



Escuela de  
**MEDICINA  
HUMANA**

**INTERCULTURALIDAD Y SALUD**

---

**ALUMNO GERSON MIGUEL RUIZ GÓMEZ**

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**2do SEMESTRE DE MEDICINA HUMANA**

**DR.ALEJANDRO JAVIER RAMÍREZ MARTÍNEZ**

**ACTIVIDAD :RESUMEN DE MEDICINA INDU**

**FECHA:26/FEBRERO/2025**

La medicina ayurvédica tiene sus orígenes en la India durante la era védica, un período que se sitúa entre 1400 a.C. y 600 a.C. Los arios, quienes dominaban la India en esa época, crearon una cultura rica en conocimientos filosóficos, religiosos y médicos. Los textos sagrados, conocidos como los Vedas, son esenciales para entender los principios del Ayurveda. Entre estos, el Atharvaveda es especialmente relevante para la medicina, ya que contiene numerosas enseñanzas y prácticas relacionadas con la salud y el bienestar. Además de su contenido médico, estos textos ofrecen una perspectiva espiritual sobre el cuerpo humano y su conexión con la naturaleza y el universo.

El Ayurveda, que significa literalmente "ciencia de la vida", no solo se basa en el naturalismo, sino que también incorpora creencias que incluyen el uso de hechizos y rituales para alcanzar el bienestar. Esta medicina tradicional se fundamenta en la idea de que la salud es el resultado del equilibrio entre el cuerpo, la mente y el espíritu. Su objetivo principal es prevenir enfermedades y fomentar la longevidad y la armonía.

#### 1. Principios Fundamentales del Ayurveda:

El Ayurveda sostiene que la salud humana está arraigada en el equilibrio de tres energías o doshas: Vata, Pitta y Kapha. Cada individuo tiene una constitución única basada en la combinación de estos tres doshas, y el equilibrio o desequilibrio de estas energías puede influir en su estado de salud.

- Vata: Este dosha regula los movimientos del cuerpo, la respiración, el sistema nervioso y las funciones mentales. Se asocia con personas creativas, delgadas y con un metabolismo rápido.
- Pitta: Relacionado con la digestión, el metabolismo y la temperatura corporal, las personas con predominancia de Pitta suelen ser apasionadas, enérgicas y de contextura media.
- Kapha: Este dosha regula la estructura corporal y la inmunidad, y se asocia con personas calmadas, fuertes y con un metabolismo lento.

En Ayurveda, mantener el equilibrio de estos doshas es crucial para la salud, mientras que su desequilibrio puede provocar diversas enfermedades. Además de los doshas, el Ayurveda también considera otros factores como la dieta, las emociones y el entorno en el bienestar integral de la persona.

#### 1. Técnicas y Tratamientos en Ayurveda:

El Ayurveda ofrece una amplia gama de métodos de tratamiento para restaurar el equilibrio de los doshas y promover la salud. Algunos de los métodos más destacados incluyen:

- Sushruta Samhita: Este texto clásico describe ocho tipos de procedimientos quirúrgicos utilizados en la medicina ayurvédica, tales como resección, incisión, punción, extracción, sutura y vendaje. La cirugía ayurvédica era avanzada para su época y buscaba restablecer el equilibrio del cuerpo.
- Panchakarma: Una serie de terapias destinadas a desintoxicar el cuerpo y restaurar el equilibrio de los doshas. Las cinco acciones de Panchakarma son:
- Virechan: Purificación a través de hierbas o decocciones.
- Vaman: Inducción de vómito mediante medicamentos para eliminar toxinas.
- Basti: Uso de enemas con aceites medicinales para eliminar impurezas.
- Rakta Moksha: Sangrado terapéutico para purificar la sangre.
- Nasya: Administración de medicamentos por vía nasal, como aceites y humo.

Tratamientos complementarios: Además de Panchakarma, los médicos ayurvédicos emplean tratamientos como masajes con aceites medicinales, saunas herbales, yoga, meditación y técnicas de respiración para equilibrar el cuerpo y la mente.

lengua y las uñas, ya que estos son reflejos importantes de la salud interna.

- Palpación: Se toma el pulso del paciente, el cual es una herramienta crucial para detectar los desequilibrios de los doshas. Cada dosha tiene un patrón de pulso diferente, y los cambios en el pulso pueden indicar un desequilibrio.
- Entrevista: El médico también hace preguntas sobre los hábitos de vida, la dieta, las emociones y los síntomas para comprender mejor la condición general de la persona.
- 5. El Ayurveda en la Medicina Moderna:

El Ayurveda ha sido reconocido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un sistema de medicina tradicional válido. Hoy en día, se combina con la medicina moderna para tratar enfermedades crónicas como la diabetes, la artritis, los problemas digestivos y muchas otras condiciones. Se considera que el enfoque holístico del Ayurveda, que aboga por la prevención y el tratamiento de la raíz de las enfermedades, puede ser un complemento útil para los tratamientos convencionales.

En países como la India, el Ayurveda sigue siendo una forma importante de tratamiento. Además, ha ganado popularidad a nivel mundial, especialmente en Occidente, debido a su enfoque en el bienestar integral y en el cuidado preventivo de la salud. Muchos pacientes optan por el Ayurveda como una forma de mejorar su calidad de vida y mantener su salud en equilibrio.

Conclusión:

La medicina ayurvédica es un sistema integral que aboga por la armonía entre el cuerpo, la mente y el espíritu. A lo largo de los siglos, el Ayurveda ha demostrado ser una forma valiosa de medicina preventiva y curativa, cuyo enfoque holístico sigue siendo relevante en la actualidad. A través de sus prácticas y terapias, el Ayurveda busca restaurar el equilibrio de los doshas y mejorar la salud general del individuo. Con el reconocimiento de su validez por la OMS y su combinación con la medicina moderna, el Ayurveda continúa siendo una influencia significativa en el campo de la salud global.

# Bibliografía

1. Basham AL. The Practice of Medicine in Ancient and Medieval India. In: Leslie C, editor. Asian Medical Systems: A Comparative Study. Berkeley, Los Angeles, London: University of California Press; 1976. p. 18-43.

XM Liu, JQ Zou, ZX Shen, GQ Su

Panorama de la medicina tradicional india Tradición moderna, medicina china, materia médica, ciencia y tecnología mundiales, 7 (6) ( 2005), págs. 86-88 [Chino]

2 Ver en Scopus a Google Scholar WX Qiu Introducción a la medicina tradicional india Chin J Inf Tradit Chin Med, 6 (10) (1999), págs. 77-78 [Chino] Ver en Scopus a Google Scholar

3

Z] Zhang, YM Zhang, J. Xu, Y. Chen, XD Li Estado de desarrollo de la medicina tradicional india World Chin Med, 9 (5) (2014), págs. 654-657 [Chino]

4

Ver en Scopus 7 Google Scholar 7 YS Jaiswal, LL Williams Una mirada al Ayurveda: la historia olvidada y los principios de la medicina tradicional india

J Tradit Complement Med, 7 (1) (2016), págs. 50- 53

Google Académico