



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

ENSAYO

MATERIA: ECONOMIA Y POLITICA ALIMENTARIA

DOCENTE: L.N. PATRICIA DEL ROSARIO LUNA
GUTIERREZ

5TO CUATRIMESTRE DE NUTRICION
TAPACHULA CHIAPAS

La medicina alternativa y la nutrición desempeñan roles complementarios en la salud individual. Mientras la medicina convencional se enfoca en tratamientos farmacológicos, la medicina alternativa aborda aspectos holísticos, como la acupuntura o la medicina herbaria. La nutrición, por otro lado, es esencial para el bienestar general, influyendo en la prevención de enfermedades. Integrar estas prácticas puede proporcionar opciones más completas para el cuidado de la salud, permitiendo a los individuos adoptar enfoques personalizados que consideran tanto la medicina convencional como alternativa. Aunque algunos de estos métodos carecen de respaldo científico sólido, muchos individuos recurren a la medicina alternativa para complementar o buscar alternativas a la atención médica convencional. Algunos beneficios reportados incluyen la mejora del bienestar emocional y físico, aunque es esencial abordar estas opciones con precaución y siempre consultar con profesionales de la salud. Los países orientales cuentan con una larga tradición de enseñanza de estas medicinas alternativas. Pero hasta hace poco, la mayoría de los hospitales de Occidente no proporcionaban ningún tratamiento alternativo y las facultades de medicina occidentales no las enseñaban.

Los pacientes de los países occidentales se están volviendo más receptivos en cuanto a probar las medicinas alternativas, y han empezado a buscarlas. Como consecuencia, muchas escuelas de medicina occidental están empezando a enseñar estas técnicas y teorías médicas. Algunos hospitales y médicos están comenzando a complementar su práctica médica habitual con las técnicas alternativas.

Muchos pacientes y profesionales de la medicina utilizan los tratamientos alternativos junto con las terapias convencionales. Esto se conoce **como** medicina complementaria. Tanto la medicina alternativa como la complementaria utilizan los mismos tipos de remedios para tratar un problema de salud. La diferencia es que la medicina alternativa a menudo se aplica en vez de las técnicas de medicina convencional. La medicina complementaria se utiliza además de la medicina convencional, no la sustituye. La medicina convencional (también llamada "medicina alopática") se basa en el conocimiento científico del cuerpo y utiliza tratamientos que se han demostrado eficaces científicamente. Los médicos adquieren en su formación un conocimiento exhaustivo del organismo, las enfermedades y sus tratamientos. La medicina complementaria y alternativa se basa en la idea de que un profesional de la salud debe tratar a la persona completa: cuerpo, mente y espíritu. Las técnicas utilizadas en la CAM son mucho menos invasivas que las prácticas médicas convencionales; esto quiere decir que no se basan en la cirugía ni en los fármacos habituales. Algunas terapias de la CAM se basan en datos científicos. Pero en la mayoría de los casos aún existen áreas que requieren ser investigadas. Esto no significa que esas terapias no funcionen, sino simplemente que los expertos no las han estudiado suficientemente para saber con seguridad que funcionan y cómo lo hacen. A menudo la gente recurre a la CAM cuando tiene algún problema crónico que la medicina convencional no ha logrado curar completamente. Por ejemplo, alguien que ha estado siendo atendido por un médico durante años por un dolor de cabeza persistente podría recurrir además a la CAM para tratar algunos síntomas o los efectos secundarios de los tratamientos convencionales.

Como conclusión los expertos no han investigado suficientemente muchas técnicas de la CAM como para afirmar que son eficaces como tratamientos. Algunas personas pueden sentir que no vale la pena invertir mucho tiempo y dinero en tratamientos cuya eficacia no ha sido demostrada. Las pólizas de los seguros médicos raras veces cubren los tratamientos con CAM, por lo que los pacientes deben pagarlos de su bolsillo sin ningún tipo de reembolso.

Para algunos problemas de salud, los enfoques de la medicina alternativa solos no son suficientes para ayudar a curarse a una persona. Incluso algo aparentemente leve como una infección puede requerir medicamentos tradicionales, como los antibióticos. Por eso, siempre es mejor que vayas a tu médico si tienes un problema de salud y le hables abiertamente de cualquier técnica alternativa que te gustaría probar.

Otra razón por la que deberías ser sincero con tu médico sobre las técnicas de CAM es porque, en algunos casos, las prácticas de CAM pueden interferir con los tratamientos de medicina tradicional. Por ejemplo, ciertos suplementos a base de plantas medicinales pueden interferir con algunos medicamentos, como los que se utilizan en el tratamiento de la diabetes o los anticonceptivos.

Como con la medicina moderna, los tratamientos de la CAM que son eficaces para un problema pueden no ayudar con todos los problemas. Algunos tratamientos se utilizan sólo para ciertos problemas, así que si quieres probar alguna técnica alternativa para algún problema de salud, asegúrate de que puede ayudarte para el problema específico que buscas solucionar.



**BIBLIOGRAFIA: ANTOLOGIA DE LA MATERIA NUTRICION Y
MEDICINA ALTERNATIVA DE UNIVERSIDAD DEL SURESTE
CAMPUS TAPACHULA CHIAPAS CONSULTADA EL DIA 18 DE
ENERO DEL AÑO 2024**