

Plantas

Ortiga: Sirve para estimular la circulación y mejorar la artritis, la alergia y el eccema.



Manzanilla: Tiene efectos antiinflamatorios, antibacterianos y relajantes.



Aloe Vera: Contribuye a mejorar manchas, quemaduras y heridas.



Tomillo: Estimula el apetito, es expectorante, acción antiséptica.



Ruda: Utilizada como antiespasmódico y sedante.



Arnica: Para hematomas, dolor muscular, problemas de visión por diabetes.



Jengibre: Propiedad antibacteriana, antiviral, antiparasitaria, antiemético.



Diente de León: Indicado en problemas hepáticos y renales.



Medicinales

Lavanda: Cicatrizante, analgésico, mejora la digestión y circulación.



Orégano: Para calambres, cefalea, dolor estomacal, antioxidante.



Amapola: Propiedad narcótica contra el dolor.



Acebo: Baja la fiebre, purgante, diuréticos y relajante.

Apio: Se usa como digestivo y laxante.



Ajo: Es anticoagulante, antibacteriano y antioxidante.



Eucalipto: Acción ante asma, bronquitis o gripe y reducción del nivel de azúcar.



La medicina alternativa son toda aquella técnica terapéutica que intenta mejorar la salud al margen de la medicina convencional. Entre los diferentes tipos está la musicoterapia que se usa como tratamiento del dolor, del autismo y disminución de ansiedad. La aromaterapia usa fragancias que alteran el humor y facilitan el bienestar físico. La naturopatía usa tratamientos naturales. La masajeterapia se realiza con el objetivo de modificar el SN y muscular y la circulación general.

Las plantas medicinales han sido importantes a lo largo de la historia, ya que varios medicamentos se derivan de plantas, y en las comunidades tienen un fácil acceso a ellas para curar las enfermedades, y gran parte de la población cree en la acción curativa de las plantas medicinales.

Medicinas Alternativas

Son toda aquella técnica terapéutica que intenta mejorar la salud al margen de la medicina convencional. La OMS apoya el uso de MA siempre y cuando estas hayan demostrado su utilidad para el paciente y representen un riesgo mínimo.

Masajeterapia: Es el grupo de manipulaciones sistemáticas y científicas de los tejidos del cuerpo, realizadas con las manos, con el objetivo de modificar los SN y muscular y la circulación general.

Indicado en dolor lumbar, parálisis de Bell, tratamiento de epicondilitis, náuseas y vómito postoperatorio.

Musicoterapia: Es el uso de la música realizada por un musicoterapeuta en un proceso creado para promover la comunicación, el aprendizaje, la expresión y la organización.

Indicaciones para las que se ha usado: tratamiento del dolor, tratamiento del autismo, pacientes prematuros, disminución de ansiedad.

Aromaterapia: Es el uso de fragancias y esencias de las plantas que afectan o alteran el humor o el comportamiento y facilitan el bienestar físico, mental y emocional.

Puede realizarse mediante diversas vías: inhalación vía difusión, gotas de aceite situadas junto al paciente, masaje con aceites esenciales diluidos en un aceite que sirve de vehículo, otros: baños, lociones, etc.

Naturopatía: Se basa en tratamientos considerados naturales.
Principios: Promover el poder curativo de lo natural, no dañar, tratamiento de la causa: identificar la causa y tratarla, y no limitarse a los síntomas, la prevención es la mejor cura, el médico como maestro.