



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Cielo Brissel Fernández Colín

Control de lectura

Interculturalidad y salud II

PASIÓN POR EDUCAR

2"B"

Comitán de Domínguez Chiapas a 31 de mayo de 2023

OZONOTERAPIA

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. Ya existe una organización médica en torno a la ozonoterapia y hay asociaciones profesionales que garantizan la buena praxis y se enseña la ozonoterapia en master y cursos de expertos de diversas universidades. Se calcula que en el mundo hay más de 26.000 médicos expertos en ozonoterapia y en Europa son tratados anualmente en torno a los 10 millones de pacientes. El ozono es una molécula formada por tres átomos de oxígeno en lugar de los dos de los que se compone la molécula de oxígeno. 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. Las formas de aplicación del ozono médico son básicamente tres: la tópica, infiltrativa y sistémica.

Generalidades

El uso de las infiltraciones de O_2/O_3 para tratar patología músculo-articular cada vez está más extendido. C. Verga fue el primero en descubrir las aplicaciones de ozono intramuscular, a nivel paravertebral y en los puntos gatillo, en pacientes con lumbalgia crónica. Posteriormente en la década de los 90, se extiende su uso para tratar poliartritis aguda y crónica, tendinitis, epicondilitis, síndrome del túnel carpiano y dolores miofasciales. A pesar de su uso cada vez más frecuente, los niveles de evidencia son escasos, posiblemente por limitación casi exclusiva de su uso en el ámbito de la medicina privada. Carmona realizó una revisión sistemática en el año 2006 sobre la efectividad de la ozonoterapia en las enfermedades reumáticas en general, concluyendo que no existen ensayos clínicos de calidad, que la mayoría de los trabajos están publicados en revistas de bajo impacto y que la metodología entre los distintos estudios es muy variable. Pero aunque los ensayos clínicos sean escasos, sí hay trabajos científicos menores ilustrando el empleo del ozono.

PLANTAS Medicinales

Dr. Sergio
Figueroa
Cielo Fernández

En México es muy común el uso de las plantas medicinales en la medicina natridicional. Se utiliza la mayor parte de la planta dependiendo de la afección o de lo que la receta indique, aunque lo más común es utilizar las hojas. Estas plantas se pueden consumir de distintas maneras como puede ser de manera directa, en infusiones o bien en forma homeopática. En la mayoría de los casos se desconoce el o los principios activos químicos relacionados con los efectos benéficos que se les atribuye. En México hay un sinnúmero de plantas medicinales que son de uso tradicional.

ARNICA Se describen dos especies de arnica una *Heterotelea inuloides* o *arnica mexicana* (acáñotal) y la *arnica montaña* L. (estornudadera o tabaco de montaña). **USO TRADICIONAL:** Para cuadros inflamatorios, como antimicrobianos, antioxidantes, para el tratamiento de contusiones, esguinces, problemas reumáticos, heridas, hematomas, dolor y angina. **COMPOSICIÓN QUÍMICA:** Chamisso-nolida, helenalina, hidrohelenalina, fenólicos y flavonoides. **EVALUACIÓN CIENTÍFICA:** Los estudios científicos que apoyan el uso del arnica son variados. Por ejemplo, la planta fue utilizada en formulaciones homeopáticas para tratar dolencias inflamatorias en humanos con buenos resultados.

EPAZOTE La palabra epazote proviene del Nahuatl *epatl*, hierba fétida y *tzotl*, dulce, que se refiere al olor tan fuerte que tiene. **USO TRADICIONAL:** Los tes de las hojas, raíces e inflorescencias del epazote ha sido utilizado por siglos de manera tradicional por diferentes poblaciones de América Latina y el Caribe. **COMPOSICIÓN QUÍMICA:** Se ha reportado que el aceite de epazote contiene cuatro monoterpenos hidroperoxidados además del ascaridol. **EVALUACIÓN CIENTÍFICA:** Varios estudios científicos demostraron la actividad antiparasitaria contra *Trypanosoma Cruzi*, *Plasmodium alciaparum* y *Leishmania amazonensis*.

REIKI

Dr. Sergio Jiménez Rutz
Cedula Profesional
3747715
Cielo Fernández

Es una palabra japonesa que significa energía 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, manteniendolos vivos, y está presente, fluyendo, en todos los organismos vivos. El **reiki** es un proceso de encuentro de esas 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. También es una energía semejante a ondas de radio y puede ser aplicada con eficacia, tanto localmente como a distancia. Es una energía inofensiva, sin efectos secundarios, sin contraindicaciones, compatible con cualquier tipo de terapia o tratamiento. Es práctica, segura y eficiente y por medio de la técnica, equilibra los siete chakras o centros de fuerza sutil de energía, localizados entre la base de la columna y la parte superior de la cabeza.

VENTAJAS y BENEFICIOS: Se encuentra al alcance de todos, inclusive de los niños, ancianos y enfermos. No existe un 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 solo día. La técnica es segura, sin efectos secundarios ni contraindicaciones, siendo compatible con cualquier otro tipo de terapia o tratamiento. No es un sistema religioso o filosófico que proponga restricciones ni tabúes. No utiliza talismanes, rezos, mentalizaciones, visualizaciones, fe, ni ningún objeto, para su aplicación práctica. La energía no es manipulativa; el paciente coloca simplemente las manos y la energía fluye en la intensidad y en la calidad determinada por quien la recibe. El terapeuta no necesita conocer el diagnóstico de la patología para efectuar con éxito el tratamiento. Alivia rápidamente los dolores físicos. Puede utilizarse tanto en el tratamiento de uno mismo, como en el tratamiento de otras personas, plantas y animales.

BIBLIOGRAFÍA

- Hidalgo-Tallón, F. J., & Torres, L. (2013). Ozonoterapia en medicina del dolor: revisión. 20(6), 291–300.
- Horacio, S., Maldonado, G., Díaz Huacuz, R., & González Chavira, M. (n.d.). PLANTAS MEDICINALES LA REALIDAD DE UNA TRADICIÓN ANCESTRAL.
- DE, J. (2023). Maestro JOHNNY DE CARLI R E I K I Universal Usui, Tibetano, Kahuna y Osho (Incluye todos los símbolos) BOLSILLO - EDAF - PDF Free Download. Docplayer.es.