



Guion de podcast

Abril Guadalupe de la Cruz Thomas

Cuarto Parcial

Interculturalidad y Salud II

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Medicina Humana

Segundo Grupo "B"

Comitán de Domínguez a 28 de junio del 2024

“Mientras los ideólogos sueñan, gente más práctica tortura y mata. Y eso es concreto, eso es urgente, eso es de aquí y de ahora”.
(Prólogo para la primera edición de Operación Masacre, julio de 1957)

Bienvenidos al podcast [Las voces de los pueblos indígenas], donde exploramos los fascinantes temas de la interculturalidad y la salud. Hoy hablaremos sobre cómo la diversidad cultural impacta la salud y el bienestar de las comunidades, y cómo el empoderamiento puede transformar la atención sanitaria.

Hanna:

- Comencemos definiendo qué entendemos por interculturalidad en salud. La interculturalidad se refiere a la interacción respetuosa entre diferentes culturas, promoviendo el entendimiento y la integración de diversas prácticas y conocimientos en el ámbito sanitario.

Abril:

- La interculturalidad en salud implica reconocer y valorar las prácticas de salud tradicionales y los conocimientos ancestrales. No se trata solo de coexistencia, sino de una integración activa y respetuosa.

Hanna:

- ¿Por qué es importante la interculturalidad en el sector de la salud?

Abril:

- La importancia radica en el acceso equitativo a la atención sanitaria, la mejora de la comunicación entre pacientes y proveedores de salud, y el respeto por las creencias y prácticas culturales, lo que puede llevar a mejores resultados en salud.
- **Hanna:**
- Para entender la medicina tradicional mexicana, primero debemos conocer sus orígenes. ¿De dónde provienen estas prácticas y conocimientos?

Abril:

- La medicina tradicional mexicana tiene raíces profundas en las culturas prehispánicas, especialmente en las civilizaciones azteca, maya y otras. Estas prácticas han sido transmitidas de generación en generación, adaptándose y evolucionando con el tiempo.
- Hanna

- ¿Cuáles son los principios y la filosofía que sustentan la medicina tradicional mexicana?

Abril:

- La medicina tradicional mexicana se basa en una visión holística de la salud, donde se considera al individuo en su totalidad: cuerpo, mente y espíritu. La conexión con la naturaleza y el uso de plantas medicinales, rituales y la espiritualidad son fundamentales.
- Hanna: Para empezar, definamos qué es un sistema de atención a la salud. ¿Qué elementos lo componen y cuál es su propósito principal?

Abril: Un sistema de atención a la salud es el conjunto de organizaciones, instituciones, recursos y personas cuyo objetivo principal es mejorar la salud de la población. Incluye hospitales, clínicas, servicios de salud pública, personal médico y políticas de salud.

Hanna: Su propósito principal es proporcionar servicios de salud accesibles, de alta calidad y equitativos para todas las personas, independientemente de su situación socioeconómica.

Abril:

- Claro, los modelos más comunes incluyen:
 - **Sistema Nacional de Salud (SNS):** Financiado por el gobierno a través de impuestos generales, como el NHS en el Reino Unido.
 - **Seguro Social de Salud:**
 - **Sistema Privado de Salud:**
 - **Sistema Mixto:**
- **Hanna:** Definición de niveles de atención en salud.
- Importancia de la organización por niveles en los sistemas de salud.

Abril: Primer Nivel de Atención (Atención Primaria)

- Definición y características del primer nivel de atención.
- Objetivos y funciones de la atención primaria.
- Ejemplos de servicios y profesionales que trabajan en este nivel (médicos generales, enfermeras, promotores de salud).

Hanna: Segundo Nivel de Atención (Atención Especializada)

- Definición y características del segundo nivel de atención.
- Servicios y especialidades disponibles en este nivel (hospitales comunitarios, especialistas como pediatras, ginecólogos, etc.).

- Coordinación entre el primer y segundo nivel de atención.

Abril: Tercer Nivel de Atención (Atención Terciaria o de Alta Complejidad)

- Definición y características del tercer nivel de atención.
- Tipos de servicios y tratamientos especializados ofrecidos (hospitales de alta complejidad, unidades de cuidados intensivos, cirugía especializada, etc.).
- Importancia de la referencia y contrarreferencia entre los diferentes niveles de atención.

Hanna: Estos no solo son prácticas aisladas, sino que forman un sistema integral que abarca todas las áreas de la vida cotidiana. Son prácticas que han sido moldeadas por el entorno, la historia y la cosmovisión de cada comunidad.

Abril: Por ejemplo, en muchas comunidades indígenas de México, los usos y costumbres incluyen formas específicas de gobierno y organización social, como los sistemas de cargos, donde los miembros de la comunidad toman turnos para desempeñar roles de liderazgo y servicio.

