

Nombre de alumnos: Ventura Morales Danna Paola

Nombre del profesor: Hernández Sandra Guadalupe

Nombre del trabajo: súper nota

Materia: enfermería y practicas alternativas de la salud

Grado: 8vo cuatrimestre.

Grupo: A.



Perspectivas profesionales.

LEY MARCO EN MATERIA DE MEDICINA TRADICIONAL. Artículo 1.- Para los propósitos de la presente Ley, se entenderá por

Medicina tradicional

- Sistemas de atención a la salud que tiene sus raíces en conocimientos profundos sobre la salud y la enfermedad que los diferentes pueblos indígenas y rurales han acumulado a través de su historia

Terapeutas o prácticos tradicionales

- Son las personas que realizan acciones en el ámbito comunitario para prevenir las enfermedades, curar o mantener la salud.



Pueblos indígenas

- Son aquellos que descienden de poblaciones que habitaban en el territorio actual de los países americanos

Comunidades indígenas

- Son comunidades integrantes de los pueblos indígenas aquellas que formen una unidad social, económica y cultura

Conocimientos Tradicionales

- Todo el conjunto de prácticas y saberes colectivos de los pueblos indígenas referidos a la biodiversidad, a la salud enfermedad y al manejo de los recursos orientados al bienestar comunitario



Terapias manuales

Abordaje clínico que utiliza técnicas prácticas específicas, que incluyen pero no se limitan a manipulación / movilización, utilizada por el fisioterapeuta para diagnosticar y tratar tejidos blandos y estructuras articulares con el fin de modular el dolor



Tacto terapéutico

- Es una forma de "curación por energía" proceso intencionalmente dirigido de intercambio de energía durante el cual el médico usa las manos como un foco para facilitar el proceso de curación."



Drenaje linfático manual.

Terapia manual destinada a facilitar la circulación linfática.

Está indicado en muchas patologías que cursen con dolor, hiperexcitación del sistema nervioso, edema e inflamación



Reflexología podal

- Terapia que consiste en aplicar presión en los pies para producir cambios en el dolor y generar beneficios en otras partes del cuerpo.
- Determinados puntos o áreas reflejadas en los pies y las manos que están conectadas energéticamente a órganos específicos y partes del cuerpo determinados a través de canales de energía.
- Según los reflexólogos, la presión sobre los puntos reflejos también ayuda a equilibrar el sistema nervioso y a estimular la liberación de endorfinas que ayudan a reducir el dolor y el estrés.



Osteopatía

- Es un conjunto de técnicas manuales empleadas para aliviar numerosas dolencias mediante la búsqueda de la recuperación del equilibrio orgánico.
- Instrumento dedicado a preservar todas las funciones orgánicas en su perfecta actividad

Terapias naturales



Tienen como objetivo primordial sintonizar los tres pilares del ser humano: el cuerpo, la mente y el espíritu.



- **La imagen espiritual** es todo aquel sistema de creencias, valores, principios, y todo lo que se lleva a cabo en busca de la verdad de las cosas, etc...



- 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, diagnosticar y prevenir las enfermedades.

- **EL QUIROMASAJE: SALUD Y RELAJACIÓN** serie de técnicas que se utilizan, principalmente, para estimular, relajar y destensar los músculos y tejidos del cuerpo
- **LA REFLEXOLOGÍA: ESTIMULACIÓN REFLEJA** consiste en la estimulación con las manos los pies y la cara actuando, simultáneamente, en otros puntos del cuerpo llamados zonas de reflejo.
- **Kinesiología holística** agrupación de métodos que se utilizan para restaurar distintos movimientos del cuerpo humano



Terapias orientales



El ser humano no es algo aislado de lo que le rodea, sino que forma parte del cosmos

- Previenen y tratan enfermedades mediante los puntos energéticos.
- Conciben la energía como origen de todas las cosas y sus primeras condensaciones se observan en los cinco elementos de la naturaleza: el fuego, el aire (metal), el agua, la madera y la tierra
- **Acupuntura:** inserción de agujas en unos puntos meridianos que se pueden localizar en todo el cuerpo.
- **Moxibustión:** usa las propiedades curativas de la planta artemisa y del calor para reequilibrar el estado de salud .
- **Tui na:** el tui na es una terapia manual en la que se combinan maniobras de masaje, movilizaciones, digito puntura, tracciones y manipulaciones



Terapias de relajación



- Al estar relajado nuestro consumo de energías es mínimo, relaja los dolores musculares y reduce los niveles de colesterol.
- La relajación no se trata solo de tranquilidad o de disfrutar un pasatiempo.

- Actividades, ya sean físicas o psicológicas que lleva a la persona a equilibrar sus niveles de ansiedad y estrés.
- La relajación abarca muchísimas formas y métodos, algunos empleados por la misma persona y otros más específicos con ayuda de algún experto que se dedique a el desarrollo humano, personal y físico



- **Thai chi**, es una técnica o arte marcial que está representado por una serie de movimientos corporales que mejora la calidad física como mental

