



**Karla Beatriz Cruz Martínez**

**Dr. Sergio Jiménez Ruiz**

**Control de lectura**

**Interculturalidad y salud II**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**2**

**“A”**

# OZONOTERAPIA EN MEDICINA DEL DOLOR

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. Recientemente, el Ministerio de Sanidad español ha incluido la ozonoterapia en la cartera de servicios de las unidades de dolor, por lo que se hace necesario que el médico experto en el tratamiento del dolor conozca el fundamento científico de la ozonoterapia médica y cómo actúa, tanto a nivel local como sistémico. Pero a pesar de los datos obtenidos a principios del siglo pasado, las máquinas generadoras de ozono carecían de precisión, y es la tecnología actual la que nos permite obtener con toda fiabilidad la mezcla idónea de ambos gases. La forma de aplicación de ozono médico son básicamente tres: tópica, infiltrativa y sistémica. 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 balsas de cierre hermético, o mediante agua o aceites ozonizados. El ozono infiltrado a concentraciones bajas, es útil para tratar afecciones del aparato locomotor, tales como artritis, tendinitis, miositis, fascitis, o dolores miofasciales. Riva

# 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. En la mayoría de los casos se conoce el o los principios activos químicos relacionados con los efectos benéficos que se les atribuyen. En años recientes, diversos grupos de investigación realizan esfuerzos para identificar compuestos con actividad biológica en un intento de aportar mayor conocimiento a este campo. Sin embargo, la caracterización química exhaustiva de miles de especies utilizadas en la medicina tradicional está muy lejos de contemplarse. En México, existe un sinnúmero de plantas medicinales de uso tradicional, producto de la combinación de la herbaria precolombiana y la europea. En este documento se ofrece información de ocho de ellas. Las especies seleccionadas son: arnica, epazote, hierbabuena, insulina, lavya, manzanilla, stevia y sábila. En general, se desconoce la variabilidad genética de estas especies. La literatura describe al menos dos especies de arnica: *Heteroteca inuloides* o arnica mexicana y *Arnica montana* L. de origen europeo. Las dos especies de arnica han sido recomendadas para tratar cuadros inflamatorios o como

# REIKI

El reiki es una palabra japonesa que significa vital universal; rei significa universal y se refiere a la parte espiritual, a la esencia 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 está presente, fluyendo, en todos los organismos vivos, cuando la energía ki sale del cuerpo, esa energía deja de tener vida. El reiki es un proceso de encuentro de estas dos energías: la energía universal con nuestra porción 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. El reiki se encuentra al alcance de todos: inclusive al alcance de los niños, ancianos y enfermos. Todos podemos ser un canal de Reiki; no existe límite de edad, ni exige ninguna condición previa. El entrenamiento de la técnica no dura mucho, y cada nivel puede enseñarse en seminarios de un día. La cultura occidental está basada en una concepción newtoniana-carlesiana, que busca por el estudio de las partes para llegar al todo. Esta concepción se encuentra

## Referencias bibliográficas

Hidalgo-Tallón, FJ, & Torres, LM. (2013). Ozonoterapia en medicina del dolor: revisión. *Revista de la Sociedad Española del Dolor*. 20 (6), 291-300.

<https://dx.doi.org/10.4321/S1134-80462013000600003> De'Carli, Johnny. (2006).

Guzmán, S. H., Díaz, R.S. & Gonzáles, M.M. (2017). *Plantas Medicinales la Realidad de una Tradición Ancestral*. Instituto Nacional de Investigaciones Forestales, Agrícolas y Pecuarias, Centro de Investigación Regional Centro Campo Experimental Bajío. [https://vun.inifap.gob.mx/VUN\\_MEDIA/BibliotecaWeb/\\_media/\\_folletoinformativo/1044\\_4729\\_Plantas\\_medicinales\\_la\\_realidad\\_de\\_una\\_tradici%c3%b3n\\_ancestral.pdf](https://vun.inifap.gob.mx/VUN_MEDIA/BibliotecaWeb/_media/_folletoinformativo/1044_4729_Plantas_medicinales_la_realidad_de_una_tradici%c3%b3n_ancestral.pdf)

Reiki Universal: usui, tibetano, kahuna y osho. EDAF

<https://docplayer.es/14364394-Maestro-johnny-de-carli-r-e-i-k-i-universal-usuitibetano-kahuna-y-osho-incluye-todos-los-simbolos-bolsillo-edaf.html>