



Nombre del profesor: María del Carmen Lopez Silba

Nombre del Alumno: Israel de Jesús Maldonado Tomás

Grado: 8vo sábado

Grupo: C

Materia: Enfermería y Prácticas Alternativas de Salud



INTRODUCCION

Las terapias naturales hoy en día ya no se usan como anteriormente las usaban nuestros antepasados, ellos dependían de las plantas, hueseros, curanderos entre otras cosas alternativas y mayormente se curaban hoy en día se sigue usando poco.

Les daré una pequeña guía sobre las terapias naturales que usaban nuestro abuelos anteriormente.

TERAPIAS NATURALES



Las terapias naturales son técnicas que podemos usar en nuestro entorno, son parte de la medicina tradicional, dentro de ella cuenta con mucha variedad de conocimientos como son los masajes, medicina tradicional entre otro tipos de cultura tradicional.

A continuación les mencionaremos tipos de terapias naturales:

- Acupuntura
- Neuropatía
- Productos naturales
- Fitoterapia
- Técnicas manuales y naturales
- Shiatsu



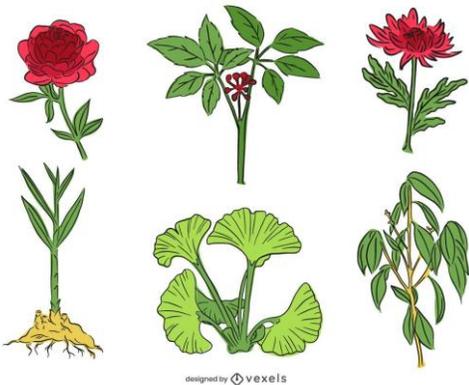
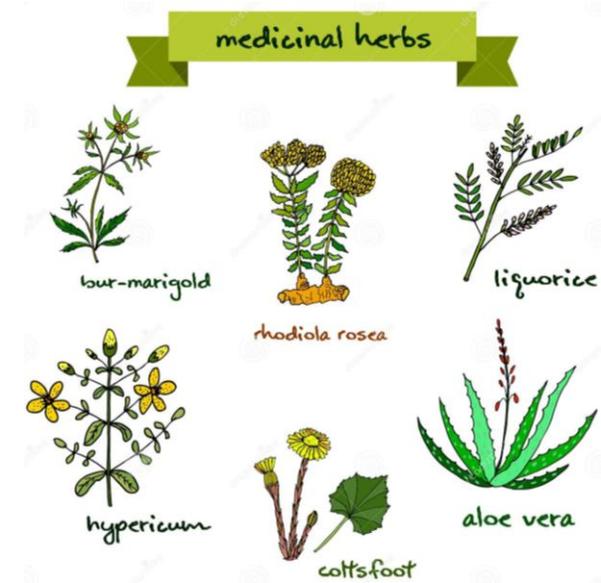
Técnicas para la mente y cuerpo

Dentro de esta practica se divide la interacción entre la mente, el cuerpo y comportamiento. Son técnicas de control mental que podemos interactuar para poder ayudarnos tanto en la salud mental y física.

- Yoga
- Taichi

El termino Terapias Naturales, incluye un gran abanico de técnicas para poder eliminar malas vibras, estrés y ansiedad a nuestro paciente, el termino terapia natural en nuestro país significa utilizar recursos naturales ya sea plantas, lociones de origen de una planta para poder tener un mantenimiento ideal al cuerpo, también poder tratar enfermedades físicas o mentales.

La OMS se refiere a las Terapias Naturales como Medicinas Tradicionales, Complementarias e Integrativas, o MTCl. Otro término anteriormente usado por la OMS era el de Medicina Complementaria y Alternativa o CAM por sus siglas en inglés.



Conclusión

Es bueno tener un poco de conocimiento sobre lo alternativo, no solo también dependerá de los medicamentos sino que a veces habrán pacientes con creencias diferente que con plantas o terapias alternativas se sentirán mejor, es bueno aprender como lo de hoy como lo alternativo por que no tendremos recursos en algún centro de salud y acudiremo:



Bibliografía

- HERBOLARIA EN SALUD
- ENFERMERIA ALTERNATIVA Y COMPLEMENTARIA
 - PLANTAS MEDICINA Y PODER