

MEDICINA COMPLEMENTARIA O ALTERNATIVA

A pesar del largo desarrollo que ha logrado la medicina convencional, aún no logra encontrar una solución a todos los problemas de salud. Es por eso, que han surgido otras alternativas para tratar las dolencias que han sido llamadas “terapias alternativas”. Casi todas parte de la base de que para recobrar el bienestar físico hay que recuperar antes el equilibrio psíquico y emocional, en el entendimiento de que cuerpo y mente son un todo indisoluble.

Muchas de ellas son producto de la cultura de pueblos milenarios y otras son el producto de la combinación de filosofías orientales con ejercicios y masajes que mejoran el control físico y mental. Algunas de ellas son:

ACUPUNTURA

Es un método terapéutico que sirve para promover la curación natural, mejorar el funcionamiento y disminuir el dolor. Esto se hace insertando agujas y aplicando calor o estimulación eléctrica en puntos muy precisos del cuerpo.



Aplicación de acupuntura.

AROMATERAPIA

Utiliza óleos y aceites esenciales de plantas aromáticas y especias con efectos curativos físicos, mentales y emocionales. Son más de ochenta las esencias que se usan como tópicos, inhalaciones o baños.

Jazmines.

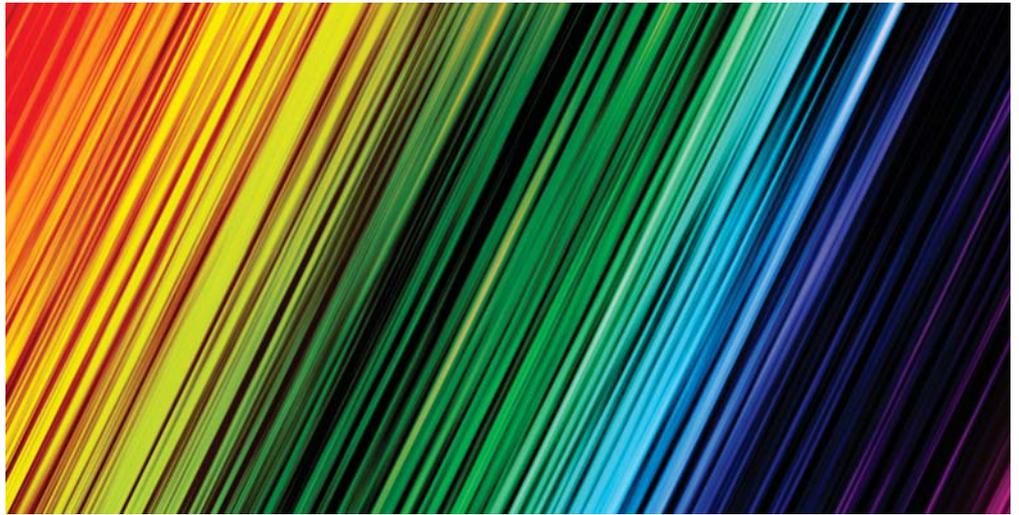


KINESIOLOGÍA

Consiste en realizar un diagnóstico a partir del análisis de los músculos. Lo que se busca es determinar los desequilibrios de energía que el organismo pueda tener.

CROMOTERAPIA

Introduce diferentes colores con el objetivo de obtener ciertas respuestas psicológicas y químicas que son útiles para determinar el diagnóstico del paciente.



FITOTERAPIA

Se basa en la utilización de remedios vegetales (extraídos de raíces, hojas, tallos, flores, semillas y frutos) para curar todo tipo de desequilibrio de la salud.



Hierbas medicinales.

FLORES DE BACH, DE CALIFORNIA Y OTRAS

Emplea preparados realizados a base de plantas silvestres que actúan como remedios que alivian los estados mentales negativos que pueden originar enfermedades.

HIDROTERAPIA

Hidro que hace referencia al agua, esta terapia se centra en el uso del agua para disolver tensiones, eliminar toxinas y revigorizar. Utiliza fricciones, compresas, baños de inmersión, lavajes localizados. Calman, relajan, activan la circulación, descongestionan y desintoxican.



Baño de inmersión.

HOMEOPATIA

Samuel Hahnemann fue el creador de esta terapia que trata al paciente con pequeñas dosis de sustancias las cuales pueden resultar nocivas si son aplicadas en mayor cantidad a la indicada o si son internalizadas por una persona sana. La teoría de Hahnemann, se basó en el principio por el cual "lo similar cura a lo similar" y en que "el efecto de un remedio es inversamente proporcional a su cantidad".



Medicina homeopática.



La iriología diagnóstica las enfermedades mediante la observación del iris

IRIDOLOGIA

Esta terapia diagnóstica las enfermedades mediante la observación del iris mediante una lente de aumento, pues cada persona tiene su propia estructura o diseño de iris.

