



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Karina Rueda Cordero

Nombre del tema: Cuadro Sinóptico (1ª Actividad)

Nombre de la Materia: Enfermería y prácticas Alternativas de Salud

Nombre del profesor: LE. Felipe Antonio Morales Hernández

Nombre de la Licenciatura: Lic en Enfermería

Cuatrimestre: 8º "B"

Comitán, Chiapas Enero – Abril 2024

MEDICINA COMPLEMENTARIA Y ALTERNATIVA

DEFINICIÓN

Es un conjunto de sistemas, practicas y productos que, en general no se consideran parte de la medicina convencional

La medicina complementaria se refiere al uso de la medicina complementaria y alternativa junto con la medicina convencional (acupuntura)

La medicina alternativa es el uso de la medicina complementaria en reemplazo de la convencional



PRODUCTOS NATURALES

Incluye el uso de diversos medicamentos de hierbas, vitaminas, minerales y otros productos naturales (probióticos)

Los medicamentos de hierbas o botánicos existen desde los primeros intentos del ser humano para mejorar su condición.

El interés y uso de los productos naturales de la medicina complementaria ha aumentado en las últimas décadas.



TIPOS

Se centran en las interacciones entre el cerebro, la mente, el cuerpo y el comportamiento

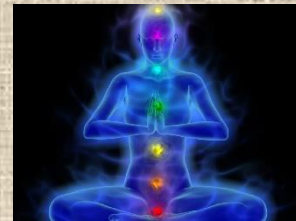
Su propósito es usar la mente para influir en las funciones físicas y promover la salud

- Técnicas de meditación. Se emplea para aumentar la calma y relajación, mejorar el equilibrio psicológico, promover la salud y bienestar en general.
- Yoga. los tipos de yoga combinan posturas físicas, técnicas de respiración, meditación o relajación.
- Acupuntura: Consiste en la estimulación de puntos específicos del cuerpo mediante diversas técnicas. Como la inserción de agujas a través de la piel

MEDICINA DE LA MENTE Y EL CUERPO

El concepto que la mente es importante para el tratamiento de las enfermedades es parte integral de los métodos curativos de la medicina tradicional china y la medicina ayurvédica. Su origen se remonta a mas de 200 años

Se encontraron varios métodos de medicina de la mente y el cuerpo entre las 10 principales prácticas de medicina complementaria y alternativa utilizadas por los adultos (respiración profunda, meditación, yoga).



MEDICINA
COMPLEMENTARIA Y
ALTERNATIVA

TIPOS



PRÁCTICAS DE
MANIPULACIÓN Y
BASADAS EN EL
CUERPO

Hacen énfasis en las estructuras y sistemas del cuerpo, entre ellos los huesos y articulaciones, tejidos blancos y el sistema linfático y circulatorio.

La manipulación de la columna vertebral es la que practican los quiroprácticos y otros profesionales de la salud como fisioterapeutas, osteópatas y algunos médicos de medicina convencional.

La terapia de masaje abarca muchas técnicas diferentes. Los terapeutas presionan, frotan y manipulan los músculos y otros tejidos blandos

La manipulación de la columna se ha empleado desde la época de la antigua Grecia y fue incorporada a la medicina quiropráctica y osteopática a fines del siglo XIX

La manipulación quiropráctica-osteopática y el masaje figuraban entre las 10 terapias principales de medicina alternativa tanto en niños como en adultos



OTRAS PRACTICAS DE
MEDICINA
COMPLEMENTARIA Y
ALTERNATIVA

La medicina alternativa también comprende terapias de movimiento, que se emplean para promover el bienestar físico, mental, emocional y espiritual

Las prácticas de los curanderos tradicionales también pueden considerarse una forma de medicina complementaria y alternativa.

Algunas practicas de medicina complementaria y alternativa comprenden la manipulación de diversos campos de energía para influir en la salud (terapia magnética y terapia de luz)

Las practicas basadas en campos energéticos supuestos en general reflejan el concepto de que en los seres humanos fluyen formas sutiles de energía (qi gong, reiki)

Los sistemas médicos integrales que constituyen sistemas completos de teoría y práctica que han evolucionado con el transcurso del tiempo en diferentes culturas y en forma independiente de la medicina convencional puede considerarse parte de la medicina alternativa

MEDICINA COMPLEMENTARIA Y ALTERNATIVA

FUNCION DEL NCCAM

Explorar prácticas de curación de la medicina complementaria y alternativa mediante métodos con rigor científico, así como crear pruebas relacionadas con la inocuidad y la eficacia de estas prácticas

RECURSOS INFORMATIVOS DEL NCCAM

- Hojas informativas diseñadas para ayudar al público a evaluar cuestiones clave al decidir el uso de la medicina alternativa
- Hojas informativas sobre terapias específicas de medicina alternativa
- Herbs at a Glance. Información sobre mas de 40 hierbas comunes en los suplementos dietéticos de uso frecuente



BIBLIOGRAFIA

L.E. Felipe Antonio Morales Hernández. (2024). ANTOLOGÍA ENFERMERÍA Y PRÁCTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD. COMITÁN, CHIAPAS: UDS.