

# UUDS

## ENSAYO

**UNIDAD III PADECIMIENTOS MÁS FRECUENTES.  
UNIDAD IV TERAPIAS ALTERNATIVAS PARA LA SALUD.**

**Alumno: Dulce Navidad Hernández García.**

**8vo cuatrimestre grupo "A".**

**Licenciatura en enfermería.**

**Materia: ENFERMERIA Y PRACTICAS  
ALTERNATIVAS DE SALUD.**

**Docente: GUADALUPE CRISTEL RIVERA  
ARIAS**



## Contenido

<b>INTRODUCCION:</b> .....	3
<b><i>UNIDAD III PADECIMIENTOS MÁS FRECUENTES.</i></b> .....	4
<b>UNIDAD IV TERAPIAS ALTERNATIVAS PARA LA SALUD</b> .....	6
<b>CONCLUSION:</b> .....	8
<b>BIBLIOGRAFIA:</b> .....	9

## INTRODUCCION:

En este texto podremos abarcar los diversos padecimientos de salud y las diferentes alternativas de medicina que en ellos aplicaríamos como bien hemos estado viendo en este cuatrimestre sobre la medicina alternativa, sabiendo así pues que la medicina alternativa y complementaria, así como la salud, abarcan diversos métodos y terapias curativas que históricamente se han venido usando y practicando de manera continua. Muchos aspectos de la medicina alternativa y complementaria tienen sus orígenes en antiguos sistemas de curación indígenas, como los de China, India, el Tíbet, África y el continente americano, así como nuestro territorio mexicano, tales como los mayas, aztecas y otras culturas.

Así mismo reitero el concepto sobre la medicina alternativa que de acuerdo con la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS), La medicina tradicional, es la suma de conocimientos, técnicas y prácticas fundamentadas en las teorías, creencias y experiencias propias de diferentes culturas, y que se utilizan para mantener la salud, tanto física como mental.



### **UNIDAD III PADECIMIENTOS MÁS FRECUENTES.**

Hablando en medicina tradicional, podemos decir que hay diversas enfermedades que se conocen de otra forma a lo que científicamente es, como, por ejemplo:

Lo que conocemos como algunas curanderas dicen mollera sumida, en termino medico se refiere a una deshidratación en bebes, que puede ser factor de alguna enfermedad. En zonas rurales de nuestro país "MEXICO " la gente recurre a los terapeutas tradicionales ya sea por fiebre, diarrea, problemas de la piel, tos intensa, dolor de garganta, nervios, mal de ojo, susto, empacho y caída de mollera; las causas de urgencia en zonas urbanas son: infecciones gastrointestinales, accidentes, problemas de envidia, mal echado o puesto, susto, insomnio, nervios, depresión y enfermedades "que no curan los médicos". Sin embargo, la gente actúa de manera empírica buscando soluciones con la medicina alternativa puesto que son costumbres que yacen de tiempos ancestrales, pues recordemos que desde la época de los mayas y aztecas estos se vienen ejerciendo, y al menos la medicina tradicional no es algo mas que algo complementario tanto así que no es como los medicamentos de acción rápida pues las infusiones o brebajes para curar ciertas enfermedades deben ejercer de un tiempo prolongado y tardío para curar las enfermedades a los que la población que busca esta alternativa busca para su mejoría.

Algunos conceptos de las enfermedades más frecuentes son:

- La bronquitis aguda o también llamado resfriado de pecho, ocurre cuando las vías respiratorias en el pulmón se inflaman y producen mucosidad en los pulmones. Eso es lo que lo hace toser.
- La neumonía es una infección que inflama los sacos aéreos de uno o ambos pulmones. Los sacos aéreos se pueden llenar de líquido o pus (material purulento), lo que provoca tos con flema o pus, fiebre, escalofríos y dificultad para respirar
- Espantos o sustos: En la mayoría de las investigaciones, el susto ha sido analizado como una enfermedad tradicional cuya definición en los códigos

biomédicos se ha traducido en términos psiquiátricos y ya que esto no lo tratan los médicos las personas optan por tratarse con curanderos.

