



**Nombre del alumno:**

**Uziel Domínguez Álvarez**

**Docente.**

**Dra. Irma**

**Actividad:**

**Rito en la medicina**

**Asignatura:**

**Antropología medica II**

**Lugar y fecha de elaboración:**

**Tapachula Chiapas a 10/03/2023**

## El ritual del temazcal en Nuevo México.



Figura 11. “Temazcal,” Creative Commons, n.d.

La palabra “Temazcal” proviene de la palabra náhuatl Temazcalli que significa “Casa de vapor”. El temazcal es un ritual religioso y de purificación que se realiza usando vapores con agua y hierbas mediante la utilización de piedras calientes que hacen que se evapore el agua. Esto se lleva a cabo dentro de una estructura en el cual se hacen oraciones y ceremonias. Hay diferentes tipos de temazcal para diferentes propósitos, pero todos tienen el propósito principal de ayudar al bienestar psicológico, emocional, físico, y espiritual de la persona que participa en este ritual.

El temazcal es un ritual de tipo terapéutico que forma parte de la medicina tradicional mexicana, pero que también existe en otras culturas indígenas de los Estados Unidos como por ejemplo la tribu Lakota. Dentro de este ritual se combinan los 4 elementos de la naturaleza: el agua, el fuego, el aire, y la tierra, los cuales se combinan con los aromas de las hierbas medicinales para crear un vapor aromático y purificador que relajan a la persona dentro del temazcal. Este ritual comúnmente se realiza para tratar afecciones que sufre una persona como lo pueden ser las enfermedades reumáticas, la depresión, enfermedades de la piel, e incluso la depresión posparto.

El temazcal mexicano; que existe en Nuevo México, se suele construir usando bloques de adobe dándole una forma ovalada similar a un horno grande donde aproximadamente 10 personas pueden entrar al mismo tiempo al realizar una ceremonia de temazcal. La entrada al temazcal no es muy grande ya que se construye de modo que una persona pueda entrar agachada o de rodillas. En la parte opuesta a la entrada del temazcal se ubica la zona donde se enciende el fuego y se colocan las piedras que se calentarán y crearán vapores de agua con hierbas aromáticas. Estas piedras por lo general son piedras llamadas “Tezontle” que son piedras porosas de origen volcánico que utilizaban los aztecas en la construcción de sus templos y edificaciones. En la parte superior del temazcal se deja una abertura por la cual sale el humo del fuego que calienta las piedras. La palabra

temazcal tiene un significado polisémico ya que en la actualidad se entiende como el ritual de purificación, así como también a la estructura de adobe construida para realizar la ceremonia.

La ceremonia del temazcal conlleva la realización de cantos, danzas y ofrendas al creador usando incienso de copal, con el propósito de que el baño con los vapores de las hierbas sea benéfico para las personas que entran en él. Al entrar al temazcal ya caliente, las personas se frotan con las plantas aromáticas especialmente en las zonas del cuerpo con dolor. El calor del temazcal hace que el cuerpo se relaje y libera de tensión los músculos del cuerpo. Al salir del temazcal, se debe tomar un descanso de media hora y tomar una ducha con agua fría. Esto hace que la circulación mejore, ayuda a tonificar la piel y también ayuda a reducir inflamaciones en el cuerpo. El temazcal puede ir acompañado de un masaje realizado por una persona especializada. El masaje ayuda a la persona no solo físicamente sino a tener relajación mental y poder mejorar y conciliar su sueño. Como consecuencia, se puede reducir el estrés, la ansiedad, la tensión, y el insomnio.