
Proposta de Regulamentação da Prática Profissional do Yoga

Dezembro de 2019



Ficha Técnica:

Título: Proposta de Regulamentação da Prática Profissional do Yoga

Autor: Grupo de Trabalho para a Elaboração da Proposta de Regulamentação da Prática Profissional do Yoga

Produtor: Federação Portuguesa de Yoga (FPY)

Local: Lisboa

Data: Outubro de 2019

Estatuto de utilização: Confidencial

Versão: 01

Índice

I SUMÁRIO EXECUTIVO.....	3
II ENQUADRAMENTO	4
II.1 Âmbito.....	4
II.2 Objetivos	4
II.3 Vantagens da regulamentação	4
II.4 Metodologia.....	5
III CAMPO CONCEPTUAL.....	7
III.1 Yoga.....	7
III.2 Praticante	7
III.3 Professor e Instrutor.....	7
III.4 Espaço de prática.....	8
III.5 Certificação e reconhecimento profissional.....	8
III.6 Entidade Certificadora	8
IV PRESENÇA ATUAL DO YOGA EM PORTUGAL	9
V CERTIFICAÇÃO INTERNACIONAL DA PROFISSÃO	15
VI REGULAMENTAÇÃO EM PORTUGAL E NOS OUTROS PAÍSES	17
VII TUTELA.....	222
VIII PROPOSTA DE REGULAMENTAÇÃO	233

I SUMÁRIO EXECUTIVO

O presente documento intitulado “Proposta para a regulamentação da prática profissional do Yoga em Portugal” é o resultado da preocupação crescente pela ausência de instrumentos reguladores de uma prática que tem crescido ao longo dos anos, abrangendo atualmente as diversas gerações e setores da sociedade nacional.

O Yoga é uma prática antiga, que tem na Índia o seu berço, mas a sua disseminação e adesão pelo mundo ocidental é evidente, fazendo hoje parte da vida quotidiana de muitos cidadãos. A 1 de Dezembro de 2015, a UNESCO reconheceu o Yoga como “Património Imaterial da Humanidade”, destacando a sua influência na saúde, na educação e na cultura.

O Yoga é hoje também uma realidade em ginásios, escolas, empresas, lares da terceira idade... A par deste movimento, acresce-se a criação algo descontrolada do número de espaços de prática, não se conseguindo, no entanto, conhecer ao certo o número de professores, instrutores e praticantes.

A formação dos profissionais a exercer na área é algo a que se deve conceder especial atenção, com o intuito de garantir uma maior qualidade no desenvolvimento da atividade de Yoga e a total segurança dos praticantes.

Por outro lado, importa também reconhecer legalmente e enquadrar estes profissionais numa carreira, para que possam exercer os seus direitos e deveres condignamente e assim melhor servir a sociedade e usufruir dos mecanismos que a segurança social prevê.

A Proposta de Regulamentação tem a seguinte estrutura:

- **Enquadramento** – define o âmbito, objetivos gerais e específicos, enumera as vantagens da regulamentação, a metodologia e cronograma do desenvolvimento dos trabalhos.
- **Campo concetual** – define conceitos base em sede de regulamentação - Yoga; praticante; professor e instrutor; espaço de prática; certificação e reconhecimento profissional; entidade certificadora.
- **Presença atual do Yoga em Portugal** – através de dados oficiais identifica e caracteriza as diversas tipologias de organização de Yoga existentes; apresenta dados do investimento público nesta prática, assim como da sua manifestação em diversos setores da sociedade portuguesa.
- **Certificação internacional da profissão** – apresenta as principais instituições internacionais a definir referenciais de formação de professores e instrutores de Yoga – AYUSH, Yoga Alliance, União Europeia de Yoga (UEY).
- **Estado da regulamentação em Portugal e nos outros países** – caracteriza a regulamentação em diversos países e faz o ponto de situação da mesma.
- **Tutela** – sugere o Ministério do Governo Português em que consideramos pertinente a integração da presente proposta, não obstante a articulação também considerada necessária com outros Ministérios.
- **Proposta de regulamentação** – formula a proposta de regulamentação para a prática profissional do Yoga em território nacional.

II ENQUADRAMENTO

II.1 Âmbito

A presente proposta de regulamentação é aplicável a todos os profissionais dedicados ao ensino do Yoga, às entidades responsáveis pela formação destes profissionais e a outras instituições que acolhem e promovem a prática de Yoga, nomeadamente:

- Entidades públicas;
- Associações, federações, centros e empresas de Yoga;
- Instituições comunitárias e/ou de solidariedade social (ex.: lares, centros de dia, creches);
- Entidades do setor privado (ex.: empresas, escolas privadas, turismo).

II.2 Objetivos

Este documento tem como **objetivo geral**:

- Constituir as bases de fundamentação da regulamentação da prática profissional do Yoga.

E **objetivos específicos**:

- Obter o reconhecimento legal e oficial da prática profissional do Yoga;
- Estabelecer as regras da atividade profissional do professor e instrutor de Yoga;
- Estabelecer as regras da certificação profissional do professor e instrutor de Yoga;
- Estabelecer as regras da certificação profissional das entidades formadoras;
- Definir a entidade certificadora dos cursos de Yoga.

II.3 Vantagens da regulamentação

A regulamentação da prática profissional do Yoga:

- Potencia a transparência de um setor em franco crescimento e que se manifesta em diferentes setores da sociedade nacional;
- Estabelece regras, normas e procedimentos comuns a todas as organizações e instituições, independentemente da tradição, visando a segurança e a qualidade da prática;
- Define responsabilidades.

II.4 Metodologia

A elaboração da proposta teve por base a seguinte metodologia:

Fase 0 – Consulta a grupos parlamentares

1.ª Fase – Consulta à comunidade nacional de Yoga

Tarefa 1- Convites à comunidade

Tarefa 2- Reuniões mensais

2.ª Fase – Elaboração e divulgação do “Manifesto de apoio à Comunidade de Yoga em Portugal”

Tarefa 1- Elaboração

Tarefa 2- Divulgação à comunidade

3.ª Fase – Grupo de Trabalho

Tarefa 1- Constituição

Tarefa 2- Reuniões de acompanhamento

4.ª Fase – Proposta de Regulamentação

Tarefa 1- Estudos e levantamentos (ex.: legislação, atos societários)

Tarefa 2- Preparação e elaboração da proposta

Tarefa 3 - Retificações

5.ª Fase – Submissão a parecer jurídico

6.ª Fase – Conselho Consultivo

Tarefa 1- Constituição

Tarefa 2 - Apresentação e discussão

Tarefa 3 - Retificações

7.ª Fase – Apresentação e divulgação nas Jornadas de Yoga – Museu do Oriente

Tarefa 1 - Apresentação e discussão

Tarefa 2 - Retificações

8.ª Fase – Apresentação à Assembleia da República

II.5 Cronograma

Segue-se o cronograma dos trabalhos:

