familias para que resulte fácil explorarlas.

LOS SECRETOS DE SANACIÓN DE «KAIRALI»

Terapias de aceite & masaje de cuerpo entero 🌿



PIZHICHIL — ACEITE MEDICADO TIBIO

- Abhyangam — Un masaje sincronizado de cuerpo entero con aceites medicados tibios, realizado por dos terapeutas sobre la tradicional camilla de madera Droni. A menudo es el primer paso de cualquier programa: mejora la circulación, el sueño, la vitalidad y la salud de la piel, y ayuda al cuerpo a adaptarse a las estaciones.
- Pizhichil — Una de las terapias rejuvenecedoras emblemáticas de Kairali. Se vierte aceite medicado tibio en un flujo continuo sobre el cuerpo y se masajea suavemente; tradicionalmente apreciada en molestias reumáticas, dolor articular y revitalización general.
- Udwarthanam — Un masaje vigorizante con polvos de hierbas secos que exfolia y tonifica la piel, estimula la circulación y favorece la reducción de la grasa corporal.
- Udgharshanam — Similar al Udwarthanam, pero con una pasta de hierbas húmeda; favorece la descomposición de la celulitis, fortalece los músculos y es útil en algunas afecciones de la piel.

Terapias Shiro (cabeza) & Dhara 🌿



SHIRODHARA

- Sirodhara — Un flujo continuo y rítmico de aceite medicado tibio vertido sobre la frente mientras el terapeuta trabaja los puntos de presión. Profundamente calmante; tradicionalmente apreciada para el estrés, el sueño y la claridad mental.
- Takradhara — Una terapia Dhara con suero de mantequilla medicado, apreciada en el estrés, la ansiedad, las molestias del cuero cabelludo y de la piel, y para un sueño reparador.
- Dhanyamala Dhara — Un flujo cálido de líquido de hierbas fermentado sobre todo el cuerpo, utilizado tradicionalmente en rigidez, dolores y sensación de pesadez.

- Thalapotichil — Una pasta de hierbas refrescante aplicada sobre el cuero cabelludo bajo un envoltorio de tela, utilizada tradicionalmente en insomnio y estrés, y para la salud del cabello y del cuero cabelludo.
- Sirovasti — Aceite medicado tibio retenido sobre la cabeza dentro de un gorro ajustado durante un tiempo determinado; una terapia clásica para el sistema nervioso, utilizada tradicionalmente en migraña, molestias faciales y afecciones crónicas de la cabeza.
- Thalam — Una pasta medicada colocada en la coronilla, utilizada tradicionalmente para el sueño, el dolor de cabeza y las afecciones de la cabeza y los sentidos.

Terapias Kizhi (cataplasmas de hierbas)



PINDA SWEDA — TERAPIA CON CATAPLASMAS DE HIERBAS

Los Kizhi (pronunciado aproximadamente «ki-yi») son cataplasmas calientes de hierbas que se aplican por todo el cuerpo. Los distintos rellenos responden a distintas necesidades.

- Elakizhi (Patra Pinda Sweda) — Cataplasmas de hojas medicinales calentadas en aceite; favorece la circulación y alivia la rigidez, al tiempo que limpia y tonifica la piel.
- Podikizhi — Cataplasmas de polvos de hierbas, apreciadas en espasmos musculares y rigidez de músculos y articulaciones.
- Manjalkizhi — Cataplasmas de cúrcuma y hierbas, utilizadas tradicionalmente para aliviar la inflamación y las molestias articulares.
- Narangakizhi — Cataplasmas de limón, hierbas y aceite, utilizadas tradicionalmente en rigidez, hombro congelado y diversos dolores y molestias.
- Muttakizhi — Cataplasmas preparadas con huevo, utilizadas tradicionalmente en debilidad muscular y ciertas molestias neuromusculares.
- Manalkizhi — Cataplasmas calientes de arena limpia y sal de roca, utilizadas tradicionalmente en rigidez, hinchazón y molestias reumáticas.
- Kadikizhi — Una terapia de cataplasmas de hierbas al vapor, utilizada tradicionalmente en rigidez y problemas de peso.
- Navarakizhi — Cataplasmas de arroz Navara cocido en leche de hierbas; nutritivas para los músculos y la piel y muy apreciadas como terapia rejuvenecedora.

