



Nombre de alumnos: Lizbeth Pérez Méndez

Nombre del profesor: Silvino Domínguez

Nombre del trabajo: drenaje linfático

Materia: enfermería y práctica alternativa de salud

Grado: 8° cuatrimestre

Grupo: B

de 2022.

Comitán de Domínguez Chiapas a 03 de abril

Drainaje linfático, reflexología podal, osteopatía e hidroterapia

En este ensayo se habla de 3 temas que son importantes para el aprendizaje y conocimiento de la área de salud por tal manera es bueno conocer cada uno de estos temas para desarrollar las competencias y experiencias que se pueden desarrollar o bien adquirir conocimientos de cada uno de estos temas por tal manera que más adelante expresará cada uno de ellos.

En el drenaje linfático es una técnica de masoterapia que se engloba en los campos de la Psicoterapia y la medicina alternativa está basado en una hipótesis no comprobada de que se puede estimular el drenaje natural de la linfa, que transporta los productos de desecho de los tejidos hacia el corazón. Por esta razón se dice que es un tipo de masaje, suave y ligero, que se aplica sobre el sistema circulatorio y cuyo objetivo es movilizar los líquidos del organismo para favorecer la eliminación de las sustancias de desecho, que se acumulan en el líquido que ocupa el espacio entre las células.

Algunos de los beneficios del drenaje linfático.

El sistema linfático cumple una doble función:

- Depuración, al eliminar del organismo las toxinas y sustancias de desecho.
- Protección, al modular la respuesta del sistema inmunológico frente a bacterias, virus y otras sustancias extrañas que pueden llegar al interior del organismo.

En el reflexología podal se trata una técnica de masaje más efectiva para la curación de todo tipo de dolencias. Esta terapia analiza los puntos de las extremidades en los que se reflejan otros órganos del cuerpo. Estimulándolos se consigue un beneficio inmediato y una gran capacidad para superar gran diversidad de dolencias. En la reflexología facial este tipo de reflexología permite a cualquier persona poder llevar a cabo esta técnica milagrosa conociendo los puntos clave. Podrá lograr una estimulación directa de los nervios.

La osteopatía es un tipo de medicina alternativa que realiza la manipulación física del tejido muscular y óseo.

Es importante conocer cada una de estas terapias por su importancia que tiene en la curación de salud ya que cada una de estas terapias nos dan de las técnicas que nosotros buscamos a los que lo necesitan por ello es importante conocer como son las técnicas para en el futuro poder desarrollar en un futuro adelante.

Bibliografía

UDS. Universidad del sureste.2021.Antologia de enfermería y practicas alternativas de salud, PDF, recuperadas el día 03 de febrero del 2022