



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE  
LIC. EN MEDICINA HUMANA**

**SEGUNDO SEMESTRE  
SEGUNDO PARCIAL**

**INTERCULTURALIDAD Y SALUD II  
ENSAYO**

**DOCENTE:**

**Dr. Manuel Eduardo López Gómez**

**ALUMNA:**

**Angélica Montserrat Mendoza Santos**

## ENSAYO

### **Relación que existe en los factores del medio ambiente, las emociones y la aparición de algunas enfermedades**

A mi punto de vista la relación que tiene el medio ambiente con las emociones y algunas enfermedades es que las personas que pasan más tiempo practicando algún deporte o están en la naturaleza son las que menos tienden a padecer ansiedad, depresión o estrés porque tiene mucha vitalidad, son más felices.

Pues lo tradicional es un recurso fundamental para la salud de muchas personas, que claro, tienen el conocimiento necesario para poder llevar a cabo algunas prácticas con medicina tradicional. Pues la medicina tradicional al conocer un poco más a fondo nos puede ayudar a la prevención, mantener la salud y tratamiento de enfermedades mentales. Pues cada parte del cuerpo está conectado, tanto mente como espíritu con otras personas, plantas, animales entre otras cosas.

Hay muchas cosas que son sagradas para nosotros, que son parte de la naturaleza como el aire, tierra, agua, los cuales tienen vida y son de mucha importancia en nuestro día a día.

Se dice que las causas de las enfermedades pueden ser originadas por nuestro propio organismo, según esto y las creencias por hacer algunas acciones contrarias, "malas" si así se puede decir, como faltas de respeto a la familia, a la naturaleza y divinidades, de esta manera se rompe el equilibrio, de esa manera se puede regresar lo contrario, me refiero a que sin falte el respeto en algún momento algo malo va a regresar, se podría decir que es como un karma por la falta que a su vez afecta a la comunidad, familia o a quién se le haya hecho el "daño"

Cuando nosotros estamos en un medio ambiente limpio es fuente de satisfacción, mejora el bienestar mental, permite a las personas recuperarse del estrés de la vida cotidiana y llevar a cabo actividades físicas. Por ejemplo, tener acceso a espacios verdes es esencial para la calidad de vida. Como ya antes había mencionado estar en espacios encerrados genera enfermedades, como ya se menciona el estrés que es lo más frecuente o depresión, porque al solo estar en un espacio, que vemos todos los días la mente se cohibe y es ahí donde vienen las enfermedades.