



# Mi Universidad

## SUPER NOTA.

*Nombre del Alumno: Sady Judith Rodriguez Monzon.*

*Nombre del tema: super nota.*

*Parcial: 1*

*Nombre de la Materia: enfermería y practicas alternativas de salud.*

*Nombre del profesora: Lic. Felipe Antonio Morales.*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: Octavo*

*Lugar y Fecha de elaboración*

Dentro de los tipos de medicina, la alternativa no se considera dentro de la medicina tradicional, por no ser demostrada científicamente.

En su mayoría provienen de occidente

Existen muchas formas de medicina alternativa para curar el dolor, entre ellas: **acupuntura**, medicina herbaria, **masaje**, ondas magnéticas, **ventosas**, quiropráctica, hipnosis, meditación, **bambú terapia**, yoga, etc.

# MEDICINA ALTERNATIVA

Generalmente son tratamientos con bajo o sin ningún riesgo, si se utiliza a la par de un tratamiento tradicional, la medicina alternativa se considera una terapia complementaria.

## ACUPUNTURA

La medicina china tradicional explica la acupuntura 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, al insertar la agujas se considera que el flujo se reequilibra



Se usa para aliviar molestias como:

- Fibromialgias
- Dolores de cabeza por tensión y migrañas.
- Dolor de cuello
- Osteoartritis
- Dolores menstruales
- Dolor dental
- Trastornos respiratorios, como rinitis alérgica
- Náuseas y vómitos causadas por quimioterapias

Los 10 masajes más comunes son: drenaje linfático, kobido, masaje sueco, masaje de mayor profundidad, masaje deportivo, masaje shiatsu, masaje tailandés, masaje con piedras calientes, reflexología, masaje durante el embarazo.



TIPOS DE MASAJE

Existen alrededor de 80 tipos de masaje con diferentes tipos de presión, movimientos o técnicas. Utilizan aceites, lociones, o aparatos para ayudarse



No apto para personas con DM, trombosis, cáncer, personas con fiebre, procesos infecciosos

MEDICINA ALTERNATIVA

BAMBU TERAPIA



Los movimientos deben ser firmes, suaves y ligeros en dirección al sentido linfático.



Relaja, tonifica, reduce expresiones marcadas, mejora el retorno venoso, alivia la tensión muscular, oxigena y nutre los tejidos, ayuda al funcionamiento del intestino, etc.

Tratamiento estético alternativo que utiliza cañas de bambú aplicando presión para llegar a diferentes regiones del cuerpo. Fue presentada en 2003 por el terapeuta Gil Amsallem pero sus orígenes son remotos.





También llamada medicina natural o remedio casero.

Se define en 5 áreas que son:

- ✓ terapia para la mente y el cuerpo.
- ✓ Prácticas que usan productos biológicos.
- ✓ Prácticas de manipulación corporal.
- ✓ Energía curativa.
- ✓ Sistemas médicos holísticos.

### INDICACIONES

#### NATURAL NO QUIERE DECIR SEGURO.

Siempre consulte a su medico antes de tomar una terapia alternativa, como no se necesita un control de la FDA tampoco y su venta es libre al público, depende de cada persona el tratamiento o producto a tomar.

# MEDICINA ALTERNATIVA

### VENTOSA

Se remota al año 3000 ac, con esta técnica se crea un vacío succionando la piel y parte del musculo, abriendo los poros y favorece la circulación sanguínea linfática. Se utilizan para dolores crónicos e inflamación.

**Desventajas,** empeorar el eczema o psoriasis, riesgo de infección en La piel por venosas húmedas.

No se recomienda para personas con insuficiencia hepática, renal, o cardiaca, personas con marcapasos o hemofilia.