Fases	2012	2018	Jan19	Fev 19	Mar 19	Abr 19	Mai 19	Jun 19	Jul 19	Ago 19	Set 19	Out 19	Nov 19	Dez 19
Fase 0 – Consulta a Grupos Parlamentares	█	█												
1.ª Fase – Consulta à comunidade nacional e europeia de Yoga					█	█	█	█						
2.ª Fase – Manifesto									█					
3.ª Fase – Grupo de Trabalho						█	█	█	█	█	█	█	█	
4.ª Fase – Proposta de regulamentação										█	█			
5.ª Fase – Parecer jurídico											█			
6.ª Fase – Conselho Consultivo												█		
7.ª Fase – Divulgação à comunidade Jornadas de Yoga – Museu do Oriente												█		
8.ª Fase – Apresentação à Assembleia da República													█	█
Documentos														
Atas					█	█	█	█						
Manifesto									█					
Proposta final												█		

III CAMPO CONCEPTUAL

III.1 Yoga

Yoga é a filosofia que, aplicada a todos os aspetos da vida, permite atingir a harmonia no dia a dia. Os efeitos desta prática holística refletem-se em todos os aspetos do indivíduo: físico, mental, emocional e espiritual. O Yoga, qualquer que seja a tradição, tem um carácter universal, sendo a sua prática e aplicação transversal a qualquer cultura, nacionalidade, raça, credo, sexo, idade e condição física.

A palavra “Yoga” significa “unidade” e deriva da raiz sânscrita “yuj-” que significa “juntar”, “unir”. Esta unidade descreve-se como o equilíbrio entre o corpo, a mente e o espírito e consubstancia-se em técnicas psicofísicas¹, articuladas com uma conduta ética e moral exemplares².

Apenas a prática regular de Yoga permite experimentar plenamente a utilidade das suas técnicas, perceber o seu potencial inerente e vivenciar os seus efeitos.

III.2 Praticante

O praticante é aquele que pratica Yoga desenvolvendo plena consciência da sua prática, das bases éticas e filosóficas do Yoga e do fim pretendido com as técnicas utilizadas.

III.3 Professor e Instrutor

Entende-se por professor de Yoga o profissional que tenha formação reconhecida mínima de 500h, com duração mínima de quatro anos. Mediante condições específicas definidas em diploma próprio, o professor poderá lecionar em cursos de formação de Professores ou Instrutores de Yoga ou em cursos de formação específica, ministrar workshops e seminários, dinamizar retiros e ainda desempenhar o papel de avaliador de outros profissionais de Yoga.

Entende-se por instrutor de Yoga o profissional que tenha formação reconhecida mínima de 200 horas, com duração mínima de um ano, sendo que, durante o primeiro ano de exercício após a formação, estará sob a supervisão de um professor orientador.

Compete ao professor e ao instrutor:

- Aplicar diferentes métodos e técnicas de Yoga com eficácia e segurança para o bem dos praticantes, assistindo como primeiro interveniente em caso de acidente ou situação de emergência;
- Acompanhar os processos pessoais de transformação e apoiar os praticantes na reflexão sobre a maneira de agir nas suas vidas diárias;

¹ *Shatkarman, asana, pranayama, mudra, bandha* e meditação

² *Yama* e *nyama*

- Facilitar o desenvolvimento pessoal e a realização plena de cada indivíduo, integrando aspetos mentais, emocionais e físicos;
- Ser consciente da sua responsabilidade e promover a autonomia dos praticantes de Yoga;
- Ter uma atitude aberta a diferentes abordagens, estilos e tradições do Yoga.

A atividade de professor ou instrutor de Yoga poderá ser exercida autonomamente ou por conta de outrem.

III.4 Espaço de prática

O Yoga pode ser transmitido em instituições públicas ou privadas, como parques, escolas, lares de 3ª idade, estabelecimentos prisionais, autarquias, hospitais e clínicas, empresas, empreendimentos turísticos, de lazer e recreativos, ginásios e clubes, associações, estúdios de Yoga.

O Yoga deve ser praticado num espaço que garanta as condições adequadas de higiene, segurança e bem-estar. A prática pode ocorrer em espaço interior ou exterior.

III.5 Certificação e reconhecimento profissional

A atividade de instrutor ou professor de Yoga apenas pode ser exercida nos termos da lei por profissionais detentores de habilitações legalmente exigidas e devidamente credenciados para o seu exercício.

III.6 Entidade Certificadora

É a entidade com competências reconhecidas nos termos da lei para emitir certificados de reconhecimento profissional para o ensino de Yoga.

