



**Mi Universidad**

Nombre del Alumno: Darío Antonio Hernández meza

Nombre del tema: ventosas

Parcial: segundo

Nombre de la Materia: Enfermería Y Practicas Alternativas De Salud

Nombre del profesor: Morales Hernández Felipe Antonio

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre

Unidad 2

VENTOSAS

DEFINICION

Las ventosas son un instrumento de medicina alternativa que se coloca sobre la piel para crear succión

Cómo funcionan

- Se calienta el aire dentro de la ventosa.
- Se invierte la ventosa caliente y se coloca sobre la piel.
- El vacío resultante succiona la piel parcialmente en la ventosa.

Para qué se usan

- Dolor musculoesquelético cervical y lumbar
- Neuralgia posherpética
- Síndrome metabólico

Reflexología podálica

DEFINICION

La reflexología podal es una terapia alternativa que consiste en masajear los pies para estimular el equilibrio del cuerpo

Beneficios

- Alivia dolores de cabeza, cuello y espalda
- Mejora la circulación
- Elimina toxinas

Recomendaciones

- No se debe retrasar una visita médica por el hecho de estar realizando terapia podal.
- Durante el tratamiento, es posible que se note dolor en alguna zona refleja, sensación de frío o sudoración.

Acupuntura

DEFINICION

La acupuntura es una técnica que consiste en insertar agujas en puntos específicos del cuerpo para estimularlos. Se cree que esto ayuda a sanar el cuerpo de manera natural, reducir el dolor y promover el bienestar físico y emocional.

Beneficios

- Puede ayudar a reducir las náuseas y los vómitos después de una cirugía y quimioterapia
- Puede aliviar el dolor

COMO SE APLICA

- Se usan agujas de acero inoxidable desechables, delgadas y estériles
- Se aplican en puntos específicos del cuerpo llamados acupuntos