

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

NOMBRE DEL ALUMNO

RODOLFO MARGARITO SANCHEZ NAJERA

TRABAJO

Terapias Alternativas de Salud

MATERIA

ENFERMERIA Y PRACTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD

GRADO Y GRUPO

8o CUATRIMESTRE

LICENCIATURA EN ENFERMERIA

OCOSINGO, CHIAPAS.

Introducción

Sabemos que todo lo que sabemos en medicina alternativa es como una herencia dejada de nuestros ancestros que de forma empírica ellos encontraron una forma de sanar heridas y curar enfermedades con plantas; pero de igual manera encontraron otras formas de curar y sanar no necesariamente con plantas sino que solo usaban las manos para poder aplicar la presión suficiente en alguna parte del cuerpo para poder sanar alguna anomalía que aquejaba en aquel entonces el paciente.

Veremos algunas técnicas o terapias alternativas que actualmente se realiza para sanar al enfermo porque como ya sabemos muchos enfermos usan otras formas de poderse curar ya sea porque confían en el o porque no les queda de otra.

Terapias Alternativas de Salud

Las terapias alternativas de salud son aquellas técnicas en donde no se va a utilizar ningún tratamiento médico como cirugías, medicamentos hechos en laboratorios con químicos y cuidados especiales por un enfermero en el hospital. Estas técnicas alternativas son más como tipo masajes normales aunque cada uno de estas tenga su propio estilo y movimiento ya que están enfocados hacia un solo punto y a un tratamiento específico, algunos de ellos solo se usan la mano otros necesitan de otros componentes adicionales para completar la tarea.

Las terapias manuales son más aquellas que se dedican a dar masajes ya sea fuerte o suavemente ya que hay muchas técnicas algunas de ellas son la acupresión, drenaje linfático manual, reflexología podal, Osteopatía, fisioterapia; cada uno de ellas se deben tratar delicadamente y lo debe realizar un profesionalista en cada uno de los temas ya que un falso movimiento podría causar alguna lesión o trauma como es el caso del drenaje linfático manual los masajes deben de ser suaves y repetitivos hacia los ganglios para que el líquido sea drenado y haya una mejor circulación de la linfa y del sistema circulatorio.

El tacto terapéutico consiste en una forma de transmitirle energía al paciente de un cuerpo a otro, solo se debe de tocar al paciente en el área afectada para poder así transmitirle de nuestra energía, es como un cuestión de fe.

Las terapias naturales es más como un método de relajación el cual se debe de mantener el equilibrio entre el cuerpo, la mente y el espíritu en algunos se hace con ayuda de masajes para poder relajarse, des estresarse, poner nuestra mente en blanco para que nuestro cuerpo trabaje de una forma más tranquila, si bien se ha escuchado que lo que te mata no es la enfermedad si no la preocupación, recordemos que el estrés es uno de los asesinos silenciosos que en la actualidad muchos no lo han tomado en cuenta pero es el principal causante de la mayoría de las enfermedades. Existen otras terapias conocidos como terapias orientales, estas provienen de china y Japón; una de las terapias más conocidas es la acupuntura que consiste en la inserción de agujas en puntos muy específicos

del cuerpo ya que una mala técnica podría tocar un nervio y provocar daños irreversibles en el paciente y esta técnica debe ser realizada por un profesionalista.

Conclusión

Podemos decir que no solo en nuestra región usan terapias alternativas, también en otras partes del mundo siguen usando estas técnicas algunos lo usan por enfermedad y otros más lo usan como una forma de relajación y poder así seguir laborando normalmente. Es bueno conocer cada uno de estos temas ya que como profesionalistas de la salud algún paciente nos preguntara que opinamos sobre alguna técnica y así podremos responderle conforme a su tratamiento si es bueno o no.