



Miguel Angel Calvo Vazquez

Sergio Jiménez Ruiz

**“Ensayo de los temas de primer
parcial”**

Interculturalidad y Salud II

PASIÓN POR EDUCAR

Segundo “C”

Introducción:

Este ensayo tiene como principal motivo informar sobre las culturas indígenas y medicina de los altos de Chiapas basada en una comprensión profunda de la relación entre la salud del cuerpo y la salud del espíritu, y a menudo involucra la participación activa del paciente en su propio proceso de curación, la fangoterapia implica el uso de la arcilla o barro para tratar problemas de piel y la hidroterapia por su parte utiliza el agua en diferentes formas, como baños, compresas y vapor estas son técnicas utilizadas por muchas culturas para tratar enfermedades y dolencias.

En las comunidades indígenas de todo el mundo tienen una rica historia de tradiciones que se han transmitido de generación en generación. Estas tradiciones se basan en su conexión que tienen con la tierra y en sus creencias espirituales, y brindan un sentido de identidad y pertenencia de quienes las practican. Desde ceremonias culturales hasta prácticas curativas tradicionales, estas costumbres son una parte integral de la vida de muchos pueblos indígenas. Ayudan a preservar su cultura y mantenerla viva para las generaciones futuras. Al comprender estas tradiciones, podemos obtener información sobre las formas únicas en que las comunidades indígenas ven el mundo que las rodea. Las comunidades indígenas han mantenido durante mucho tiempo tradiciones que están profundamente arraigadas en su cultura e historia. Estas tradiciones han servido para preservar el patrimonio de estas comunidades y mantener vivas sus historias durante generaciones. Desde la narración de cuentos hasta las danzas tradicionales, las ceremonias y las prácticas espirituales, la preservación del idioma, son esenciales para que los pueblos indígenas para que mantengan su identidad y conexión con la tierra, brindando un sentido de pertenencia y propósito en un mundo de constante cambio, estas costumbres son partes integrales de la vida indígena. Al comprender y respetar estas tradiciones, podemos aprender más sobre la historia de los pueblos indígenas y obtener una mayor apreciación de su cultura.

Este artículo explorará el uso de medicamentos locales en los Altos de Chiapas y examinará cómo se pueden utilizar como parte de un enfoque holístico de la atención médica. Los Altos de Chiapas albergan algunas de las medicinas tradicionales más singulares y diversas del mundo. Estas medicinas locales, derivadas de plantas, animales y minerales que se encuentran en la región, han sido utilizadas por los pueblos indígenas durante siglos para tratar una variedad de dolencias. En los últimos años, ha habido un mayor interés en estos medicamentos debido a sus posibles beneficios para la salud y su capacidad para abordar

problemas de salud más modernos. Estos remedios se han transmitido de generación en generación y todavía se utilizan hoy en día para tratar una variedad de dolencias. Además de los tratamientos médicos tradicionales, los lugareños también usan medicinas locales como parte de su vida diaria, desde tés hechos de plantas nativas para la salud y el bienestar general hasta aplicaciones para las afecciones de la piel, estos remedios naturales ofrecen una forma alternativa de cuidado de la salud que es segura y efectiva. Tras esto personas recurren a las medicinas locales en los Altos de Chiapas como una forma alternativa de atención médica.

La fangoterapia es una terapia creativa busca combinar el uso clásico de la arcilla y el barro con modernas técnicas de masaje. Es un enfoque holístico de la curación que ayuda a minimizar el estrés, mejorar la calma física y mental y promover la salud en general. La terapia se basa en la aplicación de arcilla o barro tibio sobre superficies de concreto al cuerpo humano, lo que ayuda a relajar los músculos tensos y estimular la circulación sanguínea. También se puede utilizar como masaje para una intensa relajación y alivio del dolor. La terapia de barro se puede usar para tratar una variedad de afecciones, como tensión muscular, artritis, dolor en las articulaciones, dolores de cabeza, problemas relacionados con el estrés, problemas digestivos, afecciones de la piel y más. Este enfoque único para la curación ha ganado popularidad entre quienes buscan formas alternativas de terapia que brinden beneficios a largo plazo.

La hidroterapia es una forma de fisioterapia que utiliza agua para ayudar a las personas a recuperarse de lesiones, reducir el dolor y mejorar su bienestar general. Se ha utilizado durante siglos para tratar diversas dolencias y afecciones, como artritis, dolor en las articulaciones, espasmos musculares y lesiones deportivas. La hidroterapia también se puede utilizar para reducir el estrés y promover la relajación. Al usar agua a diferentes temperaturas y presiones, la hidroterapia puede dirigirse eficazmente a áreas específicas del cuerpo para ayudar a acelerar el tiempo de recuperación o aliviar el dolor. Con el uso de tecnología moderna, como jacuzzis y spas, la hidroterapia se está volviendo cada vez más popular como una forma de relajarse y mejorar la salud física.

Bibliografía

Oa, D. E. H. (s/f). Asociación Nueva Antropología A.C. Distrito Federal, México. Redalyc.org. Recuperado el 16 de marzo de 2023, de <https://www.redalyc.org/pdf/159/15915677002.pdf>

Peralta, H. G. (s/f). LOS USOS Y COSTUMBRES EN LAS COMUNIDADES INDÍGENAS DE LOS ALTOS DE CHIAPAS COMO UNA ESTRUCTURA CONSERVADORA! Org.mx. Recuperado el 16 de marzo de 2023, de <https://www.scielo.org.mx/pdf/ep/n5/0185-1616-ep-05-121.pdf>

Bourgeois, P. (2016). El extraordinario poder curativo de la arcilla. DVE Italia & Agenzia Internazionale. <https://books.google.at/books?id=G3JrDQAAQBAJ>

Hidroterapia Concepto, indicaciones y contraindicaciones. Principios generales. Tipos de agua. Temperatura del agua. Efectos fisiológicos terapéuticos. Técnicas hidroterápicas: baños, compresas y envolturas, abluciones, proceso hidrocínético. (s/f). Sld.cu. Recuperado el 16 de marzo de 2023, de <https://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-bal/hidroterapia3.pdf>