



**Mi Universidad**

## **Controles de lectura.**

*Estefania Ochoa Nazar*

*3 Parcial*

*Interculturalidad y Salud II.*

*DR.Sergio Jimenez Ruiz.*

*Medicina Humana*

*2 semestre grupo B*

*Comitán de Dominguez, Chiapas A 22 de Mayo del 2024.*

## OZONOTERAPIA

La ozonoterapia en medicina es una realidad, y cada vez más profesionales haciendo uso del ozono médico como complemento terapéutico para diferentes enfermedades relacionadas con el estrés oxidativo, incluido el dolor crónico. Se calcula que en el mundo hay más de 26.000 médicos expertos en ozonoterapia, y en Europa son tratados anualmente en torno a los 10 millones de pacientes. 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 aplicaciones de ozono médico se remontan a principios del siglo pasado. El Dr. Kellogg, en su libro sobre difteria (1881) ya mencionaba el ozono como desinfectante, y en 1898 los doctores Thauerkauf y Luth fundaron en Berlín el Instituto para oxigenoterapia llevando a cabo los primeros ensayos con animales. Al aplicar este tipo de terapia, realmente estamos induciendo una "microoxidación" controlada e inocua, cuya respuesta orgánica será una activación favorable del sistema antioxidante celular. Desde un punto de vista clínico, la ozonoterapia presenta múltiples aplicaciones médico-quirúrgicas, todas ellas relacionadas con la capacidad germicida del oxígeno 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 y 30  $\mu\text{g}/\text{ml}$  es útil para tratar afecciones del aparato locomotor tales como artritis, tendinitis, miositis, fascitis o dolores miofasci-



## PLANTAS MEDICINALES LA REALIDAD DE UNA TRADICIÓN ANCESTRAL.

En México el uso de plantas medicinales a través de la medicina tradicional es una tradición ancestral. Dependiendo de la condición en cuestión o de la receta, se utilizan diferentes plantas. Las más comunes son las hojas y las flores y en ocasiones los tallos o raíces. Las plantas medicinales pueden consumirse directamente o prepararse en forma de infusiones o remedios homeopáticos. El uso de terapias complementarias, incluidas en las hierbas medicinales, es una práctica común y se está extendiendo por todo el mundo. Los antibióticos se han utilizado tradicionalmente en diferentes formas y dosis para alcanzar los niveles más bajos. En la mayoría, se desconocen los ingredientes químicamente activos asociados con estos efectos beneficiosos. En los últimos años, varios grupos de investigación se han esforzado en identificar compuestos con actividad biológica para aportar más conocimiento en este campo. Sin embargo, no se han completado miles de propiedades químicas agotadoras utilizadas en la medicina tradicional. México tiene muchas plantas medicinales de uso tradicional que son producto de una combinación de plantas medicinales precolombinas y europeas. Se recomienda para el tratamiento de afecciones o enfermedades comunes como diabetes, quemaduras y



Archa Nizar E. Aefanía.

## REIKI

El ideograma de la palabra Reiki puede escribirse con ideogramas japoneses, no expresan letra ni sonido, y sí una idea. En algunos casos, ese ideograma se encuentra reforzado con pequeñas formas que representan granos de arroz, que simbolizan la vida. El color simbólico del Reiki es el verde, que es el color de la curación, así como del amor, guarda correlación con el chakra Cardíaco, responsable por nuestro amor incondicional y por el sistema inmunológico, Reiki es luz que nos lleva de regreso a la gran luz, El bambú el Reiki tomó de la naturaleza, como símbolo, en su simplicidad, resistencia al viento (cuando sopla fuerte, resiste al viento que lo roza cuando sopla, se dobla a la vida, mostrándonos que cuando menos se oponga un ser a la realidad de la vida, más resistente se volverá para vivir con plenitud. El bambú es fuerte y sirve para la construcción de embarcaciones, muebles y edificaciones, es decir, todos los que recibieron el Reiki tienden a permanecer fuertes y resistentes. El Reiki se encuentra al alcance de todos, incluso de niños ancianos y enfermos. Todos pasamos por determinantes momentos de nuestra vida, pasamos por situaciones difíciles de sufrimiento tanto personal, como avaro. Entonces llega el conocimiento que el Reiki está disponible para todos y es inagotable. El Reiki es una energía de amor.



**APA:**

-Hidalgo-Tallón, FJ y Torres, LM (2013). Ozonoterapia en medicina de dolor.

Revisión. Revista de la sociedad española del dolor, 20 (6), 291-330. Recuperado el 07 de abril de 2024.

-Plantas medicinales, la realidad de una tradición ancestral, S. Horacio Guzmán Maldonado, Rocíos Díaz Huacuz, Mario m. Gonzales Chavira. Recuperado el 14 de abril de 2024.

-Mestro Jonny de Carli, Reiki universal, recuperado el 21 de mayo de 2024.