UNIVERSIDAD DEL SURESTE
FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

CARRERA EN
LIC. EN MEDICINA HUMANA

MATERIA
INTERCULTURALIDAD

DOCENTE
DR. ALEJANDRO JAVIER RAMÍREZ MARTÍNEZ
RESUMEN DE OTRAS MEDICINAS ALTERNATIVAS

ALUMNO
GERSON MIGUEL RUIZ GOMEZ

27/JUNIO/2025

Otras medicinas alternativas

Que es la medicina alternativa?

La medicina alternativa se refiere a un conjunto de prácticas y terapias que se utilizan en lugar de la medicina convencional Estas disciplinas se basan en diversas tradiciones, enfoques y filosofías de cuidado de la salud que pueden incluir tratamientos naturales, enfoques energéticos, espirituales o técnicas holísticas

Tipos de Medicina alternativa

Naturoterapia: La naturoterapia se basa en el uso de sustancias naturales como el aire, el agua, la luz, el calor y el masaje para ayudar al cuerpo a curarse. También usa productos herbarios, nutrición, acupuntura y aromatoterapia como formas de tratamiento.

Ayurveda: Sistema médico originario de la India que se usó durante miles de años. La meta es limpiar el cuerpo y restaurar el equilibrio entre el cuerpo, la mente y el espíritu. Se utilizan regímenes de alimentación, hierbas medicinales, ejercicios, meditación, fisioterapia

Acupuntura: Técnica que consiste en introducir agujas finas en puntos específicos de la piel del cuerpo para controlar el dolor y otros síntomas. Se la considera un tipo de medicina complementaria y alternativa. También se llama acupunción.

Moxibustion: En la medicina tradicional china, un tipo de terapia con calor en el que se quema una hierba sobre la piel o por encima de la piel para calentar y estimular un punto de acupuntura o un área afectada

Yoga: El yoga es una práctica que conecta el cuerpo, la respiración y la mente. Esta práctica utiliza posturas físicas, ejercicios de respiración y meditación para mejorar la salud general.

Tai chi: El Tai Chi es una técnica de ejercicio suave que incorpora equilibrio, conciencia corporal, fuerza y estiramiento a través de patrones repetidos de movimiento que se realizan de forma lenta y continua, sin esfuerzo.
Geoterapia: Es un procedimiento terapéutico que se basa en el uso de tierras medicinales, como la arcilla o fango. tiene como función aliviar o prevenir enfermedades, principalmente dermatológicas.

Oxitermia: La oxitermia es un tratamiento que consiste en la práctica de una hipertermia (calentamiento del cuerpo entero), mezclada con una variedad de inhalaciones de oxígeno. El nivel de calentamiento corporal debe alcanzar los 38 grados centígrados, por espacio de media hora

Reflexologia: La reflexología está relacionada con la terapia con masajes. se basa en la presión manual aplicada a áreas específicas de la palma de la mano, el pie o la oreja. Se cree que estas áreas corresponden a diferentes órganos del cuerpo.

Estas son algunas medicinas alternas que la gente suele recurrir ya que el tratamiento o terapia pueden ser baratas pero no son recomendables, a tal punto que algunas no tienen evidencia científica que afirme que funcionen. Pero personas que acuden a esto dicen que si les ayuda en su malestar y mientras eso funcione siempre existirán las alternativas.

Bibliografía

MSD Manuals https://www.msdmanuals.com
Tipos de medicina alternativa y complementaria - Temas especiales

gob.mx https://www.gob.mx
Medicinas Complementarias | Secretaría de Salud - Gob MX