



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

UDS

DOCENTE: LIC. EDGAR GEOVANNY LIEVANO MONTOYA

ALUMANA: JOHANA MICHEL PEREZ MARTINEZ MATERIA:

ENFERMERIA Y PRACTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD

GRADO Y GRUPO: 8 CUATRIMESTRE

SAN CRISTOBAL DE LAS CASAS CHIAPAS, FEBRERO DEL 2021.

TEMA	DEFINICION	BENEFICIOS
TACTO TERAPEUTICO	Intervención terapéutica con base científica, no invasiva, cuyo objeto es activar el potencial natural de todo ser humano para participar en su proceso de curación, modulando el campo energético.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Calma la ansiedad; 2. Genera calma; 3. Fortalece el sistema inmune; 4. Disminuye los dolores y la inflamación causados por la artritis; 5. Mejora la hemoglobina; 6. Disminuye la fiebre; 7. Calma la tensión; 8. Disminuye el estrés
REFLEXOLOGIA PODAL	<p>Es una técnica de masaje específico, que se aplica en ciertas zonas de los pies que se corresponden con otras partes del cuerpo.</p> <p>Este método permite al organismo estar en las mejores condiciones posibles tanto físicas como mentales para luchar o prevenir los distintos síntomas o dolencias.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Calma el estrés y la ansiedad. 2. Fortalece el sistema inmunológico. 3. Activa la circulación sanguínea. 4. Alivia el dolor, especialmente, el dolor de espalda, cuello, cabeza, oídos y muelas. 5. Reduce el insomnio y mejora la calidad del sueño. 6. Favorece mecanismos de depuración.
OSTEOPATIA	Es un conjunto de técnicas manuales fundamentadas en las leyes por las que se rige la vida y los organismos vivos. Esta especialidad busca restaurar y mantener el equilibrio del cuerpo para que se recupere y conserve su capacidad de autorregularse.	La osteopatía es capaz de actuar de manera efectiva en todos los procesos patológicos y pre-patológicos
HIDROTERAPIA	La hidroterapia es el uso del agua con fines terapéuticos, ya sea de forma térmica, mecánica (ejerciendo presión) o química. Es una forma de fisioterapia y sirve para los tratamientos de varias enfermedades, lesiones y trastornos.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Efectos cardiovasculares al favorecer la circulación vascular periférica. 2. Estimulación del sistema inmunitario. 3. Disminución de contracturas musculares, alivio de lumbalgias, tendinitis, entre otros. 4. Acción sedante y analgésica. 5. Relajación física y psíquica, que te ayuda a reducir el estrés y los estados de ansiedad. 6. Previene patologías a lo largo de todas las etapas de la vida.

HOMEOPATIA	Serie de métodos y prácticas clínicas en los que se orienta el tratamiento a partir del principio terapéutico de similitud, por el que se administra a los enfermos dosis (diluciones o potencias) muy pequeñas de sustancias capaces de generar en dosis altas síntomas semejantes a los que presente el enfermo.	Colabora con la disminución de la ansiedad, problemas anímicos y del sueño.
FITOTERAPIA	es una disciplina de la ciencia de la salud que ofrece un tratamiento terapéutico y de rehabilitación no farmacológica para diagnosticar, prevenir y tratar síntomas de múltiples dolencias	<ol style="list-style-type: none"> 1. Con la fisioterapia se consigue una mayor flexibilidad. 2. Se mejora la potencia muscular y la movilidad. 3. Se previene y controla el deterioro físico. 4. Mejoran las funciones básicas del organismo. 5. Consigue aliviar el dolor.
ACUPUNTURA	Es una práctica que implica estimular partes específicas del cuerpo, generalmente, mediante la inserción de agujas muy finas. Esto crea un cambio en las funciones físicas del cuerpo.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Disminuye el dolor. 2. Libera el estrés y la ansiedad. 3. Nos ayuda con el insomnio. 4. Disminuye las reacciones alérgicas. 5. Ayuda en los tratamientos contra el cáncer. 6. Contribuye a prevenir el deterioro cognitivo. 7. Favorece la circulación. 8. Fortalece el sistema inmunológico.