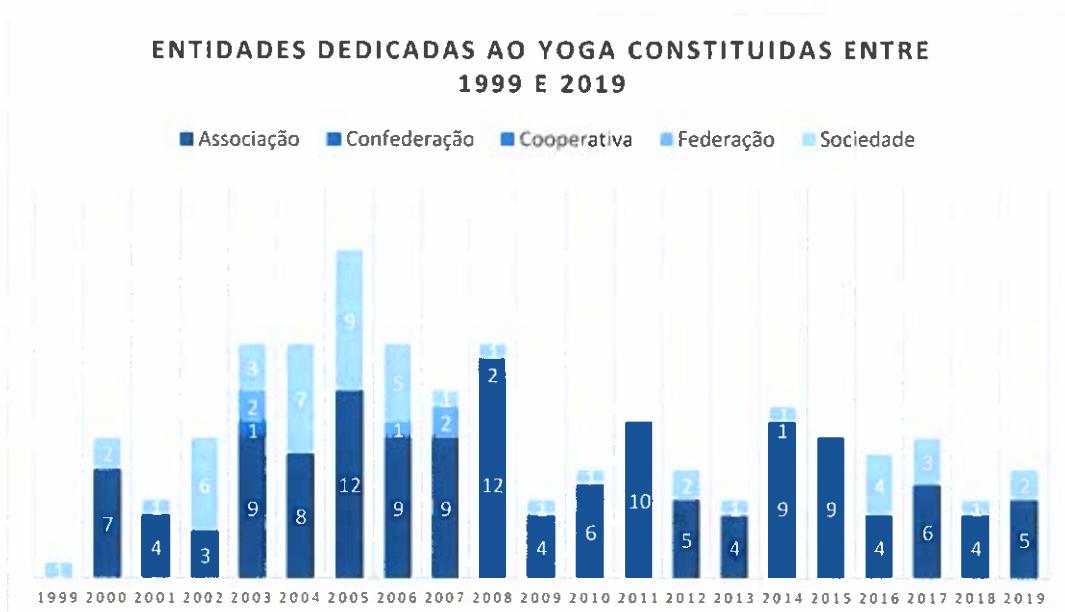
IV PRESENÇA ATUAL DO YOGA EM PORTUGAL

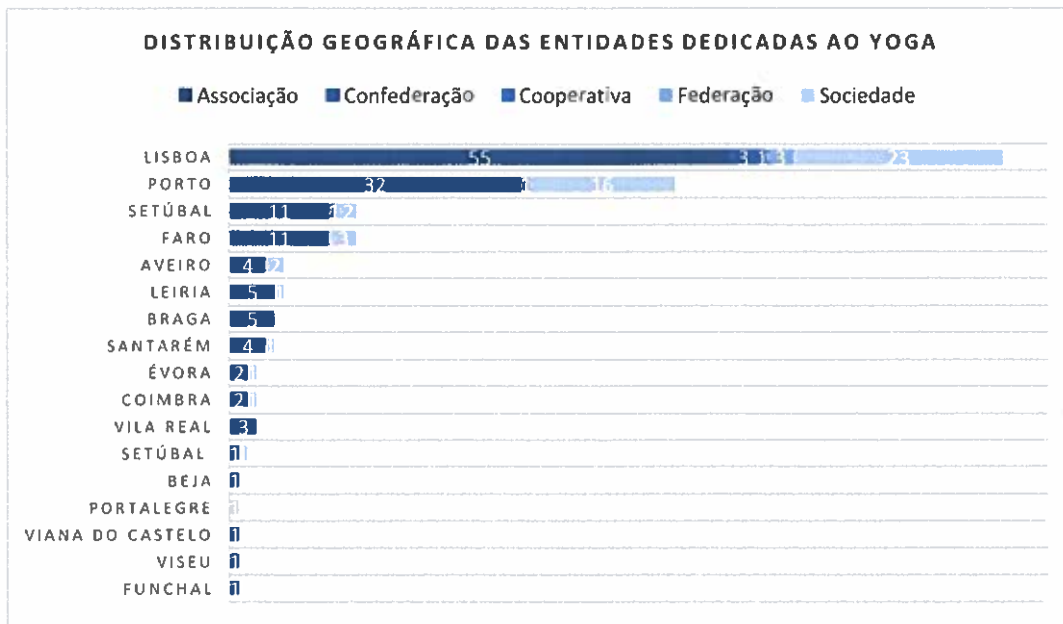
Com o objetivo de estudar a presença de atividades associadas ao yoga na sociedade portuguesa foi realizada a pesquisa da palavra “Yoga” em duas fontes de informação oficial:

Fonte pesquisada	Período	Número de documentos (setembro 2019)
Diário da República Electrónico https://dre.pt/web/guest/pesquisa/-/search/basic/maximized?perPage=25&fq=Yoga&q=Yogaj	1999-2019	196 atos jurídicos (diplomas) publicados no Diário da República
Publicação online de acto societário https://publicacoes.mj.pt/Pesquisa.aspx	2007-2019	290 actos de registo e atos societários relativos a Associações e Fundações realizados em notários

A análise dos documentos supracitados permite-nos observar que, em Portugal:

- Entre 1999 e 2019 foram constituídas pelo menos 200 entidades dedicadas ao Yoga, das quais 74% são associações, federações e outras sem fins lucrativos e, 26% são sociedades comerciais;
- No mesmo período foi declarada a dissolução ou insolvência de 26 entidades (7 Associações, 1 Cooperativa e 18 Sociedades);
- A distribuição geográfica das entidades constituídas em território nacional estende-se a 17 distritos, embora se encontre concentrada em Lisboa (43%), Porto (25%), Setúbal (7%) e Faro (7%).





Ao nível das entidades públicas, nomeadamente as câmaras municipais, verifica-se a oferta da prática de yoga para a população em geral, acrescida de programas específicos direcionados a crianças e a seniores. Esta oferta tem sido enquadrada no contexto do desporto e atividade física, promoção da saúde, educação, entre outros.

Quadro resumo da ocorrência de prática de yoga promovida por entidades públicas, de acordo com publicação em Diário da República.

Entidade pública	Âmbito da publicação em DR	Enquadramento da prática de yoga	Público alvo	Infraestruturas e equipamentos	Período temporal
INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE, I. P., (e Associação Juvenil Quarteira Beach Sports)	Contrato-programa de Desenvolvimento Desportivo: Praia Fit 2017	Atividade física	População geral	Largo do Centro Autárquico de Quarteira ou na Praça do Mar	2017
MUNICÍPIO DE ALMADA	Regulamento e tabela de preços	Desporto: Artes marciais e desportos de combate	População geral	Complexo Desportivo «Cidade de Almada»	2005
MUNICÍPIO DE FIGUEIRA DE CASTELO RODRIGO	Regulamento de Utilização e Funcionamento das Instalações Desportivas Municipais do Concelho de Figueira de Castelo Rodrigo	Desporto: modalidades	População geral	Instalações Desportivas Municipais (Estádio Municipal; Campo de Futebol de 11; Campo de Ténis; Parque de minigolfe; Pavilhão Multiusos (Pavilhão dos Desportos); Piscinas Municipais /Ginásio; Polidesportivo)	A partir de 2016

Entidade pública	Âmbito da publicação em DR	Enquadramento da prática de yoga	Público alvo	Infraestruturas e equipamentos	Período temporal
MUNICÍPIO DE MACEDO DE CAVALEIROS	Procedimento concursal comum para contratação em regime de contrato de trabalho em funções públicas a termo resolutivo certo para [...] técnico superior, com especialização em Educação Emocional[...] para assegurar o projeto "Gabinete Técnico de Apoio ao Aluno e à Família" do mapa de pessoal do município de Macedo de Cavaleiros	Educação Emocional: yoga e/ou meditação[...] exercícios de relaxamento e de concentração [...]	Crianças (alunos do ensino pré-escolar e do 1.º Ciclo do Ensino Básico)	Estabelecimentos de ensino da rede pública	A partir de 2018
MUNICÍPIO DE OEIRAS	Regulamento do Programa Fit Sénior	Saúde: política de promoção da saúde através da prática de atividade física, promovendo o envelhecimento ativo	Seniores (65 ou mais anos de idade)	Locais definidos pelos serviços competentes da Câmara Municipal de Oeiras	A partir de 2018
MUNICÍPIO DE PORTO	Concurso público de aquisição de serviços de educação para reforço dos projectos curriculares	Educação: Programa "Património e Identidade" (2010), Educação artística/Yoga (2012-2014), Yoga (2015-2016), Atividade Física e Desportiva - Yoga (2017)	Crianças (alunos do ensino pré-escolar e do 1.º Ciclo do Ensino Básico)	Estabelecimentos de ensino da rede pública	2010-2017
MUNICÍPIO DE PORTO	Concurso público para contrato de prestação de serviços de orientação e promoção de actividades desportivas em grupo em várias modalidades no âmbito de diversos projectos municipais, pela empresa adjudicante MPL - Porto Lazer - Empresa de Desporto e Lazer do Município do Porto, E. E. M.	Desporto: Atividades desportivas (modalidades)	População geral	Pavilhão Rosa Mota, Piscina Constituição, Complexo Desportivo do Monte Aventino	2012
MUNICÍPIO DE SERTÃO	Regulamento e tabela de preços	Atividade física: Aulas de grupo	População geral	Piscinas Municipais Cobertas da Sertão (ginásio)	A partir de 2012
MUNICÍPIO DE SILVES	Regulamento e tabela de preços	Atividade física: Atividades de grupo na sala de exercício	População geral	Piscinas Municipais de Silves (sala de ginástica)	A partir de 2007
MUNICÍPIO DE SINTRA	Relatório de Gestão do Exercício Anual da EDUCA — EMPRESA MUNICIPAL DE GESTÃO E MANUTENÇÃO DE EQUIPAMENTOS EDUCATIVOS DE SINTRA, E. E. M.	Desporto: atividades desportiva	População geral	Complexo Desportivo Municipal João Carlos Cifuentes, o Complexo Desportivo Municipal de Ouessã, o Complexo Desportivo de Fitares, a Piscina Municipal de Mira Sintra e o Pavilhão Municipal	2006-2008



