



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Liri Yanet lopez Pérez

Nombre del tema: Unidad IV

Parcial

Nombre de la Materia: Enfermería prácticas y alternativas de la salud

Nombre del profesor: Guadalupe cristel riveras arias

Nombre de la licenciatura: Licenciatura en enfermería

Cuatrimestre: 8vo



UNIDAD IV: TERAPIAS ALTERNATIVAS PARA LA SALUD

4.1 Situación legal actual. Perspectivas profesionales.

LEY MARCO EN MATERIA DE MEDICINA TRADICIONAL

Para los propósitos de la presente Ley, se entenderá por:

I.- Medicina tradicional: Es el sistema de salud que tiene sus raíces en conocimientos profundos sobre la salud y la enfermedad que los diferentes pueblos indígenas y rurales.

II.- Terapeutas o prácticos tradicionales, Son las personas que realizan acciones en el ámbito comunitario para prevenir las enfermedades, curar o mantener la salud individual física o espiritual, colectiva y comunitaria.

III. Pueblos Indígenas: Son aquellos que descienden de poblaciones que conservan sus propias instituciones sociales, económicas, culturales y políticas o parte de ellas

IV. Comunidades Indígenas: Son comunidades integrantes de los pueblos indígenas

V. Conocimientos Tradicionales: Conjunto de prácticas y saberes colectivos de los pueblos indígenas referidos a la salud enfermedad.

4.2 Terapias manuales

Korr (1978) describió la terapia manual como la —Aplicación de una fuerza manual específicamente determinada y dirigida específicamente al cuerpo, para mejorar la movilidad en áreas restringidas, en las articulaciones, en los tejidos conectivos o en los músculos esqueléticosll.

La terapia manual, o terapia manipulativa, es un tratamiento físico utilizado principalmente por fisioterapeutas, quiroprácticos, masajistas, entrenadores de

atletismo, osteópatas y médicos osteópatas para tratar el dolor y la discapacidad musculoesqueléticas.

Hay tres formas notables de terapia manual:

La manipulación es la introducción ingeniosa de una fuerza de rotación, cizalla o distracción rápida en una articulación.

La movilización es un proceso más lento y controlado de estiramientos articulares y de tejidos blandos (miofasciales) destinados a mejorar la biopsia

El masaje consiste en frotar repetidamente, pelar o amasar los tejidos miofasciales para mejorar principalmente la dinámica del líquido intersticial.

4.2.1 Tacto terapéutico

El Tacto Terapéutico fue desarrollado a inicio de los años de la década de 1970 por dos personas: Dolores Krieger, PhD, RN y una curandera auto profesada llamada Dora Van Gelder Kunz. Primero, TT implicó la colocación de las manos ligeramente en el cuerpo al paciente, pero el método rápidamente evolucionó a un método de "curación por energía" de no contacto.

El Tacto Terapéutico se describe a veces como una versión científica de la "puesta de manos," una técnica practicada por curanderos de fe.

Generalmente el Tacto Terapéutico se administra en una sesión que dura cerca de 20 minutos. Se le pedirá acostarse inmóvil, relajarse y permanecer quieto. El médico colocará sus manos unas cuantas pulgadas encima de su cuerpo y las moverá lentamente y de manera rítmica

4.2.2 Drenaje linfático manual.

Terapia utilizada para facilitar la circulación linfática

Efectos del Drenaje Linfático

El manual El masaje de drenaje linfático tiene los siguientes efectos en nuestro organismo:

- Acción simpaticolítica se refiere a todas aquellas sustancias que reducen o suprimen por completo la acción del Sistema Nervioso Simpático
- Acción analgésica que disminuye, estimula y evacua sustancias del tejido conectivo sustancias tóxicas cuyo acúmulo produce la estimulación de las terminaciones nerviosas del dolor.
- Relajación Al aumentar la actividad del sistema parasimpático se produce un estado de relajación, y cualquier terapia que produzca relajación va a inducir a la sedación del paciente
- Acción inmunitaria : Drenaje Linfático favorecen los mecanismos inmunológicos del organismo, al estimular el movimiento de la linfa y la acción de los ganglios linfáticos
- Es la acción más importante del drenaje. El Drenaje Linfático va a facilitar la evacuación de líquido y de sustancias del tejido conectivo.

Indicaciones del Drenaje Linfático Manual

- Acné • Estreñimiento • Estrés y cansancio crónico (por su efecto relajante) • Cualquier proceso que curse con dolor agudo dado su efecto analgésico es un buen tratamiento inicial, antes de otras terapias más agresivas • Procedimientos estéticos

4.2.3 Reflexología podal.

La reflexología podal es una terapia que consiste en aplicar presión en los pies para producir cambios en el dolor y generar beneficios en otras partes del cuerpo.

El objetivo de la reflexología es liberar el estrés y la congestión del sistema nervioso y equilibrar la energía de una persona.

En la reflexoterapia podal se trabajan todas las áreas del pie. Según la teoría, trabajar todo el pie abre vías nerviosas y bloqueos y promueve la relajación de todo el cuerpo.

4.2.4 Osteopatía

Disciplinas fisioterapéuticas, consistente en un conjunto de técnicas manuales y tratamientos no invasivos como alternativa a los problemas y dolencias de la salud, evitando la aplicación de métodos farmacológicos para su tratamiento.

4.3 Terapias naturales

Son un complemento de la medicina tradicional que colabora en el restablecimiento de la salud atendiendo a cada persona de manera única y holística.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) las define como «el conjunto de 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 manera individual o en combinación para mantener el bienestar, además de tratar.

4.4 Terapias orientales

El Qi, el ying y el yang son claves en esta terapia oriental y lo que hacen son orientarnos para prevenir enfermedades y conocer sus comienzos o manifestaciones plenas, nuestro deber es reconocer las expresiones de la naturaleza en nosotros para mantenernos siempre sanos

El Chi es el nombre que recibe la energía vital y su distribución y flujo, determinan los estados de salud y enfermedad.

4.5 Terapias de relajación

son técnicas saludables y estimulantes que consisten en diversas actividades, ya sean físicas o psicológicas que equilibran la ansiedad y el estrés, depresión, rabia por medio de Terapias personales, masajes, yoga y más. (UDS, 2021)

Bibliografía

UDS. (enero, abril de 2021). *ENFERMERÍA Y PRÁCTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD*. Obtenido de <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/f829e59a6ba3c2d320fd074dddc52707-LC-LEN802.pdf>