- Los trastornos de la piel varían mucho en cuanto a síntomas y gravedad. Pueden ser temporales o permanentes, y podrían ser indoloros o causar dolor. Algunas de sus causas son circunstanciales, mientras que otras pueden ser genéticas. Algunas afecciones de la piel son menores y otras pueden poner en peligro la vida. Algunos ejemplos son rosáceos, psoriasis, vitíligo. En niños pueden ser dermatitis de pañal, eczemas, sarampión, viruela, etc.
- Diarrea
- Vómitos y fiebre.

## UNIDAD IV TERAPIAS ALTERNATIVAS PARA LA SALUD

Así bien continuando con la unidad cuatro esta va de la mano con lo anterior dicho pues así, se buscan alternativas para aliviar la enfermedad que aqueja a la persona, por medio de la atención a la salud en medicina tradicional, 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. Estos tratándose con terapeutas tradicionales que son personas dedicadas a la atención en forma de yerbateros, curanderos, parteras, hueseros, etc., que realizan acciones en el ámbito comunitario para prevenir las enfermedades, curar o mantener la salud individual física o espiritual, colectiva y comunitaria, enmarcados en una forma de interpretar el mundo que les rodea (cosmovisión) acorde a su cultura y los marcos explicativos de sus sistemas médico tradicional.

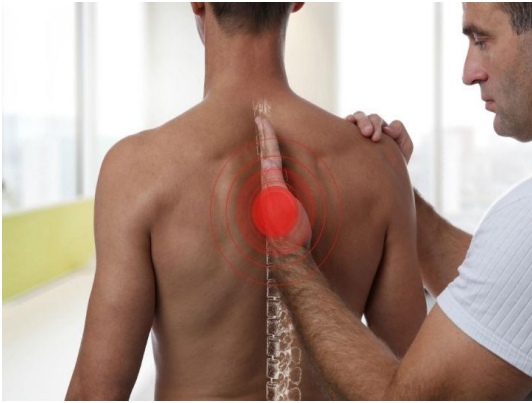
Existen muchos tratamientos o fármacos de salud que se podrían englobar dentro de terapias alternativas. Como la acupuntura que es una práctica china tradicional la cual consiste en insertar agujas pequeñas y delgadas en la piel, en puntos específicos del cuerpo.

Así también puede ser los productos naturales, las terapias biológicas se caracterizan por utilizar sustancias como hierbas, alimentos y vitaminas. Estas se hacen a partir de las plantas, ya sea de sus raíces u hojas, estas pueden verse en diversas presentaciones como: pomadas, ungüentos, infusiones, duchas de vapor, tes y aceites esenciales. Estas pueden tratar diversas enfermedades, un ejemplo de planta medicinal es el maguey que tiene propiedades antiinflamatorias e infecciosas como antiséptico. Otro ejemplo es la canela que es comúnmente utilizado para aliviar dolores menstruales y para tratar resfriados comunes.

Y así existen diversos tipos de terapias alternativas para cuidar de la salud o prevenir enfermedades, y así mismo por mi parte es de tener paciencia, respeto, y verificar que esta, no presente ningún daño colateral para la salud.



# Herbolaria



## **CONCLUSION:**

Para finalizar podemos decir que la medicina tradicional nos viene acompañando desde tiempos antiguos en el que de forma empírica y sin avances médicos , han ido ayudando de forma gradual a la población y se ha ido adquiriendo conocimientos y obteniendo hallazgos importantes para la comunidad médica, pues en su mayoría a veces buscar una alternativa medica puede ayudar de forma favorable.

Por mi parte existe gran respeto a quienes se dedican a esta labor, aunque ya en estos tiempos se ha ido erradicando pues a veces estas costumbres se han ido perdiendo conforme las nuevas generaciones, sin embargo no queda de más ir adquiriendo conocimientos sobre estas técnicas de ayuda complementaria como la acupuntura, fisioterapia, herbolaria, pues nunca es mucho y nunca está de más.



## **BIBLIOGRAFIA:**

<https://www.incmnsz.mx/opencms/contenido/investigacion/comiteEtica/medicinaTradicional.html>

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/683dd3447c7a0db1b59d450b5da47a32-LC-LEN802%20ENFERMERIA%20Y%20PRACTICAS%20ALTERNATIVAS%20EN%20SALUD.pdf>