Hanna: Las festividades y rituales son una parte vital de los usos y costumbres. Estas celebraciones no solo son momentos de alegría y convivencia, sino que también refuerzan la identidad y cohesión de la comunidad. Un ejemplo es la celebración del Día de Muertos en México, una tradición que honra a los antepasados y mantiene viva la memoria de los seres queridos que ya no están.

Abril: Los Altos de Chiapas son hogar de diversas comunidades indígenas, entre las que destacan los tzotziles y tzeltales. Estas comunidades poseen un vasto conocimiento sobre plantas medicinales y prácticas curativas que han sido transmitidas de generación en generación.

Hanna: La fagonterapia es una práctica terapéutica que combina técnicas de respiración, meditación y ejercicios físicos para promover el bienestar físico y mental. Esta terapia busca equilibrar el cuerpo y la mente, utilizando métodos naturales y enfoques holísticos.

Abril: Para empezar, hablemos de los fundamentos de la fagonterapia. Esta práctica se basa en la idea de que la respiración consciente y el movimiento controlado pueden ayudar a liberar tensiones y mejorar la salud general. La fagonterapia se inspira en diversas tradiciones de sanación, incluyendo el yoga, el tai chi y la meditación.

Hanna: La hidroterapia es una práctica terapéutica que utiliza el agua en diversas formas y temperaturas para promover el bienestar físico y mental. Esta terapia se ha utilizado durante siglos en diversas culturas y sigue siendo una herramienta valiosa en la medicina alternativa y complementaria.

Abril: Esta terapia utiliza agua en estado líquido, sólido (hielo) o vapor (vapor de agua) para tratar una variedad de afecciones. Puede incluir baños, duchas, saunas, baños de vapor, compresas frías o calientes, y más.

Hanna: La acupuntura es quizás la técnica más conocida de la MTC. Consiste en la inserción de agujas finas en puntos específicos del cuerpo para equilibrar el flujo de energía y aliviar diversas dolencias. La fitoterapia, por otro lado, utiliza hierbas medicinales para tratar una amplia gama de enfermedades

Abril: Estas son plantas que contienen compuestos bioactivos que pueden tener efectos terapéuticos. Estos compuestos pueden encontrarse en diferentes partes de la planta, como las hojas, las flores, las raíces o la corteza.

Hanna: Las plantas medicinales se pueden utilizar de diversas formas, incluyendo infusiones, tinturas, ungüentos, y aceites esenciales. Cada método de preparación puede extraer diferentes propiedades de la planta.

Abril: Vamos a explorar algunas de las plantas medicinales más comunes y sus usos terapéuticos

Hanna: La reflexología es una práctica que se basa en la aplicación de presión en puntos específicos de los pies, las manos y las orejas para promover la salud y el bienestar. Esta terapia tiene raíces antiguas y se ha utilizado en diversas culturas alrededor del mundo.

Abril: Para empezar, hablemos de los fundamentos de la reflexología. La idea principal es que existen puntos reflejos en los pies, manos y orejas que corresponden a diferentes órganos y sistemas del cuerpo. Al estimular estos puntos, se puede mejorar la función de los órganos correspondientes y promover la salud general.

Hanna: La reflexología se basa en el concepto de energía vital que fluye por todo el cuerpo. Cuando esta energía se bloquea, puede causar malestar o enfermedad. Al aplicar presión en los puntos reflejos, los reflexólogos creen que pueden liberar estos bloqueos y restaurar el equilibrio natural del cuerpo.

Abril: La reflexología ofrece numerosos beneficios para la salud. Entre ellos, se destacan la reducción del estrés y la ansiedad, la mejora de la circulación sanguínea, el alivio del dolor y la mejora de la función del sistema inmunológico. Además, puede ayudar a equilibrar el cuerpo y mejorar el bienestar general.

¡¡¡Gracias!!!