Entidade pública	Âmbito da publicação em DR	Enquadramento da prática de yoga	Público alvo	Infraestruturas e equipamentos	Período temporal
				da Serra das Minas	
MUNICÍPIO DE VILA DO CONDE	Procedimento concursal comum para Contratação a Termo Resolutivo Certo dos Técnicos para as Atividades de Enriquecimento Curricular	Atividades Lúdico-Expressivas: Yoga	Crianças (alunos do 1.º Ciclo do Ensino Básico)	Estabelecimentos de ensino da rede pública	2017-2018
MUNICÍPIO DE VILA DO PORTO	Regulamento do Complexo Desportivo de Santa Maria, pela S. D. M. S. A. — SOCIEDADE DE DESENVOLVIMENTO MUNICIPAL DA ILHA DE SANTA MARIA, E. E. M.	-	População geral	Complexo Desportivo de Santa Maria (Sala de ginástica)	A partir de 2011
MUNICÍPIO DE VILA DO PORTO	Regulamento do Complexo Desportivo de Santa Maria	Atividade física	População geral	Complexo Desportivo de Santa Maria (sala de ginástica)	A partir de 2009
MUNICÍPIO DE VILA FRANCA DE XIRA	Regulamento e tabela de preços	Desporto: Artes Marciais e Yoga	População geral	Piscinas Municipais Cobertas — Complexo Municipal de Desporto, Recreio e Lazer de Vila Franca de Xira e Ginásios Municipais de Manutenção e Condição Física	2010-2019
MUNICÍPIO DO BARREIRO	Projecto de Regulamento da Universidade da Terceira Idade do Barreiro	Desporto: Mobilidade e desporto	Seniores		A partir de 2010
UNIVERSIDADE DE LISBOA	Concurso público de aquisição de serviços pela entidade adjudicante ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA (EUL), tendo em vista o enquadramento técnico e monitorização de um programa de atividades físicas e desportivas orientadas (PAFDO), incluindo atividades de hidroterapia.	Saúde: Atividades de Hidroterapia, integradas pelo projeto “Saúde e Bem-Estar”[...] Baby Yoga	Bebés	Estádio Universitário de Lisboa	A partir de 2012

Para além dos eventos referidos no quadro resumo, outras actividades e programas têm sido apoiados pelos municípios, como podemos observar nos cartazes publicados nos sites oficiais das respectivas câmaras, aqui apresentados como exemplo.



Quanto ao custo para o cidadão, as atividades promovidas poderão ser gratuitas ou sujeitas a pagamento em diferentes modalidades, tais como, aulas avulso ou mensalidades (1-5 vezes por semana), o que indica a possibilidade de regularidade de prática. O preço médio de uma aula de yoga em instalações municipais é de 3,6€.

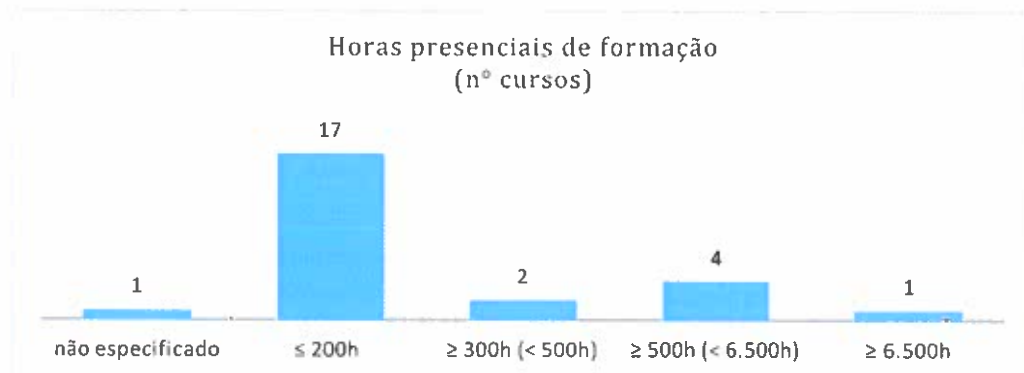
Em contexto escolar, o Yoga tem sido enquadrado em programas de reforço curricular, quer no ensino privado quer no ensino público, como acontece ao nível pré-escolar e 1º ciclo nas escolas do Município do Porto que apresenta um investimento crescente nesta área (ver gráfico).

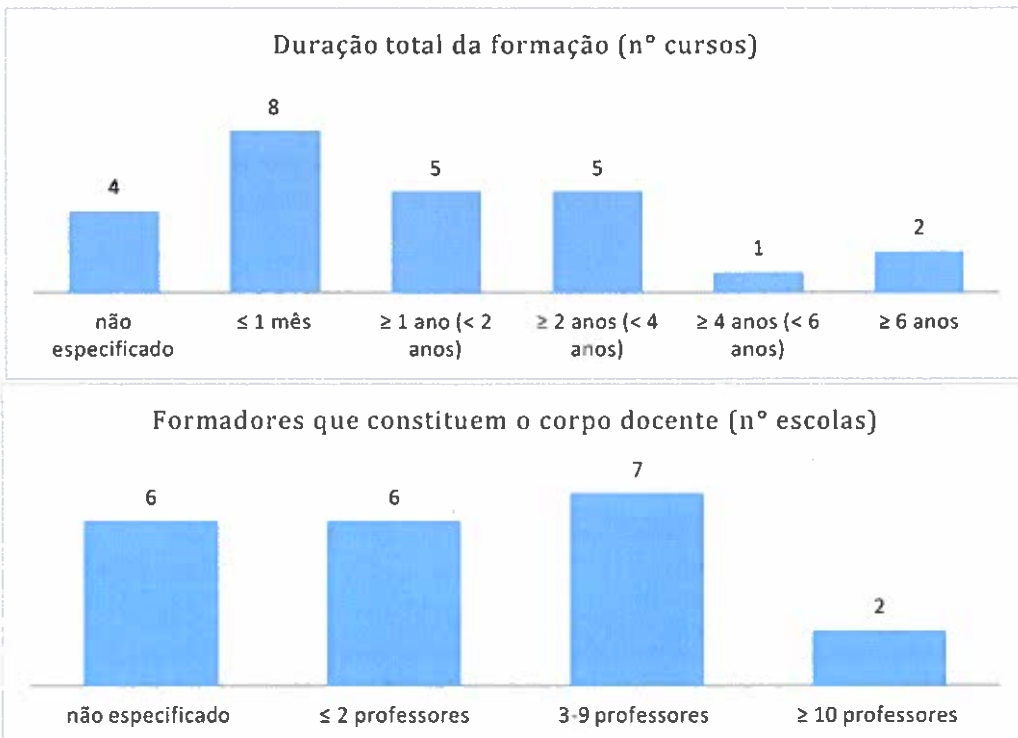


Embora não se conheçam dados oficiais relativos ao número de praticantes, professores e escolas existentes em Portugal, acreditamos que a prática de yoga tem ganho popularidade nas últimas décadas, acompanhando uma tendência global.

