



**Universidad del sureste**  
**Jesus Antonio Guzmán Pérez**  
**súper nota**  
**lic. Enfermería**  
**Enfermería y practicas**  
**alternativas de salud**  
**Maestro: felipe Antonio**  
**Morales Hernández**

**A lunes 17 de marzo 2025,**  
**Comitan de Domínguez**



## objetivo

Se utiliza para ayudar con dolores crónicos, inflamación y otras afecciones, y los atletas y celebridades confían en esta práctica.



## Estrategia

Cuando esté estresado, tenso o luchando contra dolores y molestias musculares, puede considerar recibir un masaje, tomar un baño caliente, estirarse o intentar respirar profundamente/meditar para promover la curación.

Las ventosas húmedas, por otro lado, van un paso más allá. Después de crear una succión suave, el médico retira la copa y usa un bisturí pequeño para hacer un pequeño corte en esa área de la piel

# ¿QUÉ ES LA TERAPIA CON VENTOSAS Y FUNCIONA?

Con las ventosas secas, las copas pueden deslizarse sobre la piel o permanecer en su lugar, lo que se conoce como ventosas dinámicas y estancadas, respectivamente.

## ¿Cómo funciona la terapia con ventosas?

Las ventosas implican colocar copas (hechas de vidrio, plástico, bambú o cerámica) sobre la piel para crear succión.

**Hay dos tipos** de métodos de ventosas, incluidos los húmedos y los secos. Y dos técnicas de ventosas, estancadas y dinámicas.





Algunas personas se sienten relajadas y otras enérgicas después de un tratamiento de acupuntura. Sin embargo, no todos responden a este tratamiento



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

La acupuntura consiste en la inserción de agujas muy finas en la piel en puntos estratégicos del cuerpo.

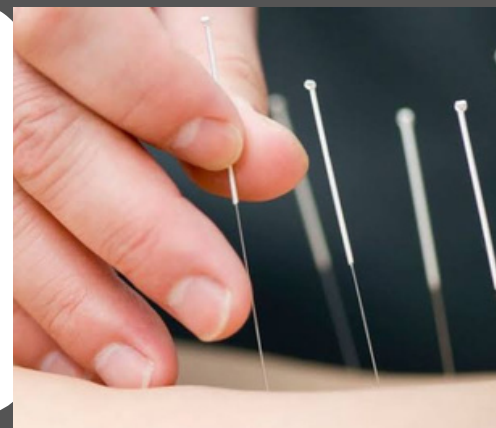
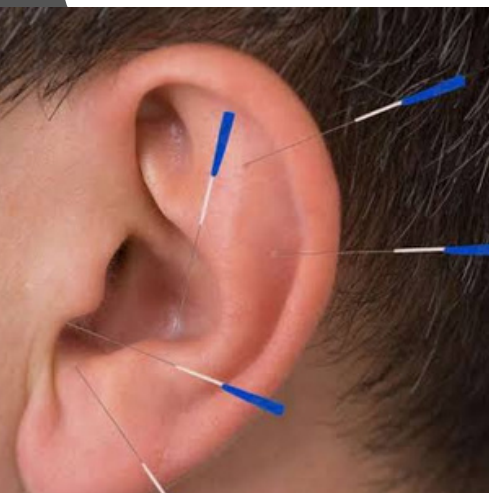
## ACUMPURURA

- 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.

### Por qué se realiza

- 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.

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





### **Percusión de lluvia: hacheado**

Resulta similar al golpeteo, el hacheado consiste en aplicar pequeños golpes, pero no con la palma de las manos sino con el borde cubital, el cual se encuentra en el codo o junto al cúbito



### **Percusión: golpeteo**

Es una de las maniobras más enérgicas utilizadas en los masajes terapéuticos. Consiste en efectuar ligeros golpes de forma rítmica y repetitiva con la palma de las manos y se emplea, en específico, para mejorar la circulación sanguínea de los músculos.

### **Amasamiento**

Consiste en apretar los tejidos blandos con energía. Su proceso es tomar, deslizar y levantar los músculos para intentar despegarlos y desplazarlos ligeramente de un lado a otro.



# TIPOS DE MASAJE



### **Fricción**

En esta se realizan pequeños movimientos circulares breves y precisos, acompañados de una leve presión controlada con las yemas de los dedos

### **Roce o deslizamiento**

Con este tipo se inicia y finaliza cualquier sesión de masaje terapéutico. Consiste en aplicar contacto superficial a la dermis con frotación suave, lenta y uniforme, implica movimientos circulares o longitudinales



### **Compresión**

Esta técnica ya no incluye desplazamiento de manos o dedos sobre el tejido como ocurre en el amasamiento. La compresión es estática y se mantiene entre 30 y 60 segundos aproximadamente. Afecta directamente en la zona tratada

