

**FICHA PROYECTOS COMUNITARIOS RED ASISTENCIAL
SERVICIO DE SALUD BIOBIO
PROGRAMA DE EQUIDAD EN SALUD RURAL
AÑO 2023**

1.- IDENTIFICACION DEL PROYECTO

Nombre del Proyecto	TRABAJANDO MENTE Y CUERPO A TRAVÉS DE LA MEDICINA COMPLEMENTARIA	
Área Temática (marcar con una x)	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Adultos Mayores <input type="checkbox"/> ➤ Prácticas de salud Complementarias <input checked="" type="checkbox"/> ➤ Alimentación saludable y autocuidado en salud (Huertos comunitarios) <input type="checkbox"/> ➤ Practica Comunitaria <input type="checkbox"/> ➤ Emergencias y desastre <input type="checkbox"/> 	
Nombre, Dirección, Número teléfono de contacto y email del responsable(coordinador de la formulación del proyecto)	Luz Zúñiga Montecinos Av. Las Violetas Nº 805 942451951 Mail: luzzunigam@gmail.com	
Institución (es) que participan en la ejecución del Proyecto. (intersector)	Comité de Salud Charrúa	
	Comité de Salud Los Aromos	

2.-JUSTIFICACIÓN

Identificación del problema	<p>En Chile ha existido durante los últimos años un mayor interés de la población por conocer y acceder a terapias distintas a la medicina convencional, alopática o también llamada "occidental", la cual ha sido por muchos años la principal y predominante medicina (sino la única) practicada en el sistema de salud chileno, ya sea público o privado. Debido a este interés han surgido, de forma progresiva, lugares para acceder a otro tipo de terapias, las cuales han sido genéricamente catalogadas como medicina complementaria o</p>
------------------------------------	---

alternativa (MCA), tomando un rol importante en la condición de salud de la población actualmente.

La enfermedad forma parte del proceso de vida, lo cual genera un impacto emocional tremendo. A menudo la persona va a necesitar un soporte emocional fuerte que le ayude a sobrellevar las diferentes fases del proceso de la enfermedad. Este soporte emocional no es exclusivo del enfermo, a menudo los familiares también lo necesitan.

Las terapias alternativas constituyen, en líneas generales, aquel conjunto de prácticas o técnicas basadas en plantas y/o minerales, terapias manuales o espirituales, orientadas a la mejora de la salud y a mantener el bienestar. Estas no se catalogan dentro de la medicina convencional occidental. Por otro lado, la OMS define estas como, "el grupo amplio de prácticas sanitarias que no forman parte de la tradición de un país o no están integradas en su sistema sanitario predominante".

El objetivo de estas principalmente, es desempeñar alguna función en un programa de tratamiento integral diseñado por el profesional de la salud que lo atiende. Algunos ejemplos de este tipo de terapias complementarias y alternativas son los siguientes:

1. Terapéuticas médicas (homeopatía, medicina tradicional china, ayurveda...).
2. Terapias basadas en las plantas (flores de Bach...).
3. Manipulación y métodos basados en el cuerpo (masaje, ejercicio físico...).
4. Terapias energéticas (Reiki y tacto terapéutico...).
5. Intervención cuerpo-mente (terapia artística, meditación...).

Con las terapias complementarias o alternativas, no pretendemos quitar el tratamiento ni curar una patología, simplemente ofrecer otra vía, para que la persona pueda alcanzar un estado de bienestar. Es útil para los cambios emocionales que puedan tener nuestros usuarios. Algunos

tratamientos alternativos tratan a la persona en su totalidad, no únicamente a la enfermedad en cuestión. Pueden restaurar la armonía, el balance o el flujo normal de energía.

Hemos decidido trabajar la terapia de Flores de Bach la cual consiste en una serie de 38 esencias florales que se mezclan para tratar situaciones emocionales, como los miedos, la pena, la soledad, obsesiones, entre muchas otras.

Esencialmente trata las emociones a nivel vibracional, es una terapia que utiliza esencias áureas. Podemos encontrar 38 emociones en cada flor identificada por el doctor Edward Bach. Todas estas emociones se supone que tenemos que conservarlas, tenerlas en nuestra vida, que nos ayuda a defendernos del medio ambiente e interactuar en el medio. La idea es que estas emociones estén en su justo equilibrio.

Es una mirada de la salud mental que complementa el trabajo más clínico y eso también va a desafiar al equipo a poder dialogar con otras formas de abordaje de la salud mental y de comprensión del bienestar en general de las personas que son atendidas". Actualmente ya esto se está trabajando con usuarios de Programa de Salud Mental en Cefam y hemos querido extenderlo a Comités de Salud Rural los cuales hasta ahora no han tenido acceso.

Cuando hablamos de enfermedad y Flores de Bach como terapia complementaria, es importante destacar que complementará el tratamiento principal que el usuario/a tenga. Lo que se trata en terapia floral es el estado emocional de la persona, ya que ésta no sólo se enfrenta a la enfermedad sino también a las emociones que la acompañan. La Terapia Floral de Bach como terapia complementaria proporciona al paciente una actitud activa y responsable en el proceso y esto también suma.

De igual forma la terapia será complementada con Yoga la cual trata de ejercicios de respiración y posturas que integran los estiramientos y flexión de los músculos con beneficios variados como la regulación del estrés, el bienestar físico, mayor fuerza y flexibilidad, mejora los estados de sueño y vigilia y la inflamación,

	favorece la disminución de dolores y mejorar el humor porque permite desconectar de los problemas.
--	--

Objetivo General	- Facilitar el bienestar físico, emocional y espiritual de los usuarios.
Objetivos Específicos	<ul style="list-style-type: none"> - Adquirir mayor conciencia y comprensión del origen del problema - Cambiar los hábitos relacionales, físicos, emocionales y mentales que llevan al desequilibrio
Metas	<ul style="list-style-type: none"> - Fomentar y/o promover el uso de medicina complementaria alternativa (MCA) a través de Flores de Bach - Fomentar la concientización del usuario de nuestro estado emocional.
Beneficiarios Directos (quiénes y cuántos)	- Integrantes de Comités de Salud: 35 personas
Beneficiarios Indirectos	- Familiares de integrantes de Comité de salud
Actividades:	<ul style="list-style-type: none"> - Reunión de inicio para conocer a Terapeuta e integrantes de Comités y dar a conocer Programa de trabajo - Evaluación a cada participante - 8 Sesiones de Terapia Floral - Sesiones de Yoga - Actividad de Cierre
Costo Total (\$)	\$600.000
Aporte MINSAL (\$)	
Aporte otras instituciones (\$)	

Nombre/Apellidos: Luz Zúñiga Montecinos Nombre/Apellidos: Juan Quezada G.

Coordinador de la formulación – ejecución del proyecto

Representante de la comunidad

Luz Zúñiga Montecinos
Rut: 15.844.23-8
Asistente Social

Firmantes/Timbres

Fecha de entrega: ___/___/___/