Paralelamente, cresce também a importância de assegurar formação de qualidade que sirva de base ao desenvolvimento de profissionais competentes na área do ensino do Yoga.

A partir da informação disponível nos websites de 21 escolas, oferecendo um total de 25 cursos de formação de instrutores e professores de Yoga em Portugal, verificamos que 17 cursos têm um programa que contempla não mais que 200h presenciais, sendo que 8 têm duração total inferior a 1 mês. Também é relevante assinalar que em 6 destes cursos o corpo docente é reduzido a 1 ou 2 professores.





V CERTIFICAÇÃO INTERNACIONAL DA PROFISSÃO

Ao nível internacional, diferentes entidades definem referenciais de formação de professores e instrutores de yoga, abrangendo diferentes tradições e estilos de prática, que visam a certificação voluntária de profissionais na área do yoga num quadro global, destas destacam-se:

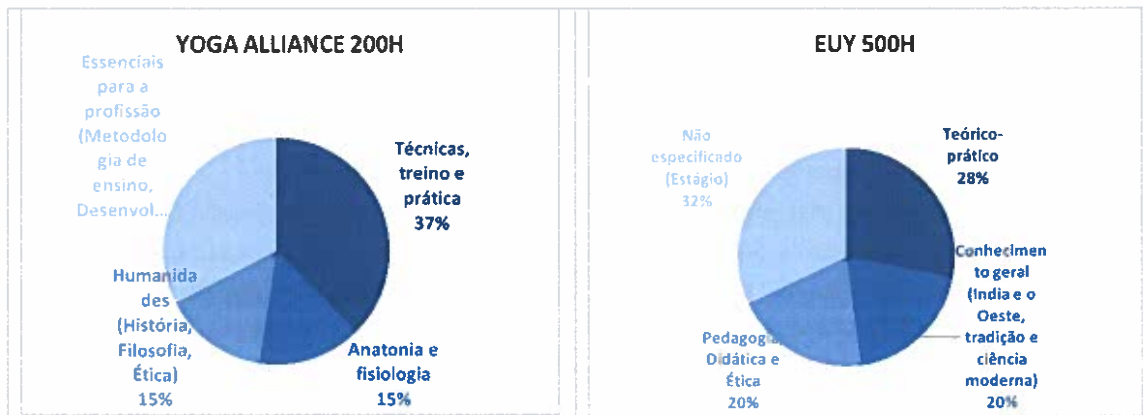
<p>AYUSH³ (http://yogacertification.qci.org.in/pdf/Guidelines%20for%20YP.pdf)</p>	<p>YOGA ALLIANCE⁴ (https://www.yogaalliance.org/Become_a_Member/Teachers/Yoga_Teacher_Designations)</p>	<p>UEY⁵ (https://www.europeanyoga.org/euyws/about-us/teacher-training/)</p>
<p>2 Categorias (4+3 Níveis) Ensino e formação de yoga Yoga Protocol Instructor (200h) Yoga Wellness Instructor (400h) Yoga Teacher & Evaluator (800h) Yoga Master (Referenciais em elaboração) Yogaterapia (Referenciais em elaboração) Assistant Yoga Therapist Yoga Therapist Yoga Therapy Consultant</p> <p>Admissão: Exige realização de exame teórico-prático numa Instituição (Leading Yoga Institution) acreditada e reconhecida pelo Yoga Certification Board (YCB).</p> <p>Custo: \$100 \$150 \$200 candidatura + \$200 \$350 \$400 exame</p> <p>Validade: 5 3 3 anos</p>	<p>6 Designações para Registered Yoga Teachers (RYT) RYT® 200 RYT® 500 (=RYT® 200+300 + 100h experiência ensino) E-RYT® 200 (Experienced + 1000h ensino em 2 anos) E- RYT® 500 (Experienced + 2000h ensino em 4 anos) RCYT® (=RYT® 200 + 95h formação Children's Yoga) RPYT® (=RYT® 200 + 85h formação Prenatal Yoga)</p> <p>Admissão: Não exige exame de admissão mas pressupõe formação em escolas registadas na YA. 2 designações para professores-formadores: "Associate and Lead trainers"</p> <p>Custo: \$50 candidatura + \$65 renovação anual (+\$50 upgrade)</p>	<p>1 Nível Professor de Yoga (+500h, ao longo de 4 anos de formação)</p> <p>Admissão: Não é realizada certificação directa de professores. São admitidas como membros efectivos as escolas/federações de diferentes países que cumpram os referenciais de formação definidos.</p>

³ AYUSH – Ministério indiano da Ayurveda, Yoga e Naturopatia, Unani, Siddha e Homeopatia.

⁴ YOGA ALLIANCE – Associação sem fins lucrativos, formada em 1997 nos Estados Unidos da América, representa actualmente milhares de professores e escolas de yoga em todo o mundo.

⁵ UEY – União Europeia de Yoga, fundada em 1971, é constituída por 17 federações nacionais de yoga que representam diferentes países europeus.

Os conteúdos programáticos definidos pela Yoga Alliance e pela União Europeia de Yoga (UEY) para 200h e 500h de formação, respectivamente, estão resumidos nos gráficos seguintes:



VI REGULAMENTAÇÃO EM PORTUGAL E NOS OUTROS PAÍSES

A Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO) reconhece o Yoga como:

- **Atividade física** apropriada para todas as idades e adequada à promoção da saúde, sendo incluída no “Plano Global para a Atividade Física 2018-2030” (*WHO Global Action Plan on Physical Activity 2018-2030*) e considerada uma medida preventiva primária para as designadas doenças silenciosas, nomeadamente, doenças cardíacas, respiratórias e diabetes, as quais afectam uma parte crescente da população mundial;
- **Terapia complementar** abrangida pelo plano estratégico para as medicinas tradicionais (*WHO Traditional Medicine Strategy 2014-2023*) que visa reforçar a qualidade, segurança e eficácia destes cuidados de saúde não convencionais procurando integrá-los nos sistemas nacionais de saúde dos seus estados membros. Neste contexto, os referenciais de formação “*WHO Benchmarks for Training in Yoga*”, atualmente em elaboração em parceria como ministério indiano AYUSH, serão utilizados como referência para avaliar a prática da Yogaterapia, identificar as suas tendências de utilização, desenvolver estruturas de pagamento/ financiamento para modelos de serviço e estabelecer a estrutura regulatória para a prática de Yoga.

Adicionalmente, a prática profissional de Yoga é também considerada na legislação em vigor em diferentes países, tais como Espanha, França, Suíça, Itália, Reino Unido, Estados Unidos, Brasil, Índia.

