



**Dionicio Moreno Suchiapa**

**Sergio Jiménez Ruiz**

**Interculturalidad II**

**Control de lectura del tercer parcial**

**2° Semestre Grupo C**

## Ozono terapia

La ozono terapia en medicina es una realidad, y cada vez hay mas profesionales haciendo el uso del ozono médico como complemento terapéutico para diferentes enfermedades relacionadas con el estrés oxidativo, incluido el dolor crónico

El ozono es una molecula formada por tres átomos de oxígeno ( $O_3$ ) en lugar de los dos de los que se compone la molecula de oxígeno ( $O_2$ ). La ozonoterapia consiste en la aplicación de una mezcla de oxígeno médico con ozono; la mezcla ha de ser producida in situ para cada aplicación, y en ella nunca habrá mas de un 5% de ozono

Las formas de aplicación del ozono médico son básicamente 3: tópica, infiltrativa y sistémica

El ozono infiltrado a concentraciones de entre 4 y 30  $\mu g/ml$  es útil para tratar afecciones del aparato locomotor, tales como artrosis, tendinitis, miositis, fascitis o dolores miofasciales

Las aplicaciones tópicas sacan partido del poder germicida del ozono y de su efecto positivo sobre los procesos de cicatrización; se suele aplicar directamente, con el uso de bolsas

# Plantas medicinales

En México, el uso de plantas medicinales a través de la medicina tradicional es ancestral. Se utilizan las diferentes partes de la planta, según sea la afectación o la receta en cuestión. Lo más común es usar las hojas y las flores y esporádicamente el tallo, o la raíz. Las plantas medicinales se consumen directamente o pueden prepararse como infusiones o en presentación homeopática.

El uso de terapias complementarias, que incluyen los remedios con plantas, es una práctica común y continúa extendiéndose a nivel mundial. Los remedios con plantas se usan tradicionalmente en una variedad de presentaciones y una gran variación de dosis que llegan hasta las más bajas.

En México existen un sin número de plantas medicinales de uso tradicional, en producto de la combinación de la herbolaria precolombiana y la europea.

El dicho popular señala que las plantas medicinales pueden curar cualquier enfermedad o malestar. Sin embargo, su uso es responsabilidad del consumidor.

# Reiki

¿Qué es el Reiki?

Es una palabra japonesa que significa energía vital universal; en la actualidad esa palabra se está utilizando para identificar el sistema Usui de curación Natural (Usui Shiki Ryoho), nombre dado en homenaje a su descubridor Mikao Usui.

Rei significa universal y se refiere a la parte espiritual, a la esencia energética cósmica que interpenetra todos los cosas y circunda todos los lugares.

Ki es la energía vital individual que rodea nuestros cuerpos, manteniéndolos vivos, y está presente, fluyendo, en todos los organismos vivos; cuando la energía Ki sale de un cuerpo, ese cuerpo deja de tener vida.

El Reiki es una energía semejante a ondas de radio, y puede ser aplicada con eficacia, tanto localmente como a distancia; no es como la electricidad, no produce cortocircuitos, no destruye los nervios ni los tejidos más frágiles. Es una energía inofensiva, sin efectos secundarios, sin contraindicaciones, compatible con cualquier tipo de terapia o tratamiento.

## Bibliografía

- Hidalgo-Tallón, F. J., & Torres, L. M. (2013). Ozonoterapia en medicina del dolor: revisión. *Revista de la Sociedad Española del Dolor*, 20(6), 291–300. <https://doi.org/10.4321/s1134-80462013000600003>
- Instituto Nacional de Investigaciones Forestales, Agrícolas y Pecuarias. (s/f). Gob.mx. Recuperado el 27 de mayo de 2022, de [https://vun.inifap.gob.mx/BibliotecaWeb/\\_Content?/=1044](https://vun.inifap.gob.mx/BibliotecaWeb/_Content?/=1044)
- (S/f). Docplayer.es. Recuperado el 27 de mayo de 2022, de <https://docplayer.es/14364394-Maestro-johnny-de-carli-r-e-i-k-i-universal-usui-tibetano-kahuna-y-osh>

