



GARCIA ROBLES XIMENA CAROLINA

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

LUNA GUTIERREZ PATRICIA DEL ROSARIO

Licenciatura en Nutrición

NUTRICION Y MEDICINA ALTERNATIVA

Tapachula, Chiapas

24 de enero de 2025

MEDICINA COMPLEMENTARIA Y ALTERNATIVA

MEDICINA INTEGRAL

enfoque de atención médica que combina el tratamiento médico convencional con prácticas de MCA que demostraron ser seguras y eficaces mediante pruebas científicas. También se llama medicina integradora o integrativa.

MEDICINA COMPLEMENTARIA

tratamiento que se usa junto con el tratamiento estándar, pero que no se considera estándar. Para la mayoría de los tipos de medicina complementaria, hay pocas investigaciones.

MEDICINA ALTERNATIVA

tratamiento que se usa en lugar del tratamiento médico estándar. Para la mayoría de los tipos de medicina alternativa, hay menos investigaciones.

APLICACIÓN DE LA MEDICINA ALTERNATIVA

- **Terapias Naturales:** Uso de plantas medicinales, homeopatía, aromaterapia y fitoterapia.
- **Prácticas Milenarias:** Terapias como la acupuntura, meditación y yoga.
- **Enfoque Holístico:** Considera factores físicos, emocionales y espirituales.
- **Prevención:** Busca prevenir enfermedades mediante el fortalecimiento del organismo y el equilibrio energético.

IMPORTANCIA DE LA NUTRICIÓN:

- funcionamiento óptimo del organismo.
- Dietas adecuadas ayudan a prevenir
- En combinación con la medicina alternativa, la nutrición mejora la recuperación en enfermedades.
- Algunos alimentos contribuyen a la producción de neurotransmisores

APORTE DE MEDICINA ALTERNATIVA Y NUTRICIÓN:

- Desintoxicación
- Fortalecimiento del Sistema Inmunológico
- Adaptación Personalizada

BENEFICIOS PRINCIPALES:

- Promueve el bienestar físico, emocional y mental.
- Complementa tratamientos médicos convencionales.
- Empodera a los individuos a tomar decisiones conscientes sobre su salud.

Bibliografía

NUTRICION Y MEDICINA ALTERNATIVA. Universidad del sueste biblioteca digital plataforma UDS. Licenciaturas en nutrición .Comitán de Domínguez, Chiapas. Enero-Abril 2025.