



**Mi Universidad**

**Ensayo**

*Jorge Santis García*

*Primer Parcial*

*Interculturalidad y Salud II*

*Dr. Jiménez Ruiz Sergio*

*Medicina Humana*

*Segundo Semestre Grupo "B"*

*Comitán de Domínguez, Chiapas. 15 de marzo del 2024*

En este ensayo abarcare los cuatro temas vistos de este primer parcial, los usos y costumbres de las comunidades, siempre existe en una comunidad, por que en una comunidad siempre hay reglas que ponen, por eso en una comunidad siempre y cuando, llegues a trabajar, siempre hay que sujetarse, a los usos y costumbres y las reglas que tiene a esa comunidad, y siempre el respeto, es ,o mejor, según Floriberto Diaz, quien fue unos de los que estudiaron la comunidades, según el una comunidad, es un cierto espacio territorial demarcado y definido por la posesión que tienen, y la historia que tienen se ha pasado de generación por generación y siempre en una comunidad tiene su propia lengua materna y siempre lo identificamos, y es una comunidad que ellos mismos, lo definen sus propios reglas y ponen, su cultura que tienen, y su nivel de economías que tienen y sus religiones distintos y ellos mismos también se sancionan lo que unos no hace bien las cosas, y no quieres que lleguen a dar ordenes que es lo que van a hacer sino que ellos mismos, hacen la justicia, y estos datos es muy importante para una comunidad, ya que ellos siempre en cuando una comunidad, tienen sus propias reglas, y actúan lo que la gente dicen, y como podemos identificar a una persona indígena, pues mas que nada una persona indígena, lo reconocamos de su vestimentas y su lengua que hablas, es esa forma de como podemos identificarlas, pies siempre hay alguien que conoce la historia de esa comunidad, y así pasa por generación por generación, y bien se sabe que en una comunidad es una sola unidad y actúan juntos, y se obligan a tener el mismo pensamiento, y no permiten que otra persona que no es de la comunidad venga y opone reglas, y bien sabemos que los usos y costumbre que hay en una comunidad, yo pienzo que ya no son originales por que siempre en cuando ya ponen a practica otras cosas fuera de otra cultura, pues más que nadas las personas de las comunidades se han cambiando por estos factores, las epidemias, colonización, y imposición de formas políticas y sociales, por hoy en día siempre siempre hay mujeres de comunidades y hombres se han casados con gentes de la ciudad, lo que no se cambia, de una persona de una comunidad, es la vestimenta y la lengua, y anteriormente en una comunidad o algunos hoy en día practican todavía lo que es el tequio, quiere decir que te obligar hacer las cosas, no mas te dicen que lo harás y tienes que hacer, por que son costumbres que tienen y no hay que rechazar o no quieres hacer por que si no te ponen a presos, y que consecuencia ha atraído la modernidad, hay muchas consecuencias una por que las culturas colonizadoras, impusieron si visión religiosas, política, científica y así va cambiando sucesivamente, por que ha ido transformando día a día, y la fangoterapia esos es unas de las formas de como curarse o el uso de la hierva de las arcilla, y cuáles son sus beneficios que le ayuda a la gente, fue en Egipto quien utilizo por primera vez y reconocieran sus beneficios que tienen a las arcillas, y lo ocupaban a los médicos faraones,

y las arcillas tiene muchos beneficios hoy en día seguimos utilizando aunque no es una hierba natural si o que algunos medicamentos ya traen las arcillas por ejemplo el caolín pectina, y desde la época del faraón lo utilizaban para heridas de la piel, para una inflamación y algunas enfermedades internas del cuerpo, y usan en quemaduras y también lo utilizaban contra las mordeduras de la serpientes, paperas, incluso la peste, y picaduras de plagas, así es el beneficio y de lo que nos ayuda a la arcilla, los orígenes de la arcillas de mineral, deriva de la descomposición de feldespato, es decir, de los silicatos de aluminio, de potasio, calcio y sodio que se forman a muy altas de temperaturas bajo la corteza terrestre y estos son los componentes que contiene la arcilla, por eso nos ayuda de muchas causas, y conocemos algunas propiedades curativas de las arcillas que son, regula la temperatura, es absorbentes, y es cicatrizante, es antiácidos, además activa la regeneración celular, y los beneficios de la salud y bienestar de las personas dependerán los tipos de arcillas y las formas de como se aplica, por que hay diferentes tipos de arcilla, la cual voy a hablar cada una de ellas, la arcilla blanca, es antibacteriana y antