



Mi Universidad

Cuadro Sinóptico

Nombre del alumno: Castellanos Pacheco Diego Antonio

Tema: Acupuntura

Parcial: 2do. parcial

Nombre de la materia: ENFERMERIA Y PRACTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD

Nombre del profesor: FELIPE ANTONIO MORALES HERNANDEZ

Nombre de la licenciatura: Lic. En Enfermería

Cuatrimestre: 8to Cuatrimestre

VENTOSAS



Ventosas.

La ventosaterapia o ventosas es un tipo de tratamiento natural en el cual son usadas unas ventosas para mejorar la circulación sanguínea en una región del cuerpo. Para esto, las ventosas crean un efecto de vacío que succiona la piel, aumentando el diámetro de los vasos sanguíneos en la región.

Beneficios.



- Aumento de la circulación sanguínea en la región.
- Eliminación de las contracciones musculares y puntos gatillo.
- Fortalece los vasos sanguíneos.
- Aumentar la producción de líquido sinovial dentro de las articulaciones.
- Relajar y calmar el cuerpo y la mente.

Contraindicaciones.



- Trombosis.
- Tromboflebitis o trastornos hemorrágicos.
- Heridas.
- Fractura en la región a ser tratada.

Tipos de ventosas.



- **Ventosa de silicona:** basta presionar la ventosa de silicona y colocarla en la piel, debido al vacío la piel se succiona y la ventosa se mantiene pegada a la piel.



- **Ventosas de vidrio:** tener una fuente de fuego y colocar la llama en el interior de la ventosa y a continuación colocarlo en la piel.



- **Ventosa de vapor:** mecanismo similar a la ventosas de vidrio, se sustituye la fuente de fuego por una de vapor.

- **Ventosa neumática:** contiene en la parte superior una válvula que a su vez se inserta una bomba de vacío, se coloca la ventosa sobre la piel del paciente y con la bomba se empieza a producir la succión.

Puntos de Acupresión



- Estrés (8, 10, 11, 20, 23, 32)**
- Dolor de cabeza general (1, 29, 33, 34)**
- Dolor de cabeza en los Templos (2, 33)**
- Insomnio (8, 10, 23, 25, 32)**
- Náuseas y Vómitos (8, 10, 20)**
- Fatiga (13, 18, 20, 34)**
- Problemas sexuales (8, 18, 20, 23, 25, 36)**
- Pérdida de peso (12, 13, 14, 6)**

Combinaciones para Tratamientos



- Dejar de fumar (4, 9, 11, 20, 26)**
- Resfriado común (3, 9, 31, 34)**
- Presión arterial alta (20, 23, 25, 28, 35)**
- Dolor en las articulaciones (7, 21, 24, 27, 33)**
- Dolor en el cuello (25, 30, 31, 34)**
- El dolor de hombro (5, 7, 22, 38)**
- Dolor de cadera (21, 24, 37)**
- El dolor de rodilla (19, 21, 24)**
- Problemas Mestruales (15, 16, 17, 18, 23, 36)**

CSE

REFLEXOLOGÍA PODAL

La reflexología podal es una técnica terapéutica basada en la estimulación de puntos sobre los pies, denominados zonas de reflejo. Estas zonas de reflejo corresponden a distintas partes del cuerpo.

- 1 ANTI-ESTRÉS**
Produce un efecto relajante que ayuda a eliminar el estrés y facilita la relajación física y mental.
- 2 PARA LA CIRCULACIÓN**
Estimula la circulación sanguínea y linfática.
- 3 SISTEMA INMUNOLÓGICO**
Potencia el sistema inmunológico y el potencial de auto sanación del cuerpo.
- 4 ÓRGANOS**
Regula el funcionamiento de los órganos de cuerpo.
- 5 PARA TU ENERGÍA**
Equilibra y restituye los niveles de energía.
- 6 ANTI-TOXINAS**
Ayuda a la eliminación de toxinas.
- 7 PARA PREVENIR**
Tiene efectos de terapia preventiva.
- 8 CONTRA EL DOLOR**
Posee un efecto analgésico (alivia el dolor).
- 9 PARA TODOS**
No está contraindicada en adolescentes, niños, embarazadas y ancianos.
- 10 BUEN HUMOR**
Estimula la creatividad, eleva el nivel de vitalidad y mejora el humor.