



**Mi Universidad**

Nombre del Alumno: *Cesar Leonardo Aguilar Ruiz*

Nombre del tema: *ensayo*

Parcial: *cuarto parcial*

Nombre de la Materia: *Enfermería y practicas alternativas de salud*

Nombre del profesor: *Felipe Antonio Morales Hernández*

Nombre de la Licenciatura: *enfermería*

Cuatrimestre: *8°*

## Terapias alternativas para la salud.

Partiendo de las practicas alternativas en cuanto a la salud respecta podemos observar infinidad proceso, rituales, medicinas (herbolaria) entre otras mas practicas que se desempeñan des de hace mucho tiempo tomado el uso de conocimientos pasados que con el pasar del tiempo estos se han ido actualizando y tomado más fuerza como parte de la cultura del ser humano. Por lo tanto, este ensayo está basado en las terapias de salud alternativas, la importancia que estas tienen, así como de su situación legal de esta.

En la ley se marca que para poder tomar el termino de medicina tradicional, este debe de cumplir con distintos lineamentos como el tener el conocimiento de salud y enfermedad que a lo largo del tiempo se ha ido acumulando con el pasar de los años sobre todo en la región sur del continente americano tomando como punto de origen más fuerte Colombia tomando como referencia los tiempos precolombinos dichos conocimientos se han ido enriqueciendo con el cruce con las distintas culturas y creencias de los pueblos indígenas naciendo asi el término “terapeutas o médicos tradicionales” que son los encargados de llevar acabo estas practicas o tratamientos de forma comunitaria, basándose en la salud espiritual, colectiva y comunitaria usando los conocimientos que se han ido adquiriendo y posando de generación en generación.

Estos conocimientos han dado origen a distintos tipos de terapias de las cuales se hablará de forma breve a continuación. Como primera terapia y las más común se encuentran las terapias manuales estas son técnicas de tratamiento específico para el dolor y otros síntomas relacionados con la disfunción del sistema neuro-musculo-esquelético de la columna vertebral y de las extremidades, las técnicas de terapia manual tienen como como principal objetivo el recuperar la movilidad y disminuir el dolor de las zonas afectadas principalmente en las articulaciones, algunos de estos ejemplos son:

- Terapia manual articular.
- Terapia manual miofascial.

- Terapia manual neural.
- Terapia manual visceral.

El TT (tacto terapéutico) es una forma de curación de la energía del cuerpo de las personas en el cual se hace uso de las manos con el propósito de intercambiar energías para así facilitar la curación del cuerpo esta técnica es utilizada en gran variedad de sitios incluyendo a las unidades de cuidados intensivos en los hospitales con el fin de ayudar al paciente a estar más cómodo liberando el estrés de este.

Hay técnicas de mayor complejidad como lo es el drenaje linfático manual ya que esta es una técnica que en la que se realizan masajes en partes específicas del cuerpo con el objetivo de facilitar la circulación de linfa por medio de la mejor contracción de los vasos linfáticos para así eliminar edemas y otras alteraciones derivadas de este problema.

En la actualidad, prestamos muy poca importancia a los pies, es el gran olvidado de nuestro cuerpo y sin embargo, es la parte del cuerpo donde van a parar multitud de terminaciones nerviosas. La planta del pie y el pie en su conjunto, representa en forma esquemática la totalidad del cuerpo y sus órganos. Este es el principio de la reflexología podal. En ella, mediante el masaje se puede influir a modo reflejo sobre los correspondientes órganos y vísceras, aparte de la importancia diagnóstica que tiene.

La acupuntura, homeopatía, osteopatía, yoga, meditación son medicinas y terapias con frecuencia en pacientes con OA (osteoartritis) y AR (artritis reumatoide)

En conclusión la medicina alternativa y sus practicas se han utilizado desde tiempos remotos como una forma de ayudar a la salud de las personas y así ayudar a quienes por distintas razones tienen que recurrir a estas practicas y consumo de medicamentos naturistas provenientes de la madre tierra y en la actualidad estas han tomado mas fuerza entre la sociedad quienes confían en estas practicas y medicamentos aunque bien es cierto que hay enfermedades que no pueden curar como son el caso de las enfermedades crónicas o de enfermedades graves en una etapa muy avanzada o terminal.