



Mi Universidad

Ensayo

Rodolfo Alejandro Santiago Gómez

Parcial I

Interculturalidad y salud II

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Medicina Humana

Segundo semestre

Comitán de Domínguez, Chiapas a 15 de marzo de 2023

Las tradiciones arraigadas en las comunidades indígenas, la medicina local en los Altos de Chiapas, la fango terapia y la hidroterapia son temas muy importantes para la medicina ya que nos permiten adentrarnos en la cultura y en las prácticas ancestrales que han sido transmitidas de generación en generación, y no solamente en Chiapas, sino en todo el mundo.

Las tradiciones arraigadas en las comunidades indígenas son muy importantes ya que son una parte fundamental de sus identidades y sus formas de vida. Estas tradiciones abarcan diversos aspectos, como la vestimenta, la música, la danza, la religión y la alimentación. Cada comunidad indígena tiene sus propias tradiciones y costumbres, lo que refleja la diversidad y la riqueza cultural de los pueblos originarios. Las tradiciones arraigadas en las comunidades indígenas también constituyen un patrimonio cultural que ha sido transmitido de generación en generación. Estas tradiciones abarcan una amplia gama de prácticas y costumbres que reflejan la identidad y la forma de vida de estos pueblos originarios. Como en los Altos de Chiapas, una región montañosa y de gran belleza natural, la medicina local desempeña un papel crucial en el cuidado de la salud de las comunidades indígenas. Estas prácticas medicinales se basan en el conocimiento ancestral de las plantas medicinales y en la sabiduría transmitida de generación en generación. Los curanderos y parteras son figuras importantes en estas comunidades, ya que poseen un profundo conocimiento de las propiedades curativas de las plantas y saben cómo aplicarlas para tratar diferentes dolencias.

Así mismo la fango terapia es una de las prácticas más utilizadas en los Altos de Chiapas ya que ha ganado popularidad en los últimos años debido a sus beneficios para la piel y el cuerpo. Consiste en aplicar barro o arcilla en el cuerpo, generalmente en forma de mascarillas o envolturas, con el fin de limpiar, exfoliar y revitalizar la piel. Esta terapia se basa en la idea de que el barro contiene minerales y nutrientes que pueden ser absorbidos por la piel, mejorando su apariencia y salud.

En estas comunidades de los Altos de Chiapas, el barro utilizado en la fango terapia es recolectado de fuentes locales, como lagos y ríos, y es procesado de manera artesanal para su uso terapéutico. El barro se aplica en forma de mascarillas o envolturas en todo el cuerpo, permitiendo que los minerales y nutrientes del barro sean absorbidos por la piel. También para ellos la fango terapia no solo es un tratamiento para el cuerpo, sino también una forma de conexión con la naturaleza y una manifestación de su identidad y cosmovisión.

Es importante destacar que la fango terapia en los Altos de Chiapas se realiza de manera respetuosa con el medio ambiente y sostenible. Las comunidades indígenas tienen un profundo respeto por la naturaleza y utilizan los recursos de manera consciente y responsable. Ya que la recolección del barro se realiza de manera controlada para evitar el agotamiento de los recursos naturales y se promueve la conservación de los ecosistemas.

Por otro lado, la hidroterapia se refiere al uso del agua con fines terapéuticos. Desde tiempos antiguos, el agua ha sido considerada como un elemento sanador. Las terapias de agua, como los baños termales, saunas, jacuzzis y duchas de contraste, se utilizan para relajar los músculos, aliviar el estrés, estimular la circulación sanguínea y promover la desintoxicación del cuerpo. Estas terapias también pueden tener efectos positivos en el sistema respiratorio y en el sistema nervioso. En las comunidades de los Altos de Chiapas, la hidroterapia se realiza tanto en entornos naturales como en espacios construidos específicamente para este propósito. Los ríos y lagos son utilizados para baños terapéuticos, donde las personas sumergen sus cuerpos en el agua para recibir los beneficios curativos. Como también se utilizan fuentes de agua caliente, como manantiales o pozas, para realizar baños de inmersión caliente, que ayudan a relajar los músculos y aliviar el estrés.

La hidroterapia se cree que el agua, en sus diferentes temperaturas y movimientos, tiene propiedades terapéuticas que ayudan a mejorar la circulación sanguínea, aliviar el dolor, promover la relajación y fortalecer el sistema inmunológico.

Además de los beneficios físicos, la hidroterapia también desempeña un papel importante en el aspecto espiritual y emocional de las comunidades indígenas de los Altos de Chiapas. Para ellos, el agua es considerada sagrada y se le atribuyen poderes purificadores y sanadores. Los rituales y ceremonias relacionados con la hidroterapia son realizados como una forma de conexión con la naturaleza y los antepasados, y como una manifestación de su identidad cultural.

Las tradiciones arraigadas en las comunidades indígenas, la medicina local en los Altos de Chiapas, la fango terapia y la hidroterapia son temas que nos permiten explorar y comprender sus diferentes creencias como la diversidad cultural y las prácticas ancestrales de diferentes comunidades. Estos temas nos invitan a valorar y respetar las tradiciones y conocimientos transmitidos de generación en generación, así como a aprovechar los beneficios terapéuticos que ofrecen la fango terapia y la hidroterapia. Así mismo comprender y valorar las tradiciones arraigadas en las comunidades indígenas, como la fango terapia y la hidroterapia, es de suma importancia por varias razones. Una es que estas prácticas tradicionales son parte integral del patrimonio cultural de las comunidades indígenas. Representan siglos de conocimiento ancestral transmitido de generación en generación, y son una manifestación tangible de la identidad y cosmovisión de estas comunidades. Al comprender y apreciar estas tradiciones, podemos reconocer la riqueza y diversidad cultural que existe en el mundo, y promover la preservación y respeto de estas prácticas únicas. Y además, al comprender las tradiciones arraigadas en las comunidades indígenas, podemos promover una mayor inclusión y respeto hacia estas comunidades. A menudo, estas prácticas tradicionales han sido marginadas o ignoradas debido a la falta de reconocimiento y entendimiento. Al aprender sobre ellas y reconocer su importancia, podemos contribuir a la preservación de la diversidad cultural y promover un mayor respeto hacia las comunidades indígenas.

Al aprender de estas tradiciones, podemos enriquecer nuestra propia vida y contribuir a la construcción de un mundo más inclusivo y sostenible.

Referencias:

1. 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 12 de marzo de 2024, de <https://www.scielo.org.mx/pdf/ep/n5/0185-1616-ep-05-121.pdf>
2. Oa, D. E. H. (s/f). Asociación Nueva Antropología A.C. Distrito Federal, México. Redalyc.org. Recuperado el 12 de marzo de 2024, de <https://www.redalyc.org/pdf/159/15915677002.pdf>
3. (Bourgeois, 2016)
Bourgeois, P. (2016). *El extraordinario poder curativo de la arcilla*. Parkstone International. s.
<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=G3JrDQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=La+arci...#v=onepage&q=La%20arci...&f=false>
4. (S/f). Sld.cu. Recuperado el 13 de marzo de 2024, de <https://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-bal/hidroterapia3.pdf>