



MEDICINA AYURVEDA

[Subtítulo del documento]



ACTIVIDAD DE PLATAFORMA

DOCENTE , DOC IRMA SANCHEZ PRIETO

ANTROPOLOGIA MEDICA

UNIDAD CUATRO

FREDY CESAR PEÑA LOPEZ

LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

SEGUNDO SEMESTRE

GRUPO A

MEDICINA AYURVEDA : La medicina ayurveda o medicina ayurvedica es un sistema de vida saludable que se utiliza en la India durante mas de 5000 años , el ayurveda hace hincapié en los hábitos saludables , tanto en alimentación , y buen manejo de salud para la prevención de enfermedades , sus estilos se basan en prácticas tales como el yoga , uso de remedios herbáceos , pero en general es una corriente holística que posee una visión general del equilibrio de la mente el cuerpo y el alma , según el ayurveda existe una relación entre los elementos esenciales de la naturaleza y el sistema de las energías del cuerpo las cuales son el éter , el agua , el aire , el fuego y la tierra ,estos elementos al combinarse dan origen a los doshas estas son representaciones del equilibrio entre los elementos del cuerpo y el medio ambiente , según el ayurveda los doshas son determinantes físicos y se determinan en el momento de la concepción , además influyen también en la personalidad y caracteres corporales del individuo.

En la medicina ayurveda se plantea a la enfermedad como el desequilibrio de los doshas en el organismo , si bien es cierto que algunas de las ramas son de ámbito quirúrgico , ginecológico y pediátrico , otras no lo son y se basa en técnicas que intentan recuperar el equilibrio de la mente , el alma y el cuerpo , algunas de estas técnicas son básicas tales como lo son el uso de plantas medicinales para tratar males , además de otras técnicas como el marma que se basa en la distribución de energía que se focaliza en puntos específicos del cuerpo , además ay técnicas que tiene como objetivo la prevención y no la curación , lo cual es un punto fundamental de la medicina ayurveda

bibliografia

<https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/hw/temas-de-salud/ayurveda-aa116840spec>