



GEOMEDIC™
CENTRO MÉDICO

Terapias alternativas





GEOMEDIC™
CENTRO MÉDICO

Terapias alternativas

El centro médico **GEOMEDIC™** aspira al manejo multi/interdisciplinario del paciente y su familia. Brindamos servicio médico asistencial y preventivo a todo tipo de personas, desde adolescentes y mujeres embarazadas hasta ancianos. Disponemos de una gran variedad de especialidades y pruebas diagnósticas ecológicas, indoloras e inocuas (sin irradiación y/o mínimamente invasivas). A través de reuniones semanales de equipo, identificamos a pacientes con factores de riesgo coronarios para incluirlos en el programa de detección precoz de enfermedades neuro-cardiovasculares para ser tratados con protocolos asistenciales de la medicina tradicional. Incluimos a mujeres en el programa de detección precoz de cáncer de mama y cuello uterino. También brindamos servicio de educación materno-infantil con talleres específicos.

El centro, fiel a una política de máxima modernidad, optimiza recursos con el uso de elementos tecnológicos -vía Internet- para el trabajo técnico diario, con apoyo fundamental en redes sociales y aplicaciones móviles para facilitar cualquier trámite o consulta.

GEOMEDIC™ dispone de un salón de usos múltiples ubicado en el 4º piso de nuestro edificio. En esta planta se desarrollarán terapias de la medicina no tradicional para brindar una alternativa terapéutica a nuestros pacientes. Todas ellas se llevarán a cabo por profesores titulados cualificados en la materia y estarán supervisadas por personal médico en todo momento, informando de la evolución y de sus resultados al equipo de trabajo. Estas terapias son muchas veces una alternativa o un complemento para el tratamiento sintomático de diversas enfermedades, en ocasiones crónicas.

En **GEOMEDIC™** creemos en el trabajo en equipo. Nuestra meta es la conexión y confianza entre profesores y personal sanitario para lograr así un retorno interdisciplinario que beneficie al paciente de manera integral.



GEOMEDIC™
CENTRO MÉDICO

Especialidades Médicas en GEOMEDIC™:

- Alergología.
- Aparato digestivo y gastroenterología.
- Cardiología.
- Cirugía Menor Ambulatoria (C.M.A.)
práctica de procedimientos mínimamente invasivos.
- Clínica Médica.
- Dermatología.
- Endocrinología.
- Ginecología y Obstetricia.
- Medicina del Trabajo.
- Medicina de Urgencias (adultos y niños).
- Medicina familiar y comunitaria.
- Medicina preventiva y salud pública.
- Nefrología.
- Neumología.
- Neurología.
- Nutrición.
- Odontología.
- Oftalmología.
- Pediatría.
- Salud Mental.
- Servicio de Ecografía 2D, 3D, 4D Eco Doppler vascular
- Urología.



GEOMEDIC™
CENTRO MÉDICO

Terapias alternativas

Terapias alternativas desarrolladas en GEOMEDIC™:

Yoga:

Esta práctica, un tipo de meditación con posturas físicas, tiene más de 35 siglos de antigüedad. Como resultado de la unión del alma individual con la divinidad, otorga la percepción de que el yo es espiritual y no material, causando el bienestar físico y mental. Son múltiples los beneficios del yoga para la salud: por ejemplo, reduce la tensión arterial y la frecuencia cardíaca, además de disminuir los niveles de colesterol y los triglicéridos. Reduce el estrés, pues al mantener una respiración pausada y profunda se alcanza la paz mental y emocional combatiendo la ansiedad. Como consecuencia de todo ello, alivia inflamaciones y fortalece el sistema inmune.

El yoga aporta excelentes beneficios para el cerebro y el sistema nervioso central: engrosa las capas de la corteza cerebral y aumenta la neuroplasticidad al desarrollarse la capacidad de aprender cosas nuevas. Además, el yoga mejora la flexibilidad y movilidad articular, mejora los síntomas de la artrosis, fortalece los huesos, combate el insomnio, cuida la silueta, y mejora la vida sexual.

Reiki:

Intenta lograr el equilibrio del paciente a través de la imposición de manos, canalizando la energía vital universal para aliviar múltiples síntomas y desequilibrios físicos, psíquicos y emocionales. Son muchos los beneficios para la salud: mejora las dolencias, aumenta la luminosidad de la piel, ayuda a liberar bloqueos mentales, combate el insomnio generando una profunda y placentera armonía.



