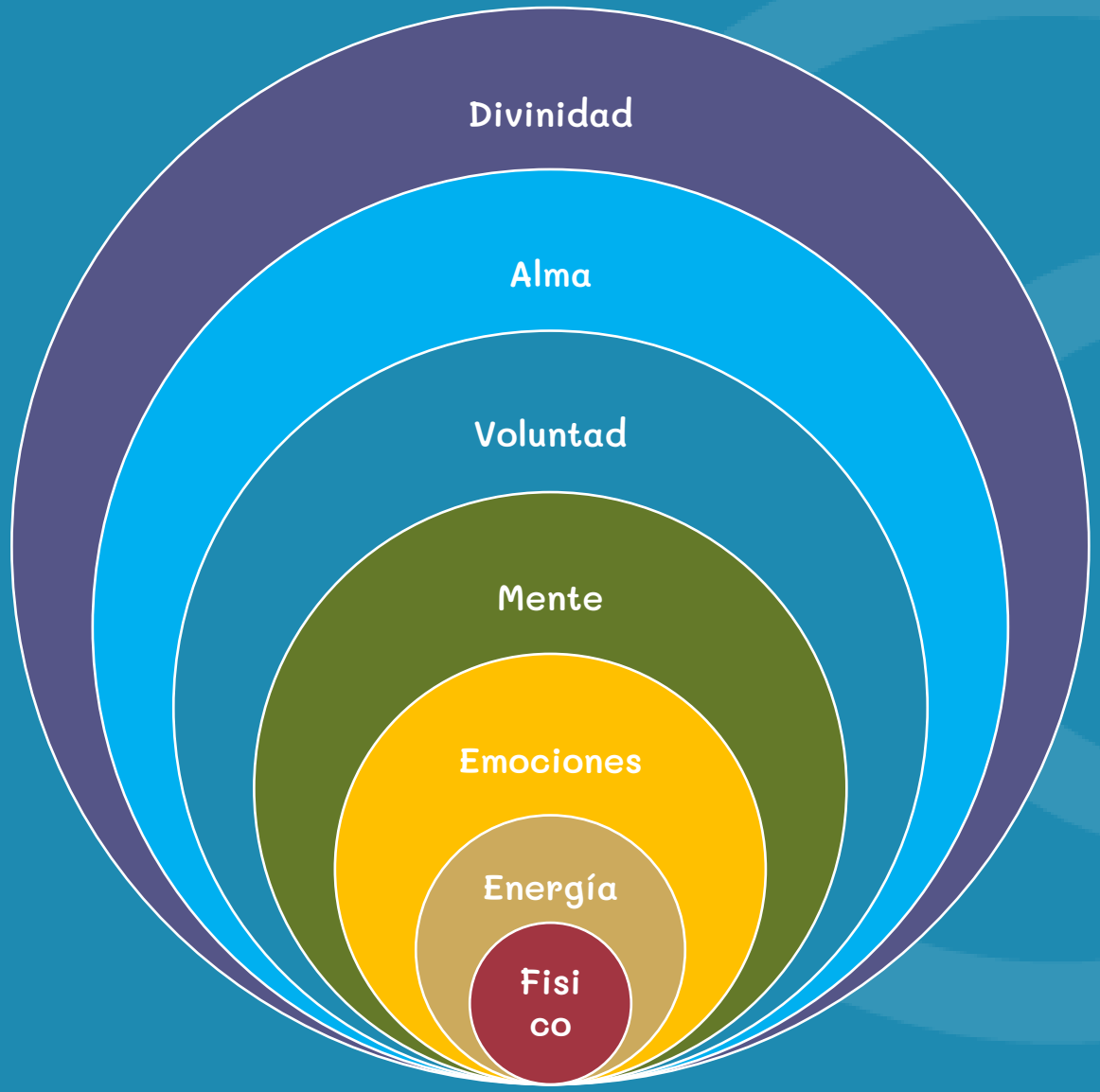