Em **Espanha** a atividade do Yoga está regulamentada por diplomas publicados no *Boletín Oficial del Estado* (BOE):

- *Real Decreto 1034/2011*, de 15 de Julho (BOE nº186 de 2011), do Ministério da Presidência, que inscreve a Instrução de Yoga no Catálogo Nacional de Qualificações Profissionais, dentro da família das Atividades Físicas e Desportivas (nível 3 segundo o Quadro Europeu de Qualificações, QEQ);
- *Real Decreto 1076/2012*, de 13 de Julho, (BOE nº214 de 2012), do Ministério do Trabalho e Segurança Social, que identifica o certificado de Instrutor(a) de Yoga, apresenta a caracterização do perfil profissional, atualiza os referenciais de formação de 450h para 550h (ver quadro), estabelece as qualificações dos formadores de professores (habilitações e experiência) e define os requisitos de espaço, instalações e equipamentos para a prática de Yoga.

Embora este certificado profissional tenha carácter oficial e validade em todo o território nacional espanhol, não constitui uma regulação do exercício profissional, não prevendo, por exemplo, nenhum regime sancionatório.

Módulos formativos:	Formação 450h Anexo DCXVI, RD 1034/2011 (B.O.E. nº186)	Formação 550h Anexo IV, RD 1076/2012 (B.O.E nº214)
MF2038_3: Domínio das técnicas específicas de yoga	150h	180h



Módulos formativos:	Formação 450h Anexo DCXVI, RD 1034/2011 (B.O.E. nº186)	Formação 550h Anexo IV, RD 1076/2012 (B.O.E nº214)
MF2039_3: Programação de atividades de instrução em yoga	120h	120h
MF2040_3: Metodologia da instrução em sessões de yoga	120h	150h
MF0272_2: Primeiros socorros	60h	40h
MP0403: Práticas profissionais não laborais de instrução de yoga	-	120h

Em França existe o “Certificat Professionnel d’enseignant de Yoga” reconhecido pela Fédération de la Formation Professionnelle (FFP) que certifica várias escolas nesta área de formação (<http://ffp.org/recherche-moteur-global>).

Por outro lado, no âmbito específico do ensino primário e secundário, o Ministério da Educação francês acredita a instituição *Recherche sur le Yoga dans l’Éducation* (RYE), como associação educativa complementar do ensino público, desde 2013 (NOR:MENE1300339A, ordem de 2013/04/07, MEN-DGESCO B3-4, válida por 5 anos e renovada em 2018 (NOR : MENE1826180A ordem de 26-9-2018 - J.O. de 31-10-2018 MEN - DGESCO B3-4), qualificando os professores formados pela RYE para integrar técnicas de Yoga nos seus ensinamentos e conduzir oficinas como parte da reforma dos ritmos educacionais. A associação RYE foi fundada em 1978 e, para além de França, está presente em mais 11 países (Argentina, Brasil, Bélgica, Bulgária, Chile, Espanha, Itália, México, Portugal, Reino Unido, Uruguai), onde propõe formações e contribui para a introdução do Yoga nos estabelecimentos escolares.

Na Suíça os profissionais de Terapias Complementares, entre as quais se inclui a Yogaterapia, são reconhecidos através de um Diploma Federal obtido após realização do “*Examen Professionnel Supérieur (EPS)*”, regulado pelo *Secrétariat d’Etat à la Formation, à la recherche et à l’innovation* (SEFRI), desde 2015. Para aceder a este exame, os profissionais deverão (<https://www.oda-kt.ch/fr/>):

- Possuir o *Certificat de Branche da Organisation du Monde du Travail Thérapie Complémentaire* (OrTra TC), obtido após formação certificada com a duração de pelo menos 4 anos e um total de 1.450 horas, das quais 650 são presenciais e 800h são de estudo individual) ou, em alternativa, passar por um procedimento de equivalência, aplicável por exemplo no caso de formações realizadas no estrangeiro;
- Ter experiência profissional com supervisão.

Neste âmbito, a definição dos referenciais de formação em Yogaterapia OrTra TC é realizada conjuntamente por duas associações *Yoga Schweiz Suisse Svizzera* (YCH) e *Schweizer Yogaverband* (SYV). Estas mesmas associações, YCH e SYV, estabelecem ainda os referenciais de formação para o curso de Professores de Yoga em conformidade com os standards da União Europeia de Yoga (UEY), da qual são membros.

Em Itália, a Norma UNI 11661:2016, “*Attività professionali non regolamentate - Insegnante di yoga - Requisiti di conoscenza, abilità e competenza*” define os requisitos relativos à atividade profissional dos Professores de Yoga a partir das tarefas e atividades específicas identificadas, em termos de conhecimentos, habilidades e competências, de acordo com o Quadro Europeu

de Qualificações (QEQ). Estes são expressos de modo a facilitar os processos de avaliação e validação dos resultados de aprendizagem.

Em 2018, por deliberação do Comité Olímpico Italiano (*Comitato Olimpico Nazionale Italiano*, CONI), o Yoga foi reconhecido como “*attività sportiva ginnastica finalizzata alla salute e al fitness*” (código 111), tornando-se elegível para inscrição no Registro de Associações e Sociedades Desportivas Amadoras e sendo considerado como uma “atividade preparatória” para as disciplinas de competência de algumas federações desportivas italianas, incluindo *Federginnastica* e *Federpesistica*. O CONI esclarece também que a disciplina do Yoga não é regulamentado por nenhuma Federação Internacional reconhecida pelo Comité Olímpico Internacional (COI). <https://www.coni.it/it/news/primo-piano/162-coni/14334-comunicazione-sullo-yoga.html>

Na Alemanha, o sistema de saúde reconheceu o Yoga como uma atividade recreativa ou preventiva, usada para relaxar o corpo e como anti-stress. Neste país, as aulas de Yoga são cobertas pelos seguros de saúde oficiais quando os professores de Yoga cumprem qualificações específicas (mínimo de 2 anos e 500h de formação) em escolas reconhecidas ou por uma federação profissional como o *Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland* (BVY), membro da UEY.

No entanto, somente os profissionais com qualificações adicionais em medicina ou psicoterapia podem usar e promover independentemente a “yogaterapia”, vertente que é reconhecida pela maioria dos praticantes ou interessados na prática de Yoga (cerca de 15,7 milhões de pessoas segundo apresentado por Cramer, 2018⁶).

Fonte do BVY acrescentou ainda que se prevê evolução do quadro jurídico na Alemanha com a definição do conteúdo dos referenciais de formação de Professores de Yoga até outubro de 2020.

