



Medicina integrativa



Descripción general

Este es un enfoque de la atención médica que se utiliza para el manejo de problemas como el dolor crónico y la fatiga. También llamada medicina integral, esta práctica combina la medicina tradicional con otras terapias que ayudan a relajar la mente y el cuerpo. Puede ayudarle a afrontar un problema de salud grave o de largo plazo.

Muchas técnicas

¿Qué métodos se utilizan? Su plan de cuidados puede incluir cosas como terapia de masaje, aromaterapia y musicoterapia. La acupuntura u otras formas de medicina tradicional china pueden ser beneficiosas para usted. Es posible que le sea útil algún suplemento nutricional. Y es posible que tenga la oportunidad de pasar tiempo con un animal de terapia de temperamento apacible, como un perro o un gato.

No es un sustituto de la atención médica

La medicina integrativa no reemplaza la atención de su médico. Sigue siendo necesario que acuda a su médico y que siga su plan de cuidados estándar. No todas las terapias responden a las necesidades de todos los pacientes. Sin embargo, muchas personas obtienen beneficios de estos métodos. Pueden hacer que se sienta relajado y concentrado. Pueden mejorar su estado de ánimo. Además, pueden ayudarle a sobrellevar su día.

Conclusión

Hable con su proveedor de atención médica para obtener más información sobre este enfoque y averiguar cómo le puede ser útil.