GEOMEDIC™
CENTRO MÉDICO

Terapias alternativas

Terapias alternativas desarrolladas en GEOMEDIC™:

Meditación:

Es la práctica de un estado de atención concentrada sobre un objeto externo, un pensamiento, la autoconciencia o el propio estado de concentración. Se caracteriza por centrarse en la realidad del momento presente. La mente se disuelve y es libre de sus propios pensamientos. Se focaliza la mente en un único elemento, ya sea la respiración o la recitación constante de un vocablo como mantra.

Feng Shui:

Es una práctica tradicional de la cultura china. Algunas escuelas ponen el énfasis en el estudio de las formas, como las montañas, los ríos, la estructura de la vivienda o el lugar de trabajo, incluyendo la ubicación del baño, la cocina, las habitaciones e, incluso, la colocación de los muebles). Otras escuelas enfatizan en cambio el uso de la brújula. El Feng Shui considera cuidadosamente las orientaciones, ya que de cada punto cardinal emana una energía determinada.

Chi Kung:

Puede practicarse con el cuerpo quieto o en movimiento, y responde a una diversidad de técnicas relacionadas con la medicina china tradicional que comprenden la mente, la respiración y el ejercicio físico vinculado a las artes marciales. Mejora la salud gracias a los ejercicios respiratorios y físicos.



GEOMEDIC™
CENTRO MÉDICO

Terapias alternativas

Terapias alternativas desarrolladas en GEOMEDIC™:

Gimnasia conciente:

Se trabaja en forma grupal. El instructor logra transmitir una mayor sensibilización y percepción del propio cuerpo mezclando la danza clásica con la gimnasia moderna. La respiración es clave para poder superar encrucijadas psicológicas y lograr el bienestar integral.

Danzaterapia:

El movimiento y la postura influyen en el pensamiento y los sentimientos. La meta esencial de la danzaterapia es lograr la integración de los procesos cognitivos, corporales y emocionales del hombre. Incrementa el nivel de percepción personal y del cuerpo, permite realizar amplios movimientos e incentiva al individuo a expresarse de manera auténtica a través de la integración del inconsciente tomando en cuenta las influencias de la Psicoterapia Psicoanalítica.

Musicoterapia:

Es un proceso creado para facilitar y promover la comunicación en las relaciones personales. Favorece el aprendizaje, el movimiento y la expresión. Y todo ello para satisfacer las necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas.



GEOMEDIC™
CENTRO MÉDICO

Terapias alternativas

Terapias alternativas desarrolladas en GEOMEDIC™:

Pilates mat:

El método Pilates consiste en un conjunto de ejercicios físicos especialmente pensados para fortalecer y tonificar los músculos sin aumentar su volumen. Esta disciplina permite estilizar la figura a través de la realización de una secuencia de movimientos con escasas repeticiones. En esta versión del ejercicio, los protagonistas son el sujeto que lo practica y el suelo. Se realiza sin equipos ni máquinas de por medio. Es más estricto y complejo, pero da mejores resultados físicos al hacernos conscientes en todo momento de nuestro cuerpo para corregir hábitos posturales incorrectos.

Pilates y esferodinamia para embarazadas:

Son ejercicios posturales de la técnica Pilates, añadiendo las esferas como elemento principal. Proporciona movimientos fluidos y dinámicos al entregar el peso en los balones medicinales, generando una disminución de la presión fetal sobre la pelvis que facilita su descenso en el canal del parto. Además, esta técnica aumenta la capacidad respiratoria total de la madre ayudando a que la experiencia del parto sea más placentera durante el proceso de dilatación.

Estos ejercicios ayudan a fortalecer la musculatura paravertebral, mejorando la alineación de la madre en todo momento. Aumentan el retorno venoso y disminuyen la aparición edemas, el clásico hinchazón en piernas por retención de líquidos.



GEOMEDIC™
CENTRO MÉDICO

Terapias alternativas

Terapias alternativas desarrolladas en GEOMEDIC™:

Shantala (talleres de masajes para bebés):

Son talleres colectivos que se pueden empezar desde el primer mes de vida, ayudando a estrechar los lazos afectivos con los padres. El masaje proporciona una forma de contacto emocional y físico. Se utilizan aceites y cremas naturales (proporcionados por la medicina ayurveda). Es aconsejable realizar el masaje Shantala a diario, como una rutina, después del baño o antes de acostar al bebé para que se relaje y descansa mejor.

