



Mi Universidad

Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno: Shady Mariell López Enamorado

Nombre del tema: Ventosas, Reflexología podálica y Acupuntura

Parcial: 2

Nombre de la Materia: Enfermería y Prácticas alternativas de salud

Nombre del profesor: Hernández Morales Felipe Antonio

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 8

ACUPUNTURA

¿Qué es?



- Es una técnica que consiste en estimular puntos específicos del cuerpo con agujas, calor o corrientes eléctricas.

¿Cómo explica la acupuntura la medicina china?

- Como una técnica para equilibrar el flujo de energía o fuerza vital, conocida como "qi" o "chi", que se cree que fluye a través de canales (meridianos) en el cuerpo.

¿Por qué se utiliza?

La acupuntura se usa principalmente para aliviar las molestias relacionadas con distintas enfermedades y afecciones, entre ellos:

- Náuseas y vómitos causados por la quimioterapia y postoperatorios.
- Dolor dental.
- Fibromialgia.
- Dolores de cabeza, incluidos los dolores de cabeza por tensión y migrañas.
- Dolores en el trabajo de parto.
- Dolor en la región lumbar de la espalda.
- Dolor de cuello.
- Osteoartritis.
- Dolores menstruales.
- Trastornos respiratorios, como rinitis alérgica.
- Codo de tenista.

¿Dónde se origina?



- La acupuntura se originó en China, y se remonta a más de 4,000 años. Se cree que el Emperador Yu, fundador de la Dinastía Hsia, fue el origen de la acupuntura.

ACUPUNTURA

Durante el procedimiento



- Los puntos de acupuntura se encuentran en todas partes del cuerpo.
- En ocasiones, los puntos adecuados están muy lejos del área de dolor.
- El acupunturista te informará el sitio general del tratamiento planeado y te indicará si tienes que quitarte alguna prenda.
- Se te dará una bata, una toalla o una sábana.

Inserción de agujas

- Las agujas para acupuntura se insertan a varias profundidades en puntos estratégicos del cuerpo.
- Las agujas son muy finas, de modo que su inserción suele causar muy pocas molestias. Por lo general, las personas no suelen sentir la inserción en absoluto.
- Un tratamiento típico usa de 5 a 20 agujas. Puedes tener una sensación de dolor leve cuando la aguja alcanza la profundidad correcta.

Manipulación de agujas



- El profesional de la salud puede mover o girar suavemente las agujas después de colocarlas o aplicarles calor o impulsos eléctricos leves.

Extracción de agujas

- En la mayoría de los casos, las agujas permanecen en el lugar durante 10 a 15 minutos mientras permaneces recostado y te relajas. Generalmente, no se sienten molestias cuando se extraen las agujas.

Las Ventosas

¿Qué es?



- La terapia con ventosas, también conocida como descompresión miofascial, se remonta a las antiguas culturas egipcia, china y del Medio Oriente

Origen



- Su origen se pierde en la noche de los tiempos.
- Se asocia con acciones, tan instintivas y primitivas, como la de succionar, con la boca, en la zona de un apicadura para eliminar la toxicidad.

Ventosas secas



- Son aquellas que se colocan directamente en la zona muscular. si se va a masajear, se da un lubricante superficial para facilitar el masaje.
- Su aplicación dura de 5 a 10 minutos.
- Se finaliza cuando la parte succionada adquiere una coloración rojo azulada.

Ventosas hemáticas o sangrantes



- Son aquellas que se aplican en una zona de la piel previamente escarificada reiteradamente con una lanceta o con una aguja hipodérmica.
- al aplicar la ventosa, se absorbe sangre, que va llenando el vaso.
- Se quita cuando ha llenado 3/4 de su volumen, y se vuelve a colocar hasta que en la zona no sangre.

Las Ventosas

Contraindicaciones



- Estado fébril
- Estado de embriaguez
- Hemofilias
- Propensión a padecer hemorragias
- No se pueden aplicar durante la digestión

Indicaciones



- Tratamiento de puntos gatillo (Trigger points)
- Fibromialgia
- Disfunciones del sistema miofascial
- Dolor musculoesquelético
- Tratamiento de cicatrices y adherencias
- Manejo de la celulitis
- Drenaje linfático
- Entumecimientos corporales por reumatismos
- Cefaleas tensionales

Las ventosas en la Rioja



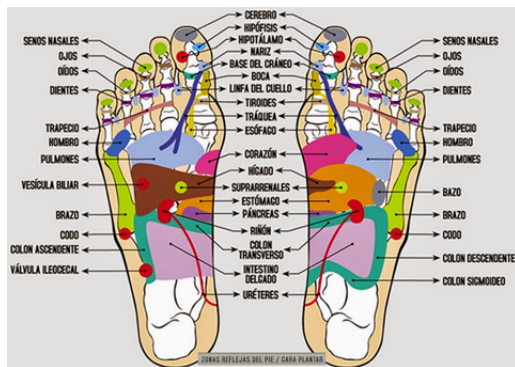
- En la zona rural de la Rioja se practicaba la medicina de las ventosas, con vasos de cristal.

Beneficios



- Drenaje linfático: mejora la circulación sanguínea y linfática y elimina toxinas
- Disminuye el dolor causado por la tensión muscular, relaja la musculatura
- Reduce la inflamación y actúa como analgésico
- Aumenta el metabolismo celular y el oxígeno de los tejidos
- Ayuda a reducir edemas
- Activa el sistema inmunitario pudiendo llegar a reducir los síntomas de la alergia

Reflejoterapia podal



¿Qué es?



Orígenes y desarrollo

- Es una técnica oriental destinada a equilibrar la energía del organismo mediante manipulaciones en los pies, donde se encuentran los reflejos que corresponden a cada zona del cuerpo.

Efectos generales



- En Occidente fue el Dr. William Fitzgerald, un otorrinolaringólogo americano, quien empezó a estudiar **la reflexología a principios del siglo XX**, aproximadamente en el año 1913 cuando trabajaba en un hospital de Connecticut en Estados Unidos.

¿Cómo funciona una sesión de reflexoterapia?

- Son estimular el sistema nervioso, circulatorio y glandular influyendo en el sistema de defensa del organismo.
- El masaje libera las materias de desechos eliminándolas por las glándulas excretoras, recuperando de esta manera su equilibrio energético e induciendo a un estado de relajación.
- Es una terapia que consiste en la presión en distintos puntos del pie.
- La presión en los pies se refleja en los órganos, músculos que necesitan ser tratados.
- Es claramente efectiva para tratar problemas del sistema urinario o como anestésico.