



Licenciatura en Medicina humana

Nombre del alumno:

Dania Alejandra Vázquez Ponce

Docente: Dr. Josué

Vásquez Sumoza

Asignatura:

Interculturalidad y salud

Naturismo

Grado: 2 Grupo: A

# NATURISMO

## ¿QUÉ ES?

Es un conjunto de métodos y técnicas terapéuticas que consisten en restablecer el equilibrio en el individuo y entre él y el universo.

## FUNDAMENTO TEORICO

- Actuar en el sentido de la naturaleza.
- Utilizando remedios poco agresivos, generalmente provenientes de sustancias naturales.
- Adaptándose a la naturaleza humana.

## TIPOS DE DIAGNÓSTICOS

Respetar los signos que nos ofrece el organismo (en muchos casos el cuerpo es más sabio que el médico, y este debida observada para facilitar los procesos que pone en marcha el organismo).

**Examen físico :**  
Se basa en la inspección, palpación, percusión y auscultación

**Historia clínica:**  
Permite obtener datos sobre la salud del paciente y sus hábitos alimenticios

**Exámenes de laboratorio:**  
Utilizan pruebas de laboratorio para diagnosticar y tratar a sus pacientes. Estas pruebas pueden incluir exámenes de sangre, orina u otros fluidos corporales.

## TRATAMIENTO

• El tratamiento naturista generalmente viene dado por la observación de los fenómenos naturales y de la experiencia observada en la enfermedad humana

**ELEMENTOS "NATURALES":**  
Extraídos del reino vegetal (principalmente), animal y mineral, sin excesivas modificaciones.

**ALIMENTACIÓN -EXCRECIÓN:**  
se refiere en su acción restrictiva (alimentos a evitar, o a reducir), como en la de estímulo (alimentos que sí deben consumirse en mayor cantidad). El ritmo de la excreción viene dado mayoritariamente por el tipo de alimentación.

**ELEMENTOS DEL ESTILO DE VIDA :**  
educación de la respiración, del ritmo biológico de alimentación y excreción, de la higiene posicional y del movimiento.

## TIPOS DE ENFERMEDADES

Trata una amplia variedad de enfermedades, incluyendo afecciones agudas, crónicas, y problemas mentales y emocionales.

**Migrañas:**  
Cambios en la alimentación, hierbas, acupresión, y técnicas de relajación.

**Problemas Gastrointestinales:**  
Con plantas medicinales, remedios caseros y cambios en la dieta.

**Artritis:**  
Puede incluir el uso de suplementos, terapia de flotación, y cambios en el estilo de vida.