Terapias Vasti (retención localizada de aceite) 🌿



KATI VASTI — ZONA LUMBAR

En estas terapias, se retiene aceite medicado tibio dentro de un dique de masa de hierbas sobre una zona concreta durante un tiempo determinado, o bien se administra como enema medicado.

- Kativasti — Para la zona lumbar; utilizada tradicionalmente en rigidez, molestias discales y ciática.
- Greevavasti — Para el cuello y la región cervical; utilizada tradicionalmente en rigidez cervical, espasmos y tensión por el trabajo de escritorio.
- Januvasti — Para las rodillas; utilizada tradicionalmente en artrosis y molestias de rodilla.
- Urovasti — Para el pecho; utilizada tradicionalmente para apoyar el corazón y los pulmones y aliviar las molestias respiratorias.

- Matravasti — Un enema suave de aceite medicado para pacificar Vata; adecuado para todas las edades y útil en molestias de espalda.
- Kashayavasti — Un enema de decocción medicada y procedimiento central del Panchakarma; utilizado tradicionalmente en afecciones neuromusculares.

Cuidado ocular, otorrinolaringológico, bucal & facial



MUKHA ABHYANGA — TERAPIA FACIAL

- Netradhara — Un lavado ocular purificante con líquidos medicados; alivia los ojos cansados y fatigados.
- Netratharpanam — Ghee medicado retenido alrededor de los ojos dentro de un dique de hierbas; una terapia nutritiva utilizada tradicionalmente para fortalecer los ojos y apoyar la visión.

- Karnapoornam — Gotas medicadas tibias retenidas en el oído; utilizadas tradicionalmente para la salud del oído y molestias relacionadas.
- Nasyam — Aceites o polvos medicados administrados por las fosas nasales, con masaje de cabeza, cuello y hombros; utilizado tradicionalmente en sinusitis, migraña y resfriado crónico.
- Dhoompanam — Inhalación terapéutica de humo medicado; un paso purificante que a menudo concluye el Nasyam.
- Kavalagraham & Gandoosham — Gárgaras y enjuagues terapéuticos con aceite para la salud bucal; utilizados tradicionalmente para fortalecer los dientes y las encías y refrescar la boca.
- Mukhalepam — Una mascarilla facial de hierbas que limpia, ilumina y rejuvenece la piel.
- Lepam — Emplastos medicados de hierbas aplicados sobre una zona concreta para aliviar molestias o devolver a la piel su luminosidad.



TERCERA PARTE

Programas de tratamiento en Kairali

Nuestros programas reúnen estas terapias en planes estructurados y dirigidos por médicos. Cada uno comienza con una consulta médica e incluye una dieta personalizada y yoga y meditación diarios. Para los programas terapéuticos se recomienda una estancia mínima de siete noches; su plan, sus terapias y la duración pueden ajustarse a su llegada según su estado de salud.

LOS SECRETOS DE SANACIÓN
DE «KAIRALI»

Encuentre su programa



THAKARADHARA

¿No sabe por dónde empezar? Busque su objetivo a continuación y consulte la sección correspondiente.

SI DESEA...	PROGRAMA · SECCIÓN
Rejuvenecimiento y desintoxicación (o si no sabe por dónde empezar)	Personalized & Customized Healing; Complete Rejuvenation & Detoxification § 1
Un programa clásico de Panchakarma	Ayurvedic Panchakarma Detoxification § 1
Apoyo a la inmunidad / chequeo de salud para ejecutivos	Immunity Enhancement & Executive Health Assessment § 1

SI DESEA...	PROGRAMA · SECCIÓN
Apoyo para el peso y el metabolismo	Weight Management & Metabolism § 2
Apoyo en la diabetes y el equilibrio de la glucemia	Diabetes & Metabolic Balance § 2
Apoyo para la digestión y la salud intestinal	Digestive Wellness & Gut Health Yoga § 2
Apoyo para la salud cardíaca / la presión arterial	Cardiovascular Health & Blood Pressure § 2
Apoyo en la artritis o el dolor articular	Joint Rehabilitation & Arthritis § 3
Apoyo en hernia discal / ciática / dolor de origen nervioso	Spinal Disc & Nerve Restoration § 3
Cuidar la espondilitis / la salud general de la columna	Spine Care & Spondylitis § 3
Apoyo en el dolor de espalda crónico	Chronic Back Pain Relief § 3
Apoyo en el dolor de cuello / cervical / de la espalda alta	Neck & Upper Back Rehabilitation § 3
Apoyo frente al estrés, la ansiedad o el agotamiento	Comprehensive Stress Relief & Mental Wellness § 4