MASAJE AYURVEDICO

Es una técnica tomada de la cultura Hindú que busca, mediante el masaje, fortalecer al hombre y entregarle la energía positiva que necesita para el bienestar en general.



Masaje ayurvedico.

MASAJE METAMORFICO

Técnica que centra en la autocuración. Se parte de la base de que el cuerpo posee un impulso vital que aporta fuerza y salud al organismo. Mediante esta terapia se busca reactivar esa energía, actuar sobre la memoria de las células, remontándose a la vida prenatal mediante el masaje de pies, manos y cabeza, relacionados con la etapa embrionaria.



Masaje metamórfico.

MEDICINA ANTROPOSOFICA

Recurre a los remedios dinamizados que potencian la energía, a los masajes, baños, inyecciones y dietas para dar solución a los problemas de salud. Parte de la idea de que la medicina se aleja de la esfera humana como consecuencia de centrarse en el cuerpo humano. Además sostiene que toda afección es un desequilibrio de las llamadas funciones polares del organismo. El anabolizante (procesos metabólicos, nutricionales y reproductivos) se opone al catabolizante (sistema nervioso y los cinco sentidos).

MUSICOTERAPIA

Utiliza la música como remedio para estimular, principalmente, a las personas con problemas mentales, emocionales o con discapacidades. Se considera que la música es un medio que estimula las vías de expresión.



NATUROPATIA

Los medicamentos que recomienda son todos de origen natural. Asimismo establece nuevos regímenes de alimentación y reconoce la utilización de plantas, masajes, baños y la práctica de ejercicios de relajación como medios para lograr la salud total.



Agno casto, hierba medicinal.

OSTEOPATÍA

La Osteopatía es una ciencia biológico-médica de enfoque global, que se interesa en la entidad humana, es decir, el hombre en su totalidad. Se basa en la armonía, el equilibrio y la buena movilidad de la arquitectura esquelética de sostén.

QUIROPRAXIA

La quiropraxia o quiropráctica es un sistema terapéutico basado en la teoría de que las enfermedades son consecuencia de un trastorno en la inervación de los tejidos, que por esto se enferman; su curación puede obtenerse mediante manipulación de las estructuras del cuerpo, sobre todo de la columna vertebral.



Masajes en la columna.

REFLEXOLOGIA

Consiste en la realización de masajes sobre los pies y las manos donde, de acuerdo a la teoría de la reflexología, estarían reflejados todos los órganos y funciones vitales. Es por eso que se decide estimular dichos puntos.



Reflexología.

REIKI

El principal objetivo de esta terapia japonesa es aliviar los dolores del reumatismo y artritis. Mediante su práctica se logra un estado de relajación completa. El especialista en reiki actúa en el paciente casi sin tocarlo, la idea es que mediante sus manos recibe la energía la cual es amplificada y beneficiosa para el paciente.



Reiki.

SHIATSU

Se trata de una terapia japonesa que se basa en la presión de los dedos, codos y rodillas sobre el paciente. Combina medicina china con técnicas occidentales como la quiropraxia y la osteopatía. Cura dolores de cabeza y espalda, problemas digestivos y nerviosos.



Shiatsu.

SOFROLOGÍA

Se trata de una técnica, que mediante la combinación de ejercicios físicos y psíquicos, busca restablecer el equilibrio del cuerpo.

TAI-CHI Y CHI-KONG

Se basa en la práctica de una gimnasia energética que utiliza la fuerza vital o chi. El chi-kong reactiva esa energía, desbloquea puntos de tensión para devolver la fuerza y la salud. Los ejercicios son estáticos, de relajación y respiración. Por su parte, el tai-chi combina la gracia con la fuerza en movimientos heredados de antiguas técnicas de combate, unidos a ejercicios de respiración y concentración que previenen la angustia y la depresión.

TALASOTERAPIA

La Talasoterapia es un método terapéutico que se basa en la utilización del medio marino (agua de mar, algas, barro y otras sustancias extraídas del mar) y del clima marino como agente terapéutico.

YOGA

Es una terapia hindú basada en la práctica de una gimnasia suave y espiritual que se acompaña con música. Propone nuevas posturas, otorga elasticidad al cuerpo, relajación y el control sobre la respiración. Además, se ponen en acción músculos que raramente se mueven y se provocan masajes naturales.



Posición de yoga.

YOGA OCULAR

Consiste en someter la vista a unos ejercicios y estímulos luminosos, y respiración profunda para permitir una mejor irrigación y oxigenación de los ojos. Es una técnica del siglo XX que fue creada por el estadounidense William Bates.