



Nombre del alumno:

Fabiola Díaz Morales

Docente:

Lic. Ludbi Isabel Ortiz Pérez

Licenciatura:

Enfermería

Materia:

Enfermería y prácticas alternativas de salud

Nombre del trabajo:

Mapa conceptual

Frontera Comalapa, Chiapas a 14 de marzo del 2021

TERAPIAS NATURALES



de acuerdo a las OMS es:

El conjunto de prácticas, enfoques, conocimientos y creencias sanitarias

que incluyen:

Plantas, animales y/o minerales, terapias espirituales, técnicas manuales y ejercicios aplicados de manera individual o en combinación

para mantener el bienestar, además de tratar, diagnosticar y prevenir las enfermedades

su objetivo es: Sintonizar los tres pilares del ser humano: el cuerpo, la mente y el espíritu

las técnicas son:

es masaje con las manos o masaje manual.

el quiromasaje: salud y relajación

la reflexología: estimulación refleja

es una técnica natural que sostiene que el mapa de nuestro cuerpo
- sistemas, órganos, glándulas, entre otros
- tiene zonas de reflejo que los representa.

kinesiología holística

Es una agrupación de métodos que se utilizan para restaurar los distintos movimientos del cuerpo humano a través de la información que facilitan las cadenas musculares

sus beneficios son:

Disminución del estrés. Estimulación de la circulación.

Nivelación los distintos sistemas orgánicos

Aumento del descanso. Destensa las contracturas musculares.

Activación del sistema inmunitario. Eliminación de toxinas.

LA HIDROTERAPIA



sus técnicas son:

Técnicas sin presión.
Técnicas con presión, Tratamiento en piscina

indicaciones: En termoterapia /crioterapia cuando el agente físico utilizado es el agua: artritis, artrosis, hipotonía, parestias, parálisis, columna y reeducación de la marcha y afecciones del sistema nervoso

se refiere a:

la utilización del agua como agente terapéutico, en cualquier forma, estado o temperatura.

contraindicaciones:

Artritis infecciosa (en piscinas)
Cardiopatías descompensadas, Bronquitis crónica descompensada, Dermatología: micosis y dermatitis piógena

HOPEOPATÍA

es:

una terapia que puede realizarse de forma independiente o como complemento a una terapia de medicina tradicional

Está indicada para la prevención de enfermedades o para reducir algunos síntomas leves que puedan alterar tu salud.

FITOTERAPIA

Tratamiento médico de algunas enfermedades basado en el empleo de plantas y sustancias vegetales.

estos son:

El Harpagofito, La Valeriana, La Vid roja, El Ginseng, El Ginkgo, La Eschscholtzia, La Alcachofa, La echinácea, El Arándano Rojo

AROMATERAPIA

es una rama de la fitoterapia que usa los aceites esenciales extraídos de ciertas plantas para prevenir, aliviar o curar ciertos trastornos de salud.

Aceite esencial de arbol té, Aceite esencial de lavanda, Aceite esencial de limón, Aceite esencial de romero, Aceite esencial de sándalo

TERAPIAS ORIENTALES



son:

terapias que equilibran la energía consiguiendo mejorar nuestro estado de salud y proporcionar una mejor calidad de vida.

las más conocidas son:

Acupuntura

se basa en:

la inserción de agujas en unos puntos que se pueden localizar en todo el cuerpo

Moxibustión

Es otra de las terapias orientales y usa las propiedades curativas de la planta artemisa y del calor para reequilibrar el estado de salud en general

Medicina ayurvédica

es un sistema holístico de medicina de la India que usa un modelo constitucional basado en la constitución física y mental de cada persona.

Shiatsu

es una terapia que actúa con una suave presión sobre determinados puntos del organismo pero haciendo hincapié sobre todo en ambos lados de la columna vertebral.

Tui na

es una terapia manual en la que se combinan maniobras de masaje, movilizaciones, digitopuntura, tracciones y manipulaciones