No Reino Unido, foi concedido o título *Governing Body Status* à associação *British Wheel of Yoga* (BWI), em 1995, pelo então *Sports Council* (título actualmente atribuído por *Sport England*). Esta associação, fundada em 1965, reconhece actualmente 2 qualificações para o ensino de Yoga, ambas com o nível 4 de acordo com o esquema de qualificação britânico (*Regulated Qualifications Framework*, RQF):

- “Certificado” (*BWYQ Level 4 Certificate in Yoga Teaching*), inclui uma formação de 290h (5 módulos, 29 créditos), que decorre num mínimo de 14 meses, sendo geralmente completada em 2 anos;
- “Diploma” (*BWYQ Level 4 Diploma in Teaching Yoga*), considerado uma extensão do certificado (5+3 módulos, 50 créditos).

O órgão regulador de terapias de saúde complementares reconhecido pelo Departamento de Saúde do Reino Unido (*Complementary and Natural Healthcare Council*, CNHC) possui um registo voluntário de terapeutas, incluindo Yogaterapeutas, que cumpram os requisitos para práticas seguras definidos por 3 associações profissionais: *British Wheel of Yoga* (BWY), *Friends of Yoga Society* (FRYOG) e *The Society of Yoga Practitioners* (TSYP).

⁶ Holger Cramer (2018) Yoga Therapy in the German Healthcare System. *International Journal of Yoga Therapy*: 2018, Vol. 28, No. 1, pp. 133-135.

Os *National Occupational Standards* (NOS) definem 2 referenciais, em articulação com especificações dos conhecimentos e competências subjacentes aplicáveis em contexto profissional:

- SFHCNH14: *Deliver Yoga Therapy to clients*, aprovado em 2010, que posiciona a Yogaterapia na categoria dos cuidados de saúde complementares;
- SCDHSC0216: *Help address the physical comfort needs of individuals*, aprovado em 2012, que apresenta o Yoga como uma forma de lidar com a dor e desconforto.

No **Brasil**, o Yoga foi recentemente incluído na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares pelo Ministério da Saúde, através da Portaria nº 849, de 27 de março 2017. Anteriormente, também o Programa Academia da Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde, instituído pela Portaria nº 719, de 7 de Abril de 2011, considerava a promoção do Yoga dentro das práticas corporais e atividades físicas.

Nos **Estados Unidos da América (EUA)**, embora não exista legislação específica relativa às atividades associadas ao Yoga, a necessidade de estabelecer referenciais de formação de professores de Yoga e de reconhecer estes profissionais foi colmatada por associações profissionais que têm contribuído para a uniformização das práticas neste sector.

Em resultado da especialização necessária à aplicação do Yoga para fins terapêuticos, surgiu em 1989, a associação *International Association of Yoga Therapists* (IAYT) que tem como missão o estabelecimento do Yoga como uma terapia reconhecida a nível mundial, desenvolvendo para isso um sistema voluntário de acreditação de programas de formação e escolas, com base nos referenciais *Educational Standards for the Training of Yoga Therapists*, elaborados e periodicamente revistos e atualizados pela IAYT, e de certificação de profissionais em Yogaterapia.

Em 1997, foi fundada a associação *Yoga Alliance*, que é atualmente uma referência na definição de padrões de formação não só nos EUA mas em todo o mundo e constitui um diretório que permite o registo de professores com diferentes níveis de formação e experiência de ensino, assim como o registo de escolas com diferentes valências.

A **Índia**, berço desta filosofia, enquadrou as atividades de Yoga dentro do Ministério AYUSH (Ayurveda, Yoga e Naturopatia, Unani, Siddha e Homeopatia <http://ayush.gov.in>), que foi formalmente constituído em 2014, reconvertendo estruturas que existiam desde 1995. Este Ministério tem como objetivo assegurar o ótimo desenvolvimento e implementação destas abordagens tradicionais nos sistemas de saúde. O seu esquema de certificação abrange professores e escolas.

Em **Portugal**, a Federação Portuguesa de Yoga (FPY) tem demonstrado, ao longo dos seus quase vinte anos de existência, a sua preocupação em relação ao facto da profissão de professor e instrutor de Yoga não estar devidamente regulamentada, o que levanta sérias questões relacionadas com a ausência de carreira profissional, a qualidade da formação e a segurança dos praticantes.

Fruto dessa preocupação, agudizada pela responsabilidade sentida enquanto instituição de utilidade pública reconhecida pelo Estado Português, e na sequência de testemunhos

recebidos por parte quer de professores quer de praticantes de Yoga, a FPY auscultou a Assembleia da República acerca desta matéria, em dois períodos temporais:

- Em 2012, tendo sido recebida em audiência pela Comissão de Educação, Ciência e Cultura, (02/05/2012);
- Em 2018, tendo sido recebida em audiência pelos grupos parlamentares do BE (12/07/2018), do PS (12/07/2018), do PAN (04/09/2018), do PCP (03/10/2018) e do PSD (05/10/2018) e com o Grupo de Trabalho do Desporto (19/09/2018).

VII TUTELA

Tendo em conta que o Yoga é uma filosofia de vida e é ensinada como uma arte que reúne saber técnico e usa o corpo como instrumento para uma dimensão superior, consideramos que esta proposta deve ser enquadrada no Ministério da Cultura em articulação com o Ministério da Educação, com o Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social e com demais Ministérios que possam ser implicados na sua implementação de forma abrangente a diferentes áreas da sociedade portuguesa.

VIII PROPOSTA DE REGULAMENTAÇÃO

Lei de enquadramento à atividade profissional do professor e do instrutor de Yoga

CAPÍTULO I OBJECTO E PRINCÍPIOS

1.º Objeto

A presente Lei estabelece o enquadramento da atividade e do exercício das profissões de professor e de instrutor de Yoga, no setor público ou privado, com ou sem fins lucrativos.

2.º Âmbito de aplicação

1. A presente lei aplica-se a todos os profissionais que se dediquem ao ensino do Yoga, sejam professores ou instrutores.
2. A atividade profissional de professor e de instrutor de Yoga, para efeitos do presente diploma, compreende o enquadramento e orientação de praticantes nos diferentes ramos do Yoga, como profissão principal ou ocasional, auferindo ou não uma remuneração.

3.º Princípios

São princípios orientadores da atividade de professor e de instrutor de Yoga o respeito pelos praticantes e pelo seu bem-estar e um elevado grau de responsabilidade, diligência e competência, assentando na qualificação de quem a exerce e na respetiva certificação. A profissão do professor e do instrutor é regulada pelos princípios éticos do Yoga (*Yama* e *Niyama*).

CAPÍTULO II QUALIFICAÇÕES E ESTATUTO PROFISSIONAL

4.º Autonomia técnica e deontológica

É reconhecida autonomia técnica e deontológica no exercício profissional do ensino de Yoga, atendendo às diferentes tradições.

5.º Caracterização e conteúdo funcional

1. É considerado professor de Yoga o profissional que, durante pelo menos quatro anos, tenha obtido formação mínima reconhecida de 500 horas presenciais.
2. Mediante condições específicas, o professor poderá lecionar em cursos de formação de professores ou instrutores de Yoga ou em cursos de formação específica, ministrar workshops e seminários, dinamizar retiros e ainda desempenhar o papel de avaliador de outros profissionais de Yoga.
3. É considerado instrutor de Yoga o profissional que, durante pelo menos dois anos, tenha obtido formação mínima reconhecida de 300 horas presenciais.
4. Após um período máximo de 7 anos, é exigido ao instrutor de Yoga a progressão na carreira, tendo para o efeito de completar a formação como professor de Yoga.

