



# Mi Universidad

## Cuadro sinóptico

Jonathan Omar Galdámez Altamirano

Parcial: III

Interculturalidad y salud II

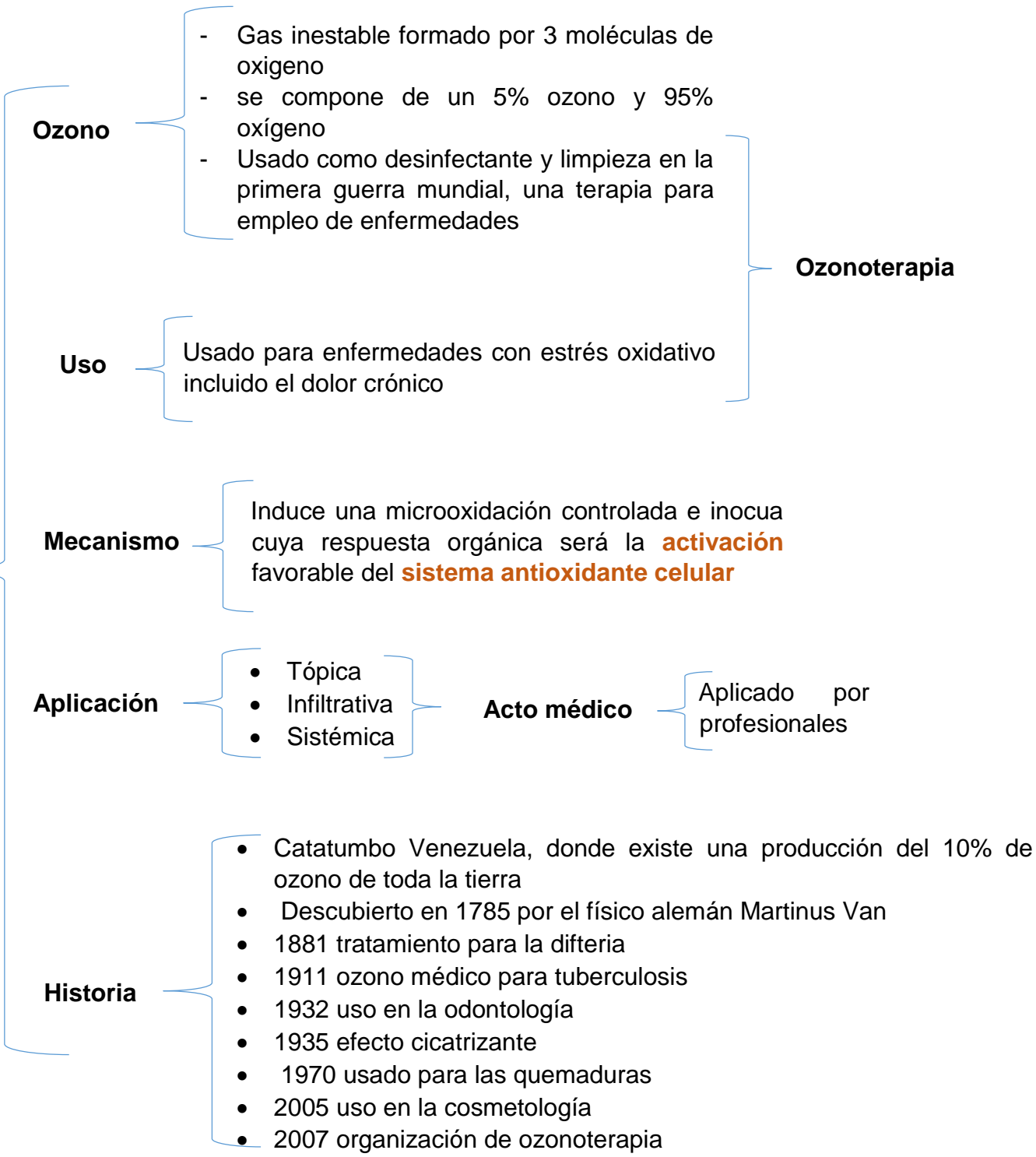
Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Licenciatura en Medicina humana