SI DESEA...	PROGRAMA · SECCIÓN
Apoyo para el sueño / el insomnio	Sleep Restoration § 4
Explorar apoyo en la rehabilitación tras un ictus / afecciones neurológicas	Neurological Wellness; Paralysis Recovery § 5
Apoyo en la parálisis facial	Facial Paralysis & Nerve Rehabilitation § 5
Cuidado de la vitalidad de la piel	Skin Vitality Revival § 6
Apoyo en la psoriasis / afecciones cutáneas crónicas	Psoriasis & Chronic Skin § 6
Apoyo en la sinusitis o la migraña	Sinus & Migraine Relief § 7
Apoyo en asma / bronquitis / respiración	Breath Enhancement & Respiratory Health § 7
Cuidar los ojos cansados / la visión	Vision Health & Eye Rejuvenation § 7
Apoyo para el equilibrio hormonal (mujeres)	Women's Hormonal Balance & Endocrine § 8
Cuidados posnatales tras el parto	Postpartum Rejuvenation § 8

SI DESEA...	PROGRAMA · SECCIÓN
Cuidados de apoyo durante el tratamiento del cáncer	Supportive Care for Cancer Patients § 9
Apoyo en la recuperación de una adicción o dependencia	Addiction Recovery & Behavioral Health § 9
Profundizar la práctica de yoga y meditación	Kairali's Yoga & Meditation Package § 10
Aprender Ayurveda / formarse profesionalmente	Ayurveda Training Programs § 11

1 · Desintoxicación, rejuvenecimiento & cuidado preventivo



El corazón de la experiencia ayurvédica: limpiar, restablecer y proteger su salud.

Programa de sanación personalizado de Kairali *Swasthya Anukūla Chikitsa*

Kairali's Personalized & Customized Healing Program

Si no sabe por dónde empezar, empiece aquí: un plan totalmente a medida, construido en torno a su consulta y a sus objetivos personales.

Terapia completa de rejuvenecimiento & desintoxicación *Shodhanam Karma*

Complete Rejuvenation & Detoxification Therapy

Restaura y repara los tejidos del cuerpo, mejora la circulación y renueva la energía y la piel: un reinicio completo.

Terapia ayurvédica de desintoxicación Panchakarma *Pañchakarma*

Ayurvedic Panchakarma Detoxification Therapy

La purificación clásica en cinco pasos para una limpieza profunda y el reequilibrio de los doshas.

Programa ayurvédico de desintoxicación preventiva & regenerativa

Swasthya Rakshana Chikitsa

Preventive Health & Regenerative Ayurvedic Detox Program

Una desintoxicación más suave y preventiva para mantener la salud y la vitalidad a largo plazo.

Terapia de refuerzo inmunitario & chequeo de salud para ejecutivos

Ojasvardhana Chikitsa

Immunity Enhancement & Executive Health Assessment Therapy

Fortalece la inmunidad y el metabolismo junto con una evaluación de salud; ideal para profesionales con agendas exigentes.

2 · Peso, metabolismo, digestión & salud cardíaca



Programas centrados en el estilo de vida para el peso, el metabolismo, la digestión y el bienestar cardiovascular.

Terapia de control del peso & metabolismo

Sthoulyaghna Chikitsa

Weight Management & Metabolism Therapy

Un plan a medida de dieta, yoga y terapias para favorecer un control saludable del peso y del metabolismo.

Terapia para la diabetes & el equilibrio metabólico

Madhumeha Chikitsa

Diabetes & Metabolic Balance Therapy

Yogaterapia para el bienestar digestivo & la salud intestinal

Agni Dīpanam Yoga Chikitsa

Digestive Wellness & Gut Health Yoga Therapy

Restablece la fuerza digestiva (Agni) y la salud intestinal mediante terapia, dieta y yoga.