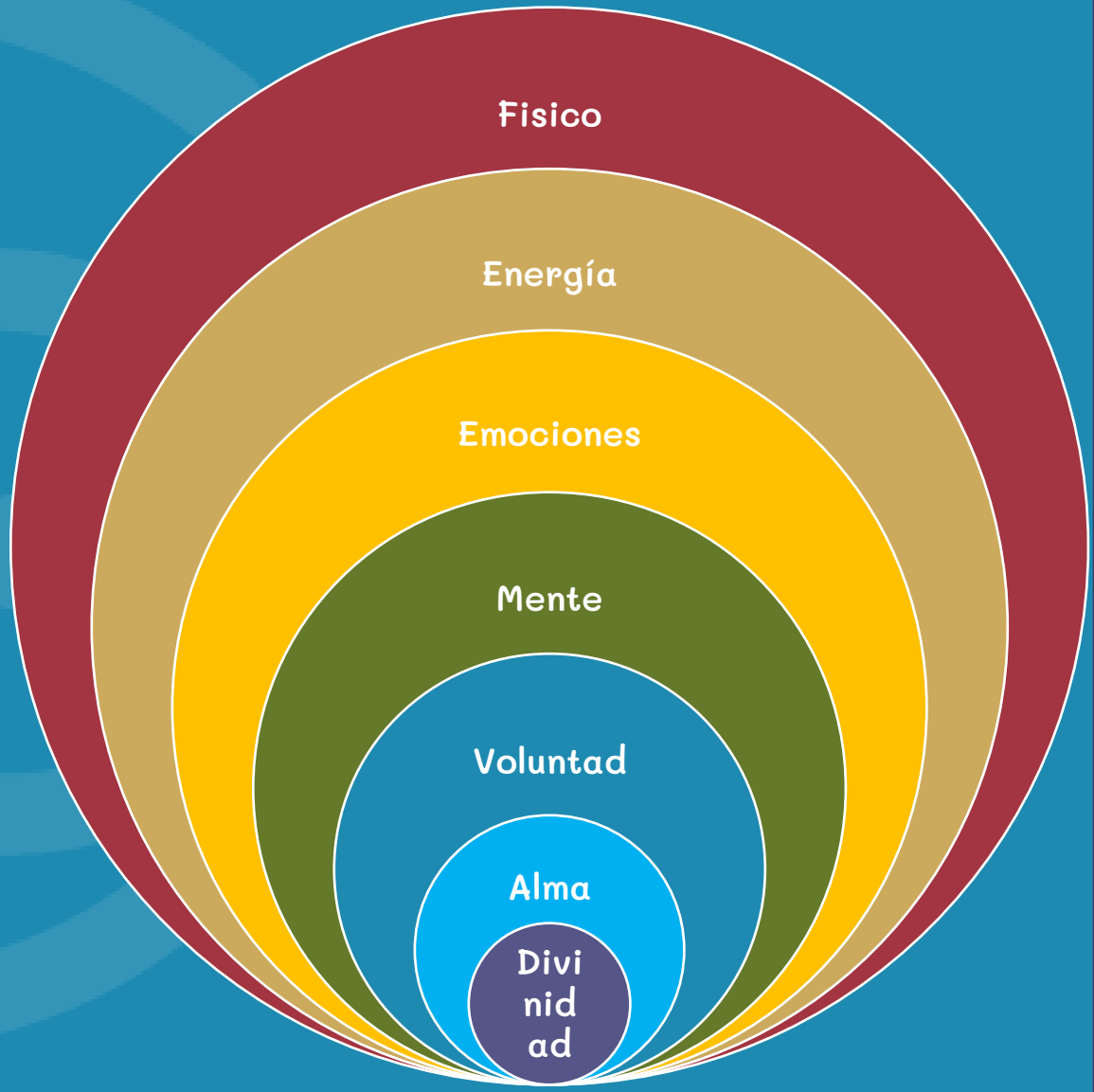
Medicina tradicional

