



**Jorge Yair Alvarado Ramírez**

**Dr. Jiménez Ruiz Sergio**

**“Control de lectura Tercer parcial”**

**Interculturalidad y salud II**

**Grado: 2**

**Grupo: “C”**

Comitán de Domínguez Chiapas a 01 de junio de 2023.

Jorge Yair Alvarado Ramirez 2-C 10/05/23

Dr. Sergio  
Jimenez Ruiz

## Ozonoterapia

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. Existe una organización médica en torno a la 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 en lugar de los dos que conforma 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: 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 bolsas de cierre hermético, o mediante agua o aceites ozonizados. El ozono infiltrado a concentraciones de entre 4 a 30  $\mu\text{g}/\text{m}$  es útil para tratar afecciones del sistema locomotor, tales como artritis, tendinitis, miositis, fascitis o dolo-



Jorge Yair Alvarado Ramirez  
Tema 2

17-mayo-23

Dr. Sergio  
Jimenez Ruiz

# 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 afección 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. El uso de terapias complementarias, que incluyen los remedios con plantas, es una práctica común y continua extendiéndose a nivel mundial. Los remedios con plantas se usan tradicionalmente en una variedad de presentaciones y una gran variación de dosis que llegan hasta la más extremadamente bajas. En la mayoría de los casos se desconoce el o los principios activos químicos relacionados con los efectos beneficiosos 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 completarse.



Jorge Yair Alvarado Ramirez

2-C

23-mayo-23

Dr. Sergio Jiménez Ruiz  
Cedula Profesional  
3747715

# Reiki

El Reiki no puede ser aprendido por medio de libros, folletos ni cintas de video o de audio; para convertirse en un practicante es necesario recibir, personalmente la iniciación por parte de un maestro debidamente capacitado para ello. Tras la iniciación, este libro y ningún otro es considerado como un manual de autoaprendizaje. El que se dispone a practicarlo sin la debida iniciación, no estará utilizando la energía Reiki, y si estara comprometiendo su propia energía con resultados perjudiciales para su salud. Para utilizar la técnica de Reiki, es imprescindible encontrarse antes un maestro capacitado. ¿Que es el Reiki? Es una palabra japonesa que significa energía vital universal; en la actualidad la palabra se esta utilizando para identificar el sistema usuni de curación natural, nombre dado en homenaje a su descubridor, Mikao Usui. Reiki 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

## Bibliografías:

- Hidalgo Tallón, F.J., & Torres, L. (2013). Ozonoterapia en medicina del dolor: revisión. *Revista de la Sociedad Española del Dolor*. 20(6), 291-300.
- Guzmán Maldonado, S. H. Díaz Huacuz. R. S. & González Chavira, M. M. (2017). *Plantas medicinales. La realidad de una tradición ancestral*. Instituto Nacional de investigaciones forestales, agrícolas y pecuarias.
- Johnny de Carli. R. (s.f.). *Reiki Universal*. Editorial EDAF.