Tratamiento para la salud cardiovascular & la presión arterial

Rakta Samadama Chikitsa

Cardiovascular Health & Blood Pressure Treatment

Apoya la salud del corazón y una presión arterial saludable mediante terapia ayurvédica y orientación sobre el estilo de vida.

3 · Articulaciones, columna & espalda 🌿



JANU VASTI — RODILLA

Alivio y rehabilitación específicos para articulaciones, columna y espalda.

Rehabilitación articular & tratamiento de la artritis

Sandhivātam Chikitsa

Joint Rehabilitation & Arthritis Treatment

Para artrosis, artritis reumatoide y dolor articular; combina terapias con aceites de hierbas, medicina interna y movimiento guiado para favorecer la movilidad.

Tratamiento de restauración discal & nerviosa

Snāyu Bala Chikitsa

Spinal Disc & Nerve Restoration Treatment

Para molestias discales y compresión nerviosa, como la hernia discal y la ciática.

Cuidado de la columna & tratamiento de la espondilitis

Merudaṇḍa Chikitsa

Spine Care & Spondylitis Treatment

Atención específica para la espondilitis y afecciones relacionadas de la columna.

Tratamiento para el alivio del dolor de espalda crónico

Kaṭi Shūla Chikitsa

Chronic Back Pain Relief Treatment

Un programa específico para aliviar el dolor de espalda persistente y recuperar la fuerza.

Tratamiento de rehabilitación de cuello & espalda alta

Manyastambha Chikitsa

Neck & Upper Back Rehabilitation Treatment

Para espondilosis cervical, rigidez de cuello y tensión por el trabajo de escritorio.

4 · Estrés, sueño & bienestar mental 🌿



SHIRO ABHYANGA — TERAPIA DE LA CABEZA

Recupere la calma, la concentración y un sueño reparador.

Programa integral de alivio del estrés & bienestar mental

Manas Shān̥thi Chikitsa

Comprehensive Stress Relief & Mental Wellness Program

Terapia ayurvédica, yoga, meditación y técnicas de respiración para aliviar el estrés y desarrollar una resiliencia que podrá llevarse a casa.

Terapia de restauración del sueño

Nidrā Chikitsa

Sleep Restoration Therapy

Un programa dedicado a favorecer un sueño profundo y natural.

Programa de reinicio del estrés & la energía basado en el yoga

Prāna Sāmya Yoga Chikitsa

Yoga-Based Stress & Energy Reset Program

Un programa centrado en el yoga para reequilibrar la energía, calmar el sistema nervioso y restablecer la vitalidad.

5 · Cuidado neurológico & rehabilitación de la parálisis



Atención rehabilitadora y de apoyo para el sistema nervioso.

Terapia de bienestar & función neurológica

Majjā Poshanam Chikitsa

Neurological Wellness & Function Therapy

Atención de apoyo en afecciones neurológicas y neuromusculares; nutre el sistema nervioso (majja dhatu).

Terapia de recuperación & rehabilitación de la parálisis

Pakshāghāta Chikitsa

Paralysis Recovery & Rehabilitation Therapy

Un programa de rehabilitación estructurado para apoyar la recuperación y la movilidad.

Terapia de parálisis facial & rehabilitación nerviosa

Ardita Chikitsa

Facial Paralysis & Nerve Rehabilitation Therapy

Atención específica para la parálisis facial y afecciones nerviosas relacionadas.

6 · Salud de la piel 🌿



UDWARTHANAM — TERAPIA CON POLVOS DE HIERBAS

Para una piel sana y radiante: desde la vitalidad cotidiana hasta las afecciones crónicas.

Tratamiento ayurvédico de revitalización de la piel *Tvachā Navīkarana Chikitsa*

Ayurveda Skin Vitality Revival Treatment

Rejuvenece e ilumina la piel y favorece una luminosidad natural.

Tratamiento de la psoriasis & afecciones cutáneas crónicas *Kushṭham Shamana Chikitsa*

Psoriasis & Chronic Skin Treatment

Atención dedicada y de mayor duración para la psoriasis y otras afecciones crónicas de la piel.

7 · Cuidado respiratorio, sinusal & ocular 🌿



NASYAM — TERAPIA NASAL

Alivio para la cabeza, la respiración y los sentidos.

