



Mi Universidad

SUPER NOTA

Nombre del Alumno: *Edgar Yahir Aguilar López*

Nombre del tema: *Súper Nota*

Parcial: *8Vo. Cuatrimestre*

Grupo: *B*

Nombre de la Materia: *Medicina Tradicional*

Profesor Felipe Morales Hernández

Nombre de la Licenciatura: *Enfermería*

MASAJES CON BAMBU

Al también conocido como bambuterapia, es una técnica de masaje que utiliza cañas de bambú para estimular el cuerpo. Se realiza mediante movimientos de rodamiento, presión, fricción y percusión.



Origen

Fue creada en Francia por el terapeuta Gil Amsalem, y perfeccionada posteriormente en Brasil

Datos del bambú

El bambú es una de las plantas de más rápido crecimiento en el mundo. Algunas especies pueden crecer hasta 91 cm en un solo día. Crece principalmente en Asia, África y América Latina. China y Japón son grandes productores. Se utiliza en construcción, muebles, textiles, papel, utensilios, e incluso en cosmética y terapias de relajación como el masaje con cañas de bambú.



¿con que se realiza?

se realiza con tallos de bambú de diferentes tamaños y su intensidad diferencial provoca la eliminación de la grasa corporal y a menudo es más eficaz que el drenaje linfático.

La técnica se utiliza como una terapia complementaria para diversos tratamientos, ya que aporta muchos beneficios.

Técnica

Consiste en aplicar cañas de bambú sobre el cuerpo con movimientos de fricción, percusión y centro-presión. El masaje se realiza con cañas de diferentes tamaños y grosores, según la zona del cuerpo.



Procedimiento

- Primero se exfolia la piel para eliminar células muertas.
- Luego, se aplica aceite para facilitar el deslizamiento de las cañas.
- Se realiza un masaje general con presión en muslos y espalda, y después en el abdomen tras girar al paciente.
- Finalmente, se masajean la cara y la cabeza con las cañas, y se cubre el cuerpo con ojos para lograr una relajación total.

Beneficios

- Mejora el flujo linfático, ayudando a reducir el edema
- Relaja los músculos
- Ayuda a modelar y reducir las formas no deseadas
- Ayuda a quemar grasas
- Reactiva la circulación para drenar y regenerar todos los tejidos del cuerpo



LAS VENTOSAS

Las ventosas son un instrumento de la medicina tradicional china que se usa para succionar la piel y aumentar el flujo sanguíneo. Se cree que esto ayuda a mejorar la curación y aliviar el dolor.

ORIGEN

- La terapia con ventosas es una técnica ancestral que se originó en China, aunque también fue utilizada por egipcios, griegos y culturas del Medio Oriente.
- Se remonta a más de 3.000 años atrás, y se considera parte de la medicina tradicional china.



¿CON QUE SE REALIZA?

- Se utilizan copas o ventosas hechas de vidrio, bambú, silicona o plástico.
- Algunas técnicas implican el uso de fuego para crear succión, mientras que otras usan bombas manuales o eléctricas.



TECNICAS

Ventosa seca:

- Solo se aplica succión sin incisiones ni extracción de sangre.

Ventosa húmeda (sangrante):

- Se hacen pequeñas incisiones en la piel después de la succión para liberar una pequeña cantidad de sangre.

Ventosa deslizante (masaje con ventosas):

- Se aplica aceite sobre la piel y se deslizan las ventosas mientras están succionando.



PROCEDIMIENTO

- Se desinfecta la piel.
- Se colocan las ventosas (con fuego o bomba para crear vacío).
- Se dejan actuar entre 5 y 15 minutos.
- En el caso de ventosa húmeda, se hace una pequeña punción.
- Se retiran y se limpia la piel.

BENEFICIOS

- Mejora la circulación sanguínea y linfática.
- Alivia dolores musculares, contracturas y tensiones.
- Estimula el sistema inmunológico.
- Ayuda en casos de ansiedad, fatiga o insomnio.
- Se utiliza también con fines estéticos (reducir celulitis y tonificar la piel).



ACUPUNTURA

La acupuntura es una técnica terapéutica de la medicina tradicional china que consiste en insertar agujas finas en puntos específicos del cuerpo. Se cree que regula la energía del cuerpo y puede ayudar a tratar dolor, estrés, náuseas y más.



ORIGEN

- Proviene de la medicina tradicional china con más de 2.500 años de antigüedad.
- Se basa en la idea de que la energía vital del cuerpo, llamada "Qi" (chi), fluye por canales o meridianos.



¿QUE SE UTILIZA?

- Se utilizan agujas muy finas y estériles, generalmente de acero inoxidable.
- En algunos casos, se acompaña con calor (moxibustión), electricidad (electroacupuntura) o ventosas.



TECNICA

- Acupuntura clásica: Inserción de agujas en puntos específicos.
- Electroacupuntura: Se aplica corriente eléctrica suave a las agujas.
- Moxibustión: Se quema artemisa cerca de la aguja para aplicar calor.
- Auriculoterapia: Puntos específicos en la oreja.
- Acupuntura estética: Para reafirmar la piel y reducir arrugas o celulitis.



PROCEDIMIENTO

1. Se evalúa al paciente (historia clínica, síntomas).
2. El terapeuta elige los puntos según el diagnóstico.
3. Se colocan las agujas (generalmente entre 10 y 30 minutos).
4. Puede haber una leve manipulación o estimulación.
5. Se retiran las agujas y se observa la reacción del paciente.



LA ACUPUNTURA



BENEFICIOS

- Alivio del dolor crónico (espalda, cuello, rodillas, etc.).
- Mejora del estrés, ansiedad, insomnio y fatiga.
- Ayuda con problemas digestivos, respiratorios, hormonales y menstruales.
- Refuerza el sistema inmunológico.
- Puede complementar tratamientos médicos convencionales.



Reduce la inflamación



Disminuye el estrés