5. A atividade de professor ou de instrutor de Yoga apenas pode ser exercida pelos profissionais detentores de habilitações legalmente exigidas e devidamente credenciados para o efeito.

6.º Regime de acesso ao título profissional

1. Podem ter acesso ao título profissional de professor ou de instrutor de Yoga aqueles que satisfaçam os seguintes requisitos:

- a) diploma ou certificado de habilitações comprovativo de formação realizada numa entidade formadora certificada nos termos do artigo anterior;
- b) equivalência reconhecida.

2. O reconhecimento dos requisitos previstos no número anterior, bem como a emissão de título profissional é da competência da entidade certificadora, decorrente de pedido dos interessados e mediante pagamento de taxa devida.

3. O título profissional caduca sempre que o seu titular não frequente com aproveitamento, no prazo de cinco anos, ações de formação contínua reconhecidas.

7.º Registo profissional

1. A entidade certificadora organiza e mantém atualizado um registo das entidades formadoras certificadas, bem como um registo dos profissionais abrangidos pela presente lei.

2. Estes registos constituem a base de dados nacional de entidades formadoras de Yoga certificadas e de professores e instrutores de Yoga certificados.

3. O registo é público e a sua divulgação está sujeita à legislação em vigor.

8.º Entidades formadoras

1. Compete às entidades formadoras certificadas assegurar a formação de professores e instrutores de Yoga bem como emitir os certificados de habilitações.

2. É dever das referidas entidades cumprir os referenciais de formação e estão sujeitas a um processo de certificação e de renovação de certificação pela entidade certificadora mediante o pagamento das taxas devidas.

9.º Formador

1. Os cursos de formação de professor e de instrutor de Yoga devem ser lecionados por um grupo de, no mínimo, 3 formadores, como garante da imparcialidade e qualidade da formação.

2. Cada formador terá de comprovar o domínio da matéria que leciona através de:

- a) Formação de professor de Yoga certificado, no caso do módulo formativo relativo ao domínio de técnicas específicas de Yoga, ou formação académica superior relacionada com a matéria que leciona, nos restantes casos;
- b) Experiência profissional de um mínimo de 3 anos no campo das competências relacionadas com o módulo formativo de leciona;
- c) Experiência de prática de Yoga de um mínimo de 8 anos, no caso do módulo formativo relativo ao domínio de técnicas específicas de Yoga, ou 3 anos, nos restantes casos;
- d) Certificado de competências pedagógicas.

CAPÍTULO III COMPETÊNCIAS E REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO

10.º Competências do professor e do instrutor de Yoga

1. Compete ao professor de Yoga:

- a) Executar técnicas específicas de Yoga (*asana, pranayama, shatkarma, kriya, mudra, bandha, mantras, pratyahara e dharana*) com eficácia e segurança e respeitando os princípios éticos do Yoga
- b) Programar as atividades de Yoga
- c) Concretizar, dirigir e dinamizar aulas de Yoga de acordo com as características, necessidades e expectativas dos praticantes
- d) Assistir como primeiro interveniente em caso de acidente ou em situação de emergência;
- e) Exercer as funções de formador nos termos do artigo 5º, números 1 e 2.

2. Compete ao instrutor de Yoga:

- a) Executar técnicas específicas de Yoga (*asana, pranayama, shatkarma, kriya, mudra, bandha, mantras, pratyahara e dharana*) com eficácia e segurança e respeitando os princípios éticos do Yoga;
- b) Conduzir as atividades técnicas elementares associadas a uma aula de Yoga;
- c) Coadjuvar na orientação dos praticantes e na gestão do espaço onde decorre a prática;
- d) Assistir como primeiro interveniente em caso de acidente ou em situação de emergência.

11º Referenciais de Formação

1. A formação de professor de Yoga, com a duração mínima a que alude o nº 1 do art.º 5º, incide sobre os seguintes módulos formativos:

- a) Domínio de Técnicas Específicas de Yoga, com o mínimo de 180 horas;
- b) Ética, Pedagogia e Didática, com o mínimo de 110 horas;
- c) História e Filosofia, com o mínimo de 100 horas;
- d) Psicologia, Anatomia e Fisiologia, com o mínimo de 100h;
- e) Primeiros Socorros, com o mínimo de 10 horas.

2. A formação de instrutor, com os requisitos a que aludem os nºs 3 e 4 do art.º 5º incide sobre os seguintes módulos formativos:

- a) Domínio de Técnicas Específicas de Yoga, com o mínimo de 140 horas;
- b) Ética, Pedagogia e Didática, com o mínimo de 70 horas;
- c) História e Filosofia, com o mínimo de 40 horas;
- d) Psicologia, Anatomia e Fisiologia, com o mínimo de 40 horas;
- e) Primeiros Socorros, com o mínimo de 10 horas.

12.º Locais de prática de Yoga

1. O Yoga pode ser transmitido em instituições públicas ou privadas, como parques, escolas, lares de 3ª idade, estabelecimentos prisionais, autarquias, hospitais e clínicas, empresas, empreendimentos turísticos, de lazer e recreativos, ginásios e clubes, associações, estúdios de Yoga.

2. O Yoga deve ser praticado num espaço que garanta as condições adequadas de higiene, segurança e bem-estar. A prática pode ocorrer em espaço interior ou exterior.

13.º Entidade certificadora

1. Compete à Entidade Certificadora certificar entidades formadoras bem como emitir títulos profissionais de professor e instrutor de Yoga.
2. Atendendo às competências que lhe são inerentes, é uma organização não governamental sem fins lucrativos e com utilidade pública.
3. Na referida entidade funcionará um conselho científico constituído por professores com comprovada experiência de prática e ensino de Yoga e que reconheça e integre as diferentes tradições e estilos de práticas de Yoga.
4. Constituem receitas da entidade certificadora as taxas devidas pela emissão dos certificados de professor e instrutor de Yoga e das entidades formadoras, bem como subvenções públicas, doações, entre outras.

14.º Entidade fiscalizadora

Sem prejuízo das competências atribuídas por lei a outras autoridades administrativas, é a entidade que fiscaliza o cumprimento da presente lei, devendo, para o efeito, estabelecer nos seus regulamentos mecanismos de fiscalização do cumprimento das normas relativas ao título profissional de professor e de instrutor de Yoga e à certificação das entidades formadoras."

CAPÍTULO IV DISPOSIÇÕES FINAIS

15.º Regime Transitório

1. Os profissionais que, à data da entrada em vigor da presente lei, se encontrem a exercer a atividade a que se refere o artigo 2.º, devem, no prazo de 180 dias a contar da instalação de Entidade Certificadora, apresentar perante a mesma os documentos exigidos para o efeito.
2. Ficam sujeitas a idêntica obrigação as entidades formadoras que, à data referida no número anterior, se encontrem a exercer a atividade a que se refere o art.º 8.