



**NOMBRE DE LA ALUMNA: ROXANA TOMAS DOMINGUEZ**

**CARRERA: LIC. EN ENFERMERIA**

**NOMBRE DEL TRABAJO: CUADRO SINOPTICO**

**MATERIA: ENFERMERIA Y PRAACTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD**

**GRADO Y GRUPO: 8 - "A"**

COMITÁN DE DOMÍNGUEZ CHIAPAS 3 ABRIL 2023

# TERAPIAS ALTERNATIVAS PARA LA SALUD

## Situación legal actual. Perspectivas profesionales

Medicina tradicional: son los 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 individual física o espiritual, colectiva y comunitaria, enmarcados en una forma de interpretar

Pueblos Indígenas:  
Comunidades Indígenas  
Conocimientos Tradicionales

## Terapias manuales

recuperar el movimiento cuando las articulaciones presentan una restricción en el mismo, aliviar el dolor articular, muscular

- Terapia manual articular:
- Terapia manual miofascial
- Terapia manual neural
- Terapia manual visceral

la introducción ingeniosa de una fuerza de rotación, cizalla o distracción rápida en una articulación

Tres formas notables de terapia manual son la manipulación, la movilización y el masaje

La movilización es un proceso más lento y controlado de estiramientos articulares y de tejidos blandos destinados a mejorar la biopsia.

el masaje consiste en frotar repetidamente, pelar o amasar los tejidos miofasciales para mejorar principalmente la dinámica del líquido intersticial.

## Tacto terapéutico.

se describe a veces como una versión científica de la "puesta de manos," una técnica practicada por curanderos de fe.

hay más de espiritualidad que de ciencia en este método;

hace uso de las creencias y principios comunes en las tradiciones de curación n espirituales pero ajenas a la cultura científica actual.

el Tacto Terapéutico se administra en una sesión que dura cerca de 20 minutos.

el tratamiento de condiciones médicas, especialmente el dolor, la ansiedad y el estrés

## Drenaje linfático manual.

es una técnica de monoterapia que consiste en aplicar masajes suaves sobre diferentes zonas del cuerpo con el objetivo de mejorar la circulación de la linfa y el sistema linfático

La función es la de mejorar la contracción automática de los vasos linfáticos.

ayudando a eliminar edemas y otras alteraciones derivadas de una mala circulación de la linfa

Tiene que ser un masaje muy suave e indoloro, por lo que suele tener un efecto placentero y relajante.

El drenaje linfático no suele durar menos de una hora.

## Osteopatía

La osteopatía es un conjunto de técnicas manuales y tratamientos no invasivos, que se emplean para tratar lesiones y aliviar molestias

Una de las características es su visión holística del cuerpo, se entiende el cuerpo humano como una unidad completa y no como un conjunto de órganos

diferenciar tres tipos fundamentales:

- la osteopatía estructural
- osteopatía visceral
- osteopatía cranea

## Terapias naturales.

son un conjunto de técnicas que se encuentran dentro del ámbito de la medicina tradicional como una alternativa a estas prácticas médicas convencionales.

Es decir, eliminar los síntomas de las dolencias, patologías y enfermedades.

Existen muchos tratamientos o fármacos de salud que se podrían englobar dentro de estas terapias alternativas.

- Sistemas integrales o completo
- Acupuntura
- Neuropatí

- Productos naturales
- Fitoterapia
- Técnicas manuales y naturales