Consulta colectiva de medicina ayurvédica:

Se trata de una consulta grupal en la que se informa sobre las bases de la medicina ayurvédica para intentar mejorar los doshas (humores o aires vitales) que, traducidos a términos de apariencia científica, serían los temperamentos, biotipos, energías, fuerzas o principios metabólicos.

La medicina ayurvédica clasifica tres humores en relación a los que genera el tratamiento: "vata", que representa la unión del aire y el éter; "pitta", que representa la unión del fuego y el agua; y "kapha", que representa la unión del agua y la tierra.



GEOMEDIC™
CENTRO MÉDICO

Terapias alternativas

Terapias alternativas desarrolladas en GEOMEDIC™:

Talleres de cocina Macrobiótica:

La macrobiótica se basa en recuperar la salud y la armonía creando un equilibrio dinámico entre el Yin y el Yang a través de la actividad, los alimentos, las técnicas culinarias y el uso de la mente.

Las fuerzas de el Yin y el Yang (polos opuestos pero aún así se atraen) intentan reunificarse eternamente y, a través de las interacciones que crean entre ambos, producen todos los fenómenos siguientes.

Previamente al taller se realiza un test para determinar la constitución física del individuo (la estructura básica con que nacemos). En la cocina macrobiótica hay alimentos inclinados hacia el Yin, y otros hacia el Yang. Su objetivo es buscar el equilibrio para el beneficio integral.



GEOMEDIC™
CENTRO MÉDICO

Terapias alternativas

Terapias alternativas desarrolladas en GEOMEDIC™:

Risoterapia:

Son sesiones de práctica grupal aprovechando el contagio de persona a persona, ya que reír en grupo no es lo mismo que hacerlo solo: de esta forma el efecto grupal estimula a quienes normalmente no ríen. No se trata de fingir, pero sonreír nos puede hacer sentir mejor. Es importante que la sonrisa sea el producto de cultivar pensamientos positivos. Esto sugiere que los que trabajan de cara al público, si fuerzan una sonrisa falsa a lo largo del día, sienten que su ánimo empeora y terminan por dejar el trabajo. Sin embargo, aquellos que sonríen como resultado de pensar en positivo mejoran su estado de ánimo y están más alegres.

Es una estrategia, o técnica psicoterapéutica, que produce beneficios mentales y emocionales logrando sinergias positivas. Es importante aprender a reírse de uno mismo, de las capacidades limitadas del ser humano y de la vida. La sociedad enseña a reírse de los demás en lugar de hacerlo con los demás. La risoterapia ayuda a desdramatizar las situaciones de la vida, desarrollando el espíritu competitivo y optimista, aprender a tener una mejor visión de uno mismo, del entorno y nuestras posibilidades vitales.

Ozonoterapia:

Sus indicaciones son muy amplias. Posee propiedades antiinflamatorias, antisépticas, de modulación del estrés oxidativo, mejoría de la circulación periférica y la oxigenación tisular. La concentración y modo de aplicación varía en función de la patología a tratar, produciendo un tipo de efecto biológico con un mecanismo de acción determinado en el organismo.



GEOMEDIC™
CENTRO MÉDICO

Terapias alternativas

Terapias alternativas desarrolladas en GEOMEDIC™:

Reflexología:

Conocida como terapia zonal, es la práctica de estimular las zonas reflejas sobre los pies, manos, nariz u orejas. Basada en la creencia de que ese masaje tiene un efecto benéfico en otro órgano del cuerpo. Ayuda a aliviar numerosas dolencias: dolor espalda o de cuello, estreñimiento, gastritis, dolores menstruales, bronquitis asmática, migrañas, etc.

Homeopatía:

Es una de las terapias alternativas más solicitadas por la población general ya que mejora el espíritu vital del cuerpo. Sigue el principio fundamental de que lo similar se cura con lo similar, asumiendo que lo que causa determinados síntomas puede curarlos a una dosis más baja, mediante preparados altamente diluidos. La posición de la comunidad homeópata es que esta práctica es efectiva para el tratamiento de una multitud de patologías, aunque en la actualidad no hay trabajos científicos con ensayos clínicos que definan la homeopatía como una ciencia médica. Nuestro centro ofrecerá tratamiento por expertos en esta terapia.

Nota: Estas terapias no siempre pueden sustituir el tratamiento médico. En caso necesario, y según criterio de los especialistas de GeoMedic, se podrá suspender la terapia alternativa para seguir el procedimiento médico tradicional.