iBERCiNAS

¿Recuerdas alguna vez que te hayas sanado con medicina tradicional?

¿Cómo se siente tener salud?





¿Qué es la medicina tradicional?

De acuerdo con la OMS

La medicina tradicional es la suma de conocimientos, técnicas y prácticas fundamentadas en las teorías, creencias y experiencias propias de diferentes culturas, y que se utilizan para mantener la salud, tanto física como mental.

Algunas especialidades de Medicina tradicional

Curandera

Partera

Huesero

Temazcalera

¿Cómo puedo tener salud en armonía?

Yo tengo fé

Veo la verdad

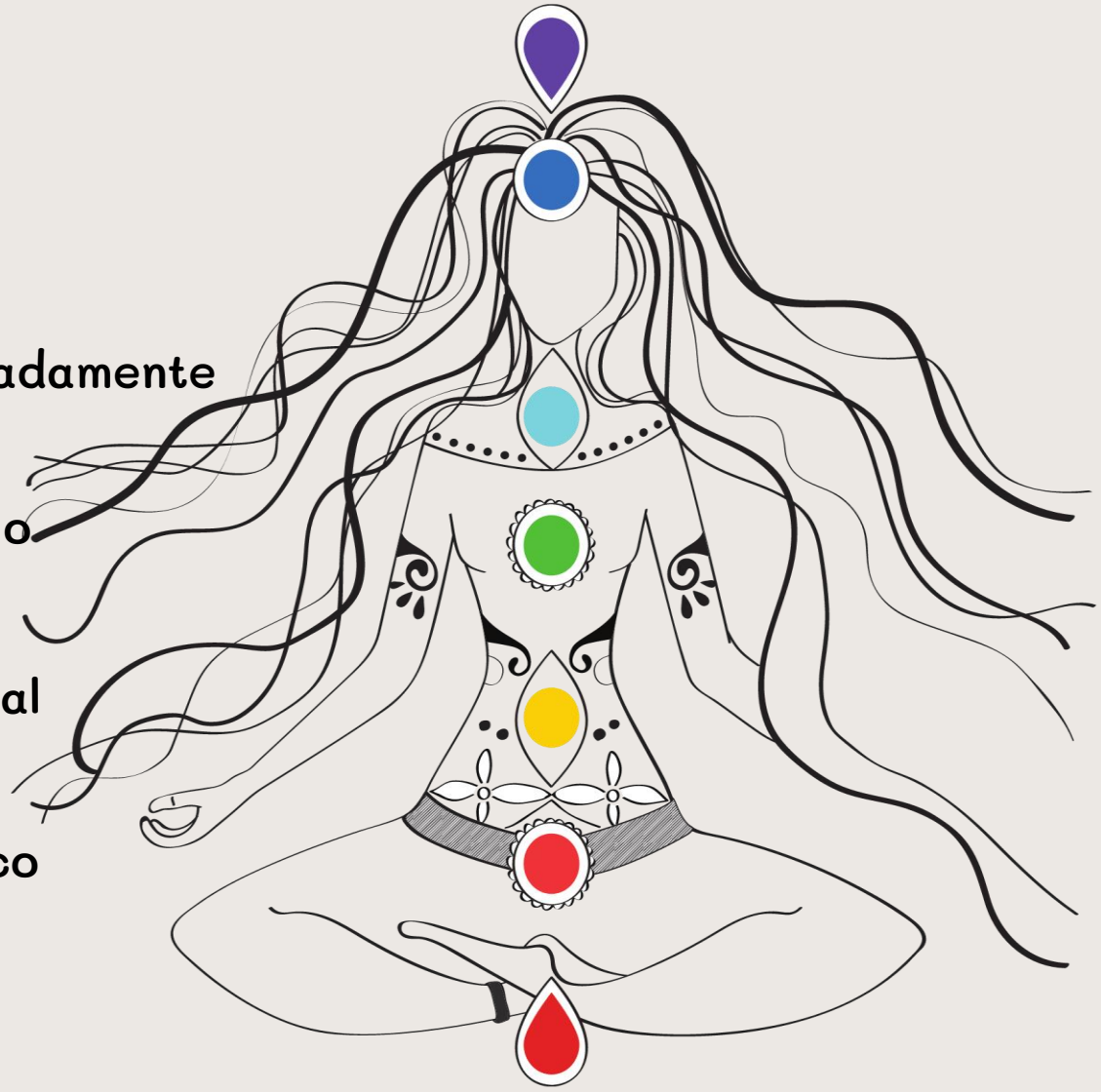
Me expreso confiadamente

Tengo amor propio

Tengo energía vital

Disfruto y merezco

Confío en la vida



Ansiedad, preocupación

Insomnio

Temas no hablados

Tristeza, amargura y angustia

Carencias, adicciones y soledad

Falta de deseo y conflictos

Miedo, inseguridad, victimismo

IBERCOCINAS

¿Cómo puedo aprender de medicina tradicional?

Aprender de plantas medicinales: Caminatas botánicas

Sentir mi cuerpo y cuidarlo

Compartir con otr@s

Somos lo que nos alimentamos y ¿de que nos alimentamos?

iBERCOCINAS