

MEDICINA TRADICIONAL MEXICANA: Se considera medicina tradicional mexicana, al conjunto de sistemas de atención a la salud que tiene sus raíces en profundos conocimientos sobre la salud y la enfermedad que los diferentes pueblos indígenas y rurales de nuestro país han acumulado a través de su historia, fundamentados en una interpretación del mundo (cosmovisión), de la salud y enfermedad de origen prehispánico, que ha incorporado elementos provenientes de otras medicinas, como la medicina antigua española, la medicina africana y en menor medida por la interacción de la propia medicina occidental.

La medicina tradicional señala a la naturaleza, a los hombres y a lo sobrenatural como los tres agentes que producen las enfermedades. Por esta razón utiliza una gran variedad de técnicas terapéuticas, que van desde el uso de la herbolaria, de animales y de minerales.



MEDICINA NATURISTA: La medicina naturista es la parte de la medicina, de tradición hipocrática, que utiliza los elementos de la naturaleza como el aire, agua, sol, tierra, plantas (fitoterapia), así como una nutrición natural de base vegetariana para prevenir, promocionar y reparar la salud, aprovechando la “Vis Medicatrix Naturae” o fuerza de la naturaleza humana para su autocuración.

La Medicina Naturista, según consta en la Carta de los Médicos Naturistas, es un procedimiento terapéutico que se basa en:

1.-Principio Fisioterapéutico. De acuerdo con el cual se valora que la salud es mantenida por el propio cuerpo por medio de sus propios sistemas y recursos; en la enfermedad son estos sistemas los que se ponen en marcha, tendiendo casi siempre a la curación y reequilibrio de los mismos. Ciencias actuales como la Inmunología, la microbiología y la teoría general de sistemas apoyan esta interpretación médica.

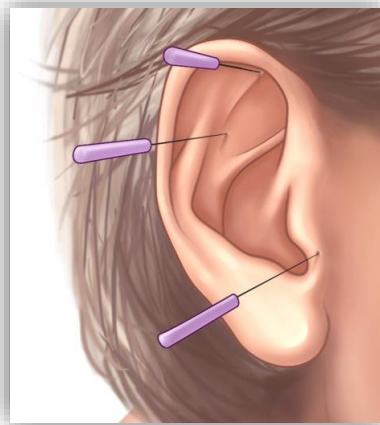
2.-Aspecto metodológico. Sin renunciar a ningún tipo de terapia que pueda ayudar al enfermo y jerarquizando las posibles terapias, son más utilizadas aquellas cuya aplicación ha dado lugar a técnicas reconocidas y probadas por su eficacia terapéutica, como son: Fitoterapia, Balneología, Climatología, Helioterapia, Geoterapia, Termoterapia, Hidroterapia e Hidrología Medica, Cinesiterapia, Dietoterapia, técnicas manuales de movilización y masaje terapéutico, atención y cuidados medio-ambientales, educación para la salud, modificación de hábitos y recursos psicologicos y bioenergeticos.



MEDICINA TRADICIONAL CHINA Y JAPONESA: Podemos definir la Medicina Tradicional China como un elaborado sistema de métodos de diagnóstico y prácticas para el cuidado de la salud que ha evolucionado en los últimos 3000 años. Este método chino de comprender el cuerpo humano es único. Está basado en principios propios de la cosmovisión china del mundo, como el Qi y los canales energéticos, el concepto holístico del universo, las cinco fases, el ying y el yang y ha dado lugar a un conjunto sofisticado de prácticas destinadas a curar la enfermedad y mantener la salud. Muchas personas que han experimentado en su cuerpo los beneficios de la medicina china se preguntan cómo actúa esta medicina. La primera prueba se encuentra en el alivio sintomático y en una mejor salud y bienestar del individuo. La medicina Kampo o simplemente Kampo, es la adaptación japonesa del estudio sobre la medicina china tradicional. Esta práctica médica se estableció entre los siglos VII y IX, momento a partir del cual los japoneses crearon su propio sistema médico y de diagnosis.



ACUPUNTURA: La acupuntura consiste en la inserción de agujas muy finas en la piel en puntos estratégicos del cuerpo. La acupuntura, un componente clave de la medicina china tradicional, se utiliza con frecuencia para tratar el dolor. Su uso es cada vez más frecuente para mejorar el bienestar general, por ejemplo, para manejar el estrés. La medicina china tradicional explica la acupuntura como una técnica para equilibrar el flujo de energía o fuerza vital, conocida como «chi» o «qi», que se cree que fluye a través de canales (meridianos) en el cuerpo. Al insertar agujas en puntos específicos en estos meridianos, los acupunturistas consideran que el flujo de energía se reequilibra. Por el contrario, muchos acupunturistas occidentales ven a los puntos de acupuntura como lugares para estimular nervios, músculos y tejidos conectivos. Algunos creen que este método estimula los analgésicos naturales del cuerpo.



HOMEOPATÍA: La homeopatía es un método terapéutico que se basa en la ley de similitud o de los semejantes, la cual afirma que una sustancia que provoca determinados síntomas en una persona sana, en pequeñas cantidades, es capaz de curar los mismos síntomas o semejantes en una persona enferma. Los homeópatas elaboran los tratamientos consultando libros de referencia que se conocen como repertorios, donde, para la elaboración de un remedio homeopático se consideran factores como el conjunto de los síntomas de cada paciente, el estado físico y psicológico del mismo o su historia médica y de vida. Desde sus comienzos, la homeopatía ha sido objeto de debate y controversia entre los expertos en medicina (farmacéuticos, médicos, etcétera) y cuenta con defensores y detractores. Algunos expertos la han categorizado como una pseudociencia.