Tratamiento para el alivio de la sinusitis & la migraña

Nasyam Chikitsa

Sinus & Migraine Relief Treatment

Combina Nasyam y terapias afines para la sinusitis y la migraña, desde casos leves hasta crónicos.

Terapia de mejora de la respiración & salud respiratoria

Shwasa Roga Chikitsa

Breath Enhancement & Respiratory Health Therapy

Atención de apoyo en asma, bronquitis y bienestar respiratorio general.

Terapia de salud visual & rejuvenecimiento ocular

Netram Chikitsa

Vision Health & Eye Rejuvenation Therapy

Alivia los ojos cansados y apoya la salud ocular con Netradhara, Netratharpanam y terapias afines.

8 · Salud de la mujer 🌿



THALAPOTHICHIL — EMPLASTO DE HIERBAS PARA LA CABEZA

Atención diseñada en torno al bienestar de la mujer.

Terapia de equilibrio hormonal & endocrino de la mujer

Strī Swāस्थ्यam Rakshana

Women's Hormonal Balance & Endocrine Therapy

Favorece el equilibrio hormonal y endocrino mediante terapia ayurvédica, dieta y estilo de vida.

Terapia de rejuvenecimiento posparto

Sutikā Paricharya

Postpartum Rejuvenation Therapy

Atención reconstituyente tras el parto para tonificar y fortalecer el cuerpo, con dieta y régimen guiados.

9 · Atención especializada & de apoyo

Atención especializada y estructurada para afecciones complejas y delicadas.

Terapia de recuperación de adicciones & salud conductual *Madātyaya Chikitsa*

Addiction Recovery & Behavioral Health Therapy

Un programa estructurado y bajo supervisión médica que combina desintoxicación, yoga, asesoramiento y orientación sobre el estilo de vida para apoyar la recuperación de la dependencia.

Terapia de cuidados de apoyo para pacientes con cáncer *Karkaroga Sahāyam Chikitsa*

Supportive Care Therapy for Cancer Patients

Atención ayurvédica de apoyo, suave, destinada a ayudar en el confort, la fuerza y la calidad de vida. Es una atención complementaria: no es una cura para el cáncer ni sustituye al tratamiento oncológico, y está concebida para acompañar la atención del equipo oncológico que le trata.

10 · Programas de yoga & meditación

Programas centrados en el yoga y la meditación que pueden combinarse con terapias o realizarse por sí solos. El yoga en grupo cada mañana y la meditación guiada cada tarde acompañan a todos los programas de tratamiento; los talleres semanales de Ayurveda y yoga y las clases de cocina ayurvédica están abiertos a todos los pacientes.

Paquete de yoga & meditación de Kairali

Dhyāna-Yoga Shibiram

Kairali's Yoga & Meditation Package

Una inmersión cuidadosamente diseñada en yoga, pranayama y meditación: yoga privado al amanecer y atención plena guiada en sesión privada, con una terapia ayurvédica cada día, en un entorno bajo supervisión médica.

Véase también, en las secciones de tratamiento: Digestive Wellness & Gut Health Yoga Therapy (Sección 2) y Yoga-Based Stress & Energy Reset Program (Sección 4).

II · Programas de formación en Ayurveda

Programas de orientación educativa para estudiantes y profesionales del bienestar, con certificados de curso expedidos por el Kairali Institute of Panchakarma Therapies. Las clases se imparten de lunes a viernes.

Programa de Ayurveda de un día

Ayurveda Bodha

One Day Ayurveda Program

Un taller introductorio con teoría básica, demostración en vídeo y un Abhyangam de 45 minutos; ideal para principiantes que desean conocer el Ayurveda.

Programa de Ayurveda de tres días

Ayurveda Sadhana

Three-Day Ayurveda Program

Un programa breve e inmersivo con teoría diaria, autopráctica guiada y una terapia premium al día; para el rejuvenecimiento personal y una comprensión más profunda.

Programa de Ayurveda de una semana

Praveena

One Week Ayurveda Program

Un curso de competencias profesionales que introduce cinco terapias fundamentales; diseñado para terapeutas en ejercicio, profesionales del bienestar y estudiantes comprometidos.

Programa avanzado de formación en Ayurveda, nivel 1

Ayurveda Visheshagya Prathama

Advanced Ayurveda Training Program Level 1

Formación intensiva que abarca anatomía aplicada, seis terapias y habilidades básicas de consulta, dirigida a profesionales del bienestar que deseen aprender orientación ayurvédica básica.

