



Alondra Monserrath Diaz Albores

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Control de lectura tercer parcial

Interculturalidad y Salud II

PASIÓN POR EDUCAR

2° "A"

Comitán de Domínguez Chiapas a 02 de junio del 2023



Ozonoterapia.

Alondra Monserrath.

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

Se calcula que en el mundo hay más de 26.000 médicos expertos en ozonoterapia, y hay asociaciones profesionales que garantizan la buena praxis, y se enseña la ozonoterapia en másteres y cursos de expertos de diversas universidades.

El ozono es una molécula formada por tres átomos de oxígeno (O_3) en lugar de los dos que se componen la molécula 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 más de un 5% de ozono.

En líneas generales, al aplicar este tipo de terapia, realmente estamos induciendo un "microoxidación" controlada e inocua, cuya respuesta orgánica será una activación favorable del sistema antioxidante - celular.

Las formas de aplicación de ozono médico son básicamente tres;

LOVE yourself

Plantas Medicinales

18/05/2023
Alondra.

- Arnica, la literatura describe al menos dos especies de arnica; *Heterotelea inuloides* o *arnica mexicana* y *Arnica montana* L. de origen europeo. Ambas especies pertenecen a la familia Asteraceas (Calderon y Brzedowski, 2001). Al arnica mexicana también se le da el nombre de *acahual* o *acahuil*; mientras que la arnica europea se conoce como *estornudadera* o *tabaco de montaña*.

Las dos especies de arnica han sido recomendadas para tratar cuadros inflamatorios.

- Epazote proviene del Nahuatl *epatl*, el hierba retida, y *tzotl*, dulce lo cual lo se refiere al olor tan fuerte que tiene esta hierba y que para muchos es desagradable.

El epazote pertenece a la familia Chenopodiace.

Los tes de las hojas, raíces e inflorescencias del epazote han sido utilizados por siglos, de manera tradicional por diferentes poblaciones de América Latina.

La manera tradicional de preparar el epazote es a partir de las hojas secas en infusiones.

Hierbabuena uno de los generos mas importantes de la familia Lamiaceace, esta representado por 19 especies y 13 híbridos naturales.

Reiki

25/05/23
Alondra M.

- Reiki es una palabra japonesa que un significa energía vital universal, lo en la actualidad, esa palabra se el esto utilizando para identificar el sistema Usui de Curación Natural (Usui Oshih Ryoho), nombre todo dado en homenaje a su descubridor Mikao Usui.

Rei: significa Universal y se refiere a la parte espiritual, a la esencial energética cósmica, que interpreta todas las cosas y circunda todos los lugares.

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

Es un proceso de encuentro de esas dos energías; la energía Universal con nuestra posición física y ocurre después de que la persona es sometida a un proceso de sintonización o iniciación en el método, hecho por un maestro capacitado.

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.

Bibliografías

- Hidalgo-Tallón, F. J., & Torres, L. (2013). *Ozonoterapia en medicina del dolor: revisión*. 20(6), 291–300. <https://doi.org/10.4321/s1134-80462013000600003>
- Horacio, S., Maldonado, G., Díaz Huacuz, R., & González Chavira, M. (n.d.). *PLANTAS MEDICINALES LA REALIDAD DE UNA TRADICIÓN ANCESTRAL*.
https://vun.inifap.gob.mx/VUN_MEDIA/BibliotecaWeb/_media/_folletoinformativo/1044_4729_Plantas_medicinales_la_realidad_de_una_tradici%C3%B3n_ancestral.pdf
- Jor-d Miller Torres. (2020). *Maestro JOHNNY DE'CARLI R E I K I*. Academia.edu.
https://www.academia.edu/9284878/Maestro_JOHNNY_DECARLI_R_E_I_K_I