



Universidad del Sureste

Alexa Paola Villarreal Cerdio

Licenciatura en Enfermería

Materia: Enfermería y Practicas Alternativas de Salud

Catedrático(a): Itzel Citlalhi Trejo Muñoz

**Tema: Describir diversos Conceptos de Prácticas
Alternativa.**

21 de enero de 2022

CONCEPTOS DE PRÁCTICAS ALTERNATIVA

MEDICINA TRADICIONAL (OMS): La OMS definió la medicina tradicional como prácticas, enfoques, conocimientos y creencias sanitarias diversas que incorporan medicinas basadas en plantas, animales y/o minerales, terapias espirituales, técnicas manuales y ejercicios aplicados de forma individual o en combinación para mantener el bienestar, además de tratar, diagnosticar y prevenir las enfermedades.

MEDICINA COMPLEMENTARIA O ALTERNATIVA (OMS) MEDICINA NO CONVENCIONAL: Los términos “**medicina complementaria**” o “**medicina alternativa**” aluden a un amplio conjunto de prácticas de atención de salud que no forman parte de la tradición ni de la medicina convencional de un país dado ni están totalmente integradas en el sistema de salud predominante. Existen muchas formas de **medicina alternativa**. Estas incluyen acupuntura, quiropráctica, masaje, hipnosis, biorretroalimentación, meditación, yoga y tai chi. La acupuntura consiste en estimular ciertos acupuntos en el cuerpo utilizando agujas finas u otros métodos.

MEDICINA NATURISTA: La medicina natural conlleva el diagnóstico, tratamiento y prevención de trastornos de salud a través del uso de terapias naturales, métodos y materiales, que pueden ser la nutrición clínica, la medicina herbal, la acupuntura, la homeopatía o los sistemas médicos antiguos como los utilizados en China o India

TERAPIAS ALTERNATIVAS: Terapia alternativa hace referencia a tratamiento no convencional que se usa en lugar del tratamiento convencional, mientras que la terapia complementaria por lo general hace referencia a métodos que se usan junto con el tratamiento convencional.

TERAPIAS COMPLEMENTARIAS: Las terapias complementarias son aquellas que se utilizan conjuntamente con la medicina convencional. Estas son herramientas que pueden desempeñar alguna función en un programa de tratamiento integral diseñado por el paciente y el profesional de la salud

MÉTODOS NATURALES DE SALUD OPCIONALES: La medicina natural conlleva el diagnóstico, tratamiento y prevención de trastornos de salud a través del uso de terapias naturales, métodos y materiales, que pueden ser la nutrición clínica, la medicina herbal, la acupuntura, la homeopatía o los sistemas médicos antiguos como los utilizados en China o India.

Entre algunos de los métodos naturales están las prácticas de manipulación y basadas en el cuerpo se centran sobre todo en las estructuras, aparatos y sistemas del cuerpo (p. ej., huesos, articulaciones, tejidos blandos). Estas prácticas se basan en la creencia de que el cuerpo puede regular y curarse a sí mismo y que sus partes son interdependientes. Incluyen

- Quiropraxia

- Masaje
- Reflexología
- Ventosas
- Raspado (p. ej., con monedas o cucharas)
- Moxibustión

CUIDADOS ALTERNATIVOS:

Entre los cuidados alternativos podemos citar los siguientes:

- Para evitar una cirugía de columna, como alternativa se aplica ungüentos, terapias quiroprácticas.
- Para evitar una cirugía de riñón a causa de cálculo renal o nefrolitos, como alternativa se sugiere tomar hierbas (caña de cristo, riñonina, cola de caballo, rompe piedra, entre otros).

La efectividad de los tratamientos de medicina alternativa ha sido estudiada y se ha demostrado que son ineficaces o faltas de consistencia. Algunas terapias han demostrado ser eficaces para unas enfermedades muy concretas. Sin embargo, estas terapias también se emplean a menudo para tratar otras afecciones y síntomas, incluso en ausencia de pruebas científicas para dichos usos, como ocurre a veces en la medicina convencional. Algunas terapias de medicina alternativa y complementaria no se han comprobado con estudios fiables.

Entre ellas se cuentan la acupuntura, la meditación, el yoga, la dietoterapia o terapia nutricional, el masaje y la medicina botánica.

WEB GRAFÍAS

<https://web.ins.gob.pe> › salud-intercultural › Medicina Tradicional | INSTITUTO NACIONAL DE SALUD

<https://apps.who.int> › iris › 9789243506098_spa. Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional - WHO

<https://www.cancer.org> › noticias-recientes › La verdad sobre los tratamientos de la medicina alternativa

<https://www.topdoctors.es> › Diccionario médico Medicina natural: qué es, síntomas y tratamiento | Top Doctors

<https://www.paho.org> › dmdocuments › Cuidados... Cuidados innovadores para las condiciones crónicas:
- PAHO