Semestre: II

Comitán de Domínguez Chiapas, a 24 de mayo del 2024

# OZONOTERAPIA



# PLANTAS MEDICINALES

## Historia

- Culturas Náhuatl y Maya { Salud requerida por medio de tratamientos naturales para sanar y tratar enfermedades
- Conquista de México { Fray Bernardino de Shaagún, se interesó por los mitos, las costumbres, enfermedades y recursos vegetales

## Características

- Herbolaria** { Recurso básico para la cura de enfermedades, que cuentan con compuestos químicos farmacológicos
- Diversidad** { Diversidad de plantas para infusiones, cataplasmas y ensaladas para la curación de los diferentes padecimientos
- OMS** { El 80% de la población ha utilizado recursos herbolarios
- Conabio** { + de 40 mil especies son igual al 15% de componentes medicinales

## Plantas medicinales

- Vaporrub – **Descongestionante** para tos seca y disminuye síntomas de resfriado
- Bugambilia – **Expectorante** (elimina mucosidad en las vías respiratorias altas)
- Hoja santa – Ayuda a disminuir la fiebre y ayuda al buen funcionamiento intestinal (disminuye dolor estomacal)
- Espinosilla – Previene la caída de cabello y la aparición de caspa (ayuda con el dolor de cabeza)
- Maguey – **Antiséptico y desinflamatorio** (disminuye el dolor estomacal)
- Hierba dulce – **Antipertensiva** usada para la tos, aplicada como cicatrizante, posee propiedades astringentes y antidiuréticas
- Árnica – Activa al sistema inmune alivia, esguinces, problemas reumáticos heridas hematógenas y dolor
- Hierbabuena – Usado en alimentos y para dar sabor a productos industriales refrescantes
- Manzanilla – Antiinflamatoria
- Stevia – Trata a la Diabetes Mellitus
- Sábila – Cicatrizante y exfoliante
- Epazote – Desparasitante

# REIKI

## Diseño simbólico

- Cho Ku Rei: El (símbolo de poder)
- Sei He Ki: El (símbolo mental/emocional)
- Hon Sha Ze Sho Nen: El (símbolo de la distancia o símbolo del tiempo)
- Dai Ko Myo: El (símbolo maestro o símbolo de la iluminación)
- Raku: El (símbolo del rayo)
- Antahkarana: Conocido como el (símbolo de la conciencia superior)

## cuadros motivos de Reiki

diseños gráficos que se utilizan como foco de energía durante las sesiones de Reiki. Cada símbolo en estos cuadros tiene un significado específico y se relaciona con diferentes aspectos del cuerpo y la mente

## Beneficios de los cuadros motivos de Reiki

- **Desbloqueo energético:** Los cuadros motivos ayudan a desbloquear la energía en áreas específicas del cuerpo, permitiendo que fluya libremente.
- **Equilibrio emocional:** Al meditar con estos símbolos, puedes enfocar tu mente, reducir el estrés y la ansiedad, y mejorar tu bienestar emocional.
- **Mejora física:** Al utilizar los cuadros motivos, puedes promover la curación física al estimular la circulación sanguínea y aliviar dolencias

## Origen

El Reiki es una **terapia japonesa** en el siglo XX por Mikao Usui que busca armonizar la energía vital que fluye por nuestro cuerpo y que influye en nuestra salud y bienestar

## Aplicación

reducción del estrés, la relajación muscular, la mejora del sueño, la reducción de la ansiedad y la depresión, la mejora de la autoestima y la reducción de los síntomas de algunas enfermedades.

## Bibliografías:

1. Hidalgo F.J, Tallón L.M. (2013) Ozonoterapia en medicina del dolor. Revisión Vol.20. Editorial SciELO .
2. Guzmán Maldonado H., Díaz R y Gonzales Chavisa M. (2017). Plantas medicinales; la realidad de una tradición ancestral.
3. Carlireik, J. (2016). Universal Usui, Tibetano, Kanuna y Osho. Reiki universal, editorial BOLSILLO-EDAF, Madrid. 3ª. Edición, Junio