

**Ensayo**

*Nombre del Alumno: Lizbeth Reyes Ulloa.*

*Nombre del tema: Medicina naturista.*

*Parcial: Segundo.*

*Nombre de la Materia: Interculturalidad.*

*Nombre del profesor: García Juárez Saraí.*

*Nombre de la Licenciatura: Medicina.*

*Semestre: Segundo.*

*Lugar y Fecha de elaboración*

INTRODUCCION

La medicina naturista es una parte de la medicina, que utiliza a la naturaleza para curar síntomas o enfermedades de las personas que la practican, esta también ayuda a estimular la capacidad curativa del cuerpo. La medicina natural **se aplica cuando ya hay un diagnóstico médico antes**, para que se pueda complementar con la medicina tradicional y así tener como resultado la sanación y curación del paciente y se utiliza para ayudar en una gran variedad de enfermedades.

DESARROLLO

La medicina naturista, busca fortalecer al organismo y mejorar la calidad de vida del paciente. Para esto se suele analizar el estado del paciente y su entorno, para intentar determinar el origen de la enfermedad y así ver como poder tratar a la enfermedad del paciente. La medicina naturista, es un procedimiento terapéutico que se basa en el principio fisioterapéutico, en este se valora que la salud es mantenida por el cuerpo por sus sistemas. Y se basa también por el aspecto metodológicoo. Los tratamientos de la medicina naturista están hechos a base de algunas hierbas medicinales y minerales. Se dice que el ayuno contiene ciertos métodos de relajaciónpara generar un bienestar en cada paciente y mejorar la salud. En Medicina natural existen algunos principios que se deben seguir para el tratamiento de pacientes como, por ejemplo, identificar y tratar la causa, emplear el poder curativo de la naturaleza y no hacer daño al paciente. También se pueden realizar exámenes físicos, pruebas de laboratorio, exámenes ginecológicos, radiografías y otras pruebas diagnósticas para que se combinen con la medicina actual y moderna para que puedan ter un mejor diagnóstico y tratamiento conforme a las necesidades de cada individuo. La medicina naturista puede tratar afecciones **agudas, por ejemplo,** dolores de cabeza, dolor de garganta, infecciones de oído, resfriados y gripes. También las **enfermedades crónicas como las** [migrañas](https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/migranas), dolor musculo esquelético, problemas gastrointestinales, ginecológicos y de fertilidad, [artritis](https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/artritis) y enfermedades cardíacas. Los **problemas mentales y emocionales**, ejemplo, [estrés](https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/estres), ira,[depresión](https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/depresion) o [ansiedad](https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/ansiedad). La medicina naturista considera que**el cuerpo mantiene a la salud por sus sistemas.** Las terapias naturistas ayudan al organismo a que se reequilibren por sí mismo y están basadas en remedios naturales, como, por ejemplo: la nutrición, como la dieta vegetariana o ayuno. Plantas medicinales. Terapias físicaspor el movimiento. Técnicas de relajación, como ejercicios respiratorios o meditación. Masaje**.** Hidroterapia.

CONCLUSION

La medicina naturista es una rama importante de la medicina que de ella salen muchas más diferentes ramas de esta como la herbolaria, la fitoterapia, entre otras mas y todas estas con el mismo propósito de curar y sanar los síntomas o incluso enfermedades de las personas que creen en esta medicina.