



## Mi Universidad

*Nombre del Alumno: José martin Jiménez López*

*Parcial: I*

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

*Nombre del profesor: Felipe Antonio Morales*

*Nombre de la Licenciatura: enfermería*

*Cuatrimestre: 8vo cuatrimestre*



TIPOS DE MEDICINA COMPLEMENTARIA Y ALTERNATIVAS

El NCCAM define la medicina complementaria y alternativa como un conjunto de sistemas, prácticas y productos que en general no se consideran parte de la medicina convencional



Las prácticas de medicina complementaria y alternativa suelen agruparse en categorías amplias, como productos naturales, medicina de la mente y el cuerpo, así como prácticas de manipulación y basadas en el cuerpo.



**MEDICINA COMPLEMENTARIA**

Se refiere al uso de la medicina complementaria y alternativa junto con la medicina convencional, como el empleo de la acupuntura en forma adicional a los métodos usuales para aliviar el dolor.

**MEDICINA ALTERNATIVA**

Se refiere al uso de la medicina complementaria y alternativa en remplazo de la medicina convencional.

**PRODUCTOS NATURALES**

Este campo de medicina complementaria y alternativa incluye el uso de diversos medicamentos de hierbas (también denominadas productos botánicos) vitaminas, minerales y otros productos naturales

Los productos naturales de medicina complementaria y alternativa también comprenden los:

**PREBIÓTICOS**

Están presentes en los alimentos (yogures o en suplementos dietéticos)

**ANTECEDENTES HISTÓRICOS.**

Los medicamentos de hierba o botánicos existen desde los primeros intentos de los seres humanos.

**USOS ACTUAL**

El interés por los productos naturales de medicina complementaria y alternativa y uso se han aumentado de forma considerable en las últimas décadas

TIPOS DE MEDICINA COMPLEMENTARIA Y ALTERNATIVAS

MEDICINA DE LA MENTE AL CUERPO



Las prácticas de la medicina de la mente y el cuerpo se centran en las interacciones entre el cerebro, la mente, el cuerpo y el comportamiento.

Técnicas de medicación

Incluyen posturas específicas, concentrar la atención, o una actitud abierta respecto de las distracciones, meditación se emplea para la calma y relajación

Tipos de yoga

Se emplean con fines de salud, combinan en general posturas físicas, técnicas de respiración, meditación o relajación, las personas emplean el yoga como parte de un régimen de salud general.

La acupuntura

Es un conjunto de procedimiento que consiste en la estimulación de puntos específicos del cuerpo mediante diversas técnicas, como la inserción de agujas a través de la piel, que luego se manipulan manualmente o por estímulos eléctricos.

Antecedentes históricos

El concepto de 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 ayurvedica, cuyos orígenes se remontan a más de 2000 años.

PRACTICAS DE MANIPULACION Y BASDADAS EN EL CUERPO.

Las prácticas de manipulación y basadas en el cuerpo hacen énfasis y hacen estructuras y sistemas del cuerpo, entre ellos los huesos y las articulaciones, los tejidos blandos y el sistema linfático y circulatorio

La manipulación de la columna vertebral



Terapias de masaje



**FUENTE BIBLIOGRAFICA:**

# **Bibliografía**

(s.f.). Obtenido de file:///c:/User/UserWin/Downloads/4d77ee2a0eae65357583df5f24dcf791-LC-LEN802%20ENFERME\_240228\_230354%20(1).pdf