REFERENCIA BIBLIOGRAFICA

1. Salaverry, O. (2010). Interculturalidad en salud: la nueva frontera de la medicina. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública/Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 27(1), 6-7. <https://doi.org/10.1590/s1726-46342010000100002>
2. Cultura, interculturalidad y empoderamiento en la agenda del Trabajo Social <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4377998.pdf>
3. Elementos para una comunicación intercultural Revista CIDOB d'afers internacionals <http://cebem.org/cmsfiles/archivos/elementos-para-una-comunicacion-intercultural.pdf>
4. Feber, F., & L, J. (1999). Zolla, Carlos ; Argueta, Arturo (Coords.) Biblioteca de la medicina tradicional mexicana, 12 volúmenes, México: Instituto Nacional Indigenista, 1994. *Quipu*, 12(1), 99-102. <https://biblat.unam.mx/es/revista/quipu/articulo/zolla-carlos-argueta-arturo-coords-biblioteca-de-la-medicina-tradicional-mexicana-12-volumenes-mexico-instituto-nacional-indigenista-1994>
5. Chavarria, M. L. P., Gosalbez, I. P., Gil, M. L. M., & Tafalla, A. P. (2011). Análisis de la perspectiva de género en los Planes Directores del Departamento de Salud de la Generalitat de Catalunya. *Feminismo/S*, 18, 135-154. <https://doi.org/10.14198/fem.2011.18.07>
6. A, G. C., G, J. T., & C, D. L. (2001). Creencias en salud: historia, constructos y aportes del modelo. *Revista de la Escuela Nacional de Salud Pública*, 19(1), 92-101. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5079540.pdf>
7. Donneys, M. C. (1991). Educación para la salud: aspectos metodológicos. *Educación Médica y Salud*, 25(2), 194-202. <https://biblat.unam.mx/es/revista/educacion-medica-y-salud/articulo/educacion-para-la-salud-aspectos-metodologicos>
8. Argyris, C., & Schön, D. A. (1997). Organizational Learning: A Theory of Action Perspective. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 77/78, 345. <https://doi.org/10.2307/40183951>
9. Jesus, A. M. S., De Carvalho, S. P., & Soares, Â. M. (2007). Comparação entre sistemas radiculares de mudas de Coffea arabica L. obtidas por estaquia e por sementes. *Coffee Science*, 1(1), 14-20. <https://doi.org/10.25186/cs.v1i1.13>

10. Situaciones de cobertura, niveles de atención y atención primaria
<https://iris.paho.org/handle/10665.2/17488?locale-attribute=es>
11. Pastrana, P. M. (1981). La medicina tradicional de los altos de Chiapas.
<http://ci.nii.ac.jp/ncid/BB08135004>
12. Nappi, G., De Luca, S., Masciocchi, M., Fortunati, N., & Calcaterra, P. (1996). Efecto rehabilitador de la fangoterapia en la más frecuente patología del raquis. Boletín de la Sociedad Española de Hidrología Médica, 11(1), 17-23.
<https://doi.org/10.23853/bsehm.1996.0749>
13. Candeloro, J., & Caromano, F. (2007). Efeito de um programa de hidroterapia na flexibilidade e na força muscular de idosas. Brazilian Journal Of Physical Therapy, 11(4).
<https://doi.org/10.1590/s1413-3555200700040001>
14. Correa, C.E.G.(2020)Acumputura japonesa y china:su desarrollo a lo largo de la historia. Revista internacional de acupuntura,143117,122 ,<https://www.doi.org/101016/5.acu.2020.07>
15. Flix, X. T. I. (2017). La historia de la educación física escolar en España. Una revisión bibliográfica transversal para incitar a una historia social y crítica de la educación física. Espacio, Tiempo y Educación, 4(1). <https://doi.org/10.14516/ete.2017.004.001.76>
16. Mejía, R. E. (2019). El Viaje de la Homeopatía en México. Apuntes sobre una Historia Extraordinaria. La Homeopatía de México, 88(716), 36-43.
<https://biblat.unam.mx/hevila/LahomeopatiadeMexico/2019/vol88/no716/3.pdf>
17. Hidalgo- Tallon, F.J & Torres, L.M (2013). Ozonoterapia en medicina del dolor: Revisión. Revista de la sociedad española del dolor (20)6 291300, recuperado el 08 de mayo del 2024
18. Boccara, G.B.(2007). TNOGUBERNAMENTALIDAD: La formación del campo de la salud interculturalidad chungara, (39) (2). <https://doi.org/10.4067/5507-7-73.pdf>
19. De.j (2024) maestro JOHNNY DE CARLI REIKI universal usui. Tibefano, Kahuna y Osho. Barsillo-EDAF-PDF- free Bowload. Betrieved may li,202
20. Murillo- Godínez, Guillermo. Panaceas, medicinas, alternativas y similares: el auge y triunfo de la pseudociencia médica. Med interna. Mex (online) 2019, vol., 35, n. 1 (citado 2024-06-05) pp. 113-144 disponible en <http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci-artexpid=s0186-482>.
21. Da Silva, N. F., Da Silva, N. C. M., Ribeiro, V. D. S., Lunes, D. H., & De Carvalho, E. C. (2017b). Constructo e validada de un vídeo educativo sobre a reflexología podal. Revista Electrónica de Enfermagem, 19. <https://doi.org/10.5216/ree.v19.443243>.
22. Zuñido carrasco, Iván renato (2015) vudú una visión integral de la espiritual haitiana. Memorias revista digital de historia y arqueología desde el caribe (26), 152-176 recuperado el 18 de junio del 2024