



**Mi Universidad**

## **Ensayo**

*Nombre del Alumno: Magdiely Martínez Alvarado*

*Nombre del tema: Ensayo de Naturismo*

*Parcial: I I*

*Nombre de la Materia: antropología y salud I I*

*Nombre del profesor: García Juárez Sarai*

*Nombre de la Licenciatura: Medicina Humana*

*Fecha de elaboración: 28 de abril del 2023*

## INTRODUCCION

El naturismo puede ser considerado como una doctrina, una filosofía o, más acertadamente, un estilo o forma de vida. Consiste en vivir de acuerdo con la naturaleza, pero más espiritual que físicamente. Es decir, para seguir el naturismo, no hace falta vivir únicamente de lo natural ni renunciar a todos los bienes artificiales. En cambio, se trata de estar mentalmente integrado a la naturaleza y realizar prácticas como la de no arrojar basura al medio; comer de una forma equilibrada cercana al vegetarianismo; usar productos naturales en la medida de lo que se pueda; utilizar medicinas y terapias naturales; etc. Otro aspecto clave dentro de esta corriente es el desnudo, el nudismo.

El naturismo es la doctrina que preconiza el empleo de los agentes naturales para la conservación de la salud y el tratamiento de las enfermedades. El término también hace referencia a un estilo de vida basado en la convivencia nudista familiar, personal y social. El nudismo es la práctica del completo desnudo social.

La expresión "naturismo" ha sido tradicionalmente usada en este sentido por los "médicos naturistas" durante el último siglo. Por ejemplo, el doctor Jaime Scolnik, un médico naturista argentino, que en Radio Nacional de Argentina, da testimonio de que en cincuenta años de ejercicio de la medicina no recetó jamás un fármaco, y atendió pacientes de toda Argentina y países vecinos.

Es un movimiento muy diverso que se basa en el regreso a aquello que consideran que es más natural. Incluye algunas veces, no siempre, la práctica de la desnudez en determinados lugares públicos como el nudismo, así como un estilo de vida que suele incluir el ecologismo, la promoción de la agroecología, la permacultura, el vegetarianismo, el veganismo, el crudiveganismo, el crudivorismo, el frutarianismo, el descalcismo, etcétera. También existe una especialidad médica llamada medicina naturista, que es aquella que trata de mantener la salud o de restablecerla, con medios naturales, sin tener que recurrir a los remedios de origen artificial. Históricamente, estuvo vinculado al anarquismo, desde una perspectiva revolucionaria y emancipadora. El principal autor del naturalismo fue el francés Émile Zola (1840-1902), quien expuso sus fundamentos teóricos en el prefacio de su novela *Thérèse Rasquin* (1867), y luego más abiertamente en su ensayo *Le roman expérimental* ("La novela experimental") de 1880. Aunque el nudismo juega un papel muy importante dentro del naturismo, existe cierto debate en torno a él. La posición más aceptada es la de practicarlo siempre que se pueda y que el contexto lo permita. Pero lo más importante es estar concienciado de que la ropa es un impedimento artificial que separa el cuerpo de la naturaleza, es decir, debe practicarse con naturalidad, sin pudor ni vergüenza y con convencimiento. Aunque el nudismo juega un papel muy importante dentro del naturismo, existe cierto debate en torno a él. La posición más aceptada es la de practicarlo siempre que se pueda y que el contexto lo permita. Pero lo más importante es estar concienciado

de que la ropa es un impedimento artificial que separa el cuerpo de la naturaleza, es decir, debe practicarse con naturalidad, sin pudor ni vergüenza y con convencimiento.

## CONCLUSION

Para finalizar, podemos decir que el naturalismo como enfoque para encontrar la verdad basado en la realidad tangible bien sea desde un óptica cualitativa o cuantitativa, no puede pretender la exclusividad del conocimiento válido.