Programa avanzado de consultor terapeuta en estilo de vida ayurvédico, nivel 2

Ayurveda Paramarshaka Dwitiya

Advanced Ayurveda Lifestyle Consultant Therapist Program Level 2

Formación integral en principios del Panchakarma, herbología, análisis de la Prakriti y gestión del estilo de vida, que conduce a un certificado de curso expedido por el Kairali Institute of Panchakarma Therapies. El certificado no es una habilitación profesional ni una titulación profesional reconocida fuera del instituto.

Detalles de los cursos y admisiones: www.kairali.guru
o info@kairali.com.

Todos los tratamientos son realizados por médicos ayurvédicos (BAMS, India) y terapeutas formados, y cada programa comienza con una consulta médica a su llegada, en la que su médico confirma el programa, las terapias y la duración más adecuados para su salud. Como con cualquier tratamiento, los resultados varían de un paciente a otro. Descargue la lista de tarifas vigente —en INR, USD o EUR— en





The Ayurvedic Healing Village, Palakkad

LOS SECRETOS DE SANACIÓN
DE «KAIRALI»

Situado en 65 acres (unas 26 hectáreas) de exuberante vegetación en Palakkad, Kerala, al pie de los Ghats Occidentales, Kairali — The Ayurvedic Healing Village es el buque insignia del Kairali Ayurvedic Group. Hospital ayurvédico acreditado por la NABH, alberga 30 villas diseñadas individualmente y construidas según los principios del Vaastu, donde se practica el Ayurveda clásico.

Aquí, los aceites y las medicinas tradicionales son preparados y administrados por médicos y terapeutas expertos, procedentes de un linaje familiar dedicado al Ayurveda, para que usted se sienta relajado, revitalizado y rejuvenecido.



Classic Villa

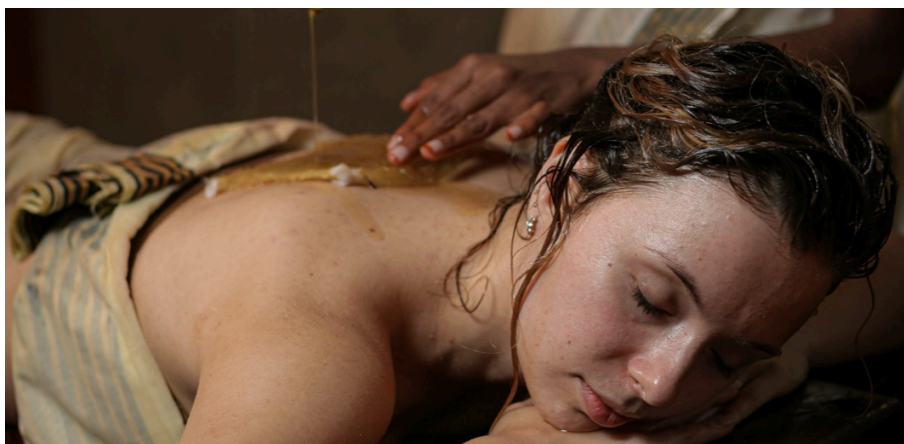
Deluxe Villa

Royal Villa

Maharaja Suite

Reconocimientos: TripAdvisor Travellers' Choice Award 2026; National Geographic Traveller (UK) Spa & Wellness Collection 2026; PATWA International Travel Award 2026 (ITB Berlin): Best Retreat Wellness (India); Haute Grandeur Global Excellence Awards 2026: Best Wellness Retreat India y Best Ayurveda Retreat India.

Sus días en Kairali



GREEVA PICHU — CUELLO

Más allá de sus terapias, las experiencias diarias sin coste adicional le ayudan a vivir el Ayurveda. Una semana típica incluye:

DÍA	EXPERIENCIA SIN COSTE ADICIONAL
Lunes	Visita a la granja
Martes	Principios básicos del Ayurveda, con un médico
Miércoles	Demostración de cocina, con nuestro chef
Jueves	Charla sobre yoga, con un profesor de yoga (y visita al jardín de hierbas)

Viernes	Rutinas diarias en el Ayurveda, con un médico
Sábado	Demostración de cocina, con nuestro chef
Domingo	Qué hacer y qué evitar según el Ayurveda, con un médico

Meditación guiada (17:15–17:45): respiración consciente los lunes, meditación caminando los miércoles y canto del Om los viernes. También puede organizarse una visita a nuestra planta de producción; consulte en recepción.





La promesa Kairali

LOS SECRETOS DE SANACIÓN
DE «KAIRALI»

En Kairali creemos que la buena salud comienza cuando el cuerpo, la mente y el espíritu están en paz y en armonía. Esta convicción es el principio fundacional de cada tratamiento que se ofrece en el Healing Village. Guiados por el conocimiento transmitido a lo largo de generaciones de nuestra familia ayurvédica, y por aceites y fórmulas perfeccionados durante años de práctica, miramos más allá del síntoma inmediato, con terapias que buscan rejuvenecer y desintoxicar el cuerpo y abordar el desequilibrio en su origen.

Para nosotros, el bienestar es más que la salud física: se refleja en sus emociones y en su entusiasmo por vivir la vida en plenitud.

«Kairali — salud a través del Ayurveda desde 1908».



Nuestro mundo de productos

LOS SECRETOS DE SANACIÓN
DE «KAIRALI»

Más allá del Healing Village, Kairali lleva el Ayurveda a la vida cotidiana.

- Ayurveda tradicional — un sistema médico tradicional originario de la India.
- Medicinas ayurvédicas de fórmula propia — formulaciones ayurvédicas propias de Kairali.
- Productos orgánicos ayurvédicos de fórmula propia — la gama de formulaciones ayurvédicas de Kairali.
- Infusiones ayurvédicas de hierbas — una alternativa herbal para una vida más saludable.
- Kair by Kairali — cosmética herbal inspirada en el Ayurveda.
- Libros — más de un siglo de herencia y tradición, explicado con sencillez.

Compre en línea en kairaliproductions.com.



Contactos & nuestra red

LOS SECRETOS DE SANACIÓN DE «KAIRALI»

El Healing Village 🌿

Kairali — The Ayurvedic Healing Village

P.O. Olassery, Kodumbu, Distrito de Palakkad – 678551, Kerala, India

Reservas (IVR): +91 9555 156 156 · WhatsApp: +91 92898 38797

Correo electrónico: info@kairali.com
· ayurvedichealingvillage.com

Oficina corporativa 🌿

Kairali Ayurvedic Group

D-130, Block D, Ambedkar Colony, Mehrauli, Nueva Delhi –
110030, India

Tel.: +91 9555 156 156 · Correo electrónico: info@kairali.com

Nuestra red 🌿

Tras abrir su primer centro de tratamiento en Delhi en 1989, Kairali cuenta hoy con centros ayurvédicos propios en cinco países, además del hospital insignia aquí en Kerala.

En la India: Nueva Delhi (Mehrauli y Siri Fort), Gurgaon, Faridabad, Patna, Guwahati, Raipur y Vadodara.

En el extranjero: Japón (Yokohama, y Seijyo y Minamiaoyama en Tokio), Mauricio (Phoenix), la República Checa (Praga) y Kuwait.

Encuentre su centro más cercano en kairalicenters.com.

El Grupo Kairali en línea

- kairali.com — Sitio web del grupo — nuestra génesis y divisiones
- ayurvedichealingvillage.com — El Healing Village — nuestro hospital ayurvédico insignia
- kairalicenters.com — Centros ayurvédicos de día
- ayurvedafranchise.com — Oportunidades de franquicia en todo el mundo
- kairaliproductions.com — La gama completa de productos ayurvédicos
- kairbykairali.com — Cosmética herbal
- kairalitea.com — Infusiones & tés ayurvédicos
- kairaliorganic.com — Formulaciones ayurvédicas
- kairali.guru — Cursos de formación en Ayurveda
- whyayurveda.org — El blog de Ayurveda de Kairali

ayurvedichealingvillage.com

Programas, médicos y cómo contactarnos.

Los secretos de sanación de «Kairali» · Edición 2.0 · Julio de 2026

Salud a través del Ayurveda · Desde 1908 · © Kairali Ayurvedic

Group

Ref. KTAHV/HSK/ES/20260925-R1 · Emitido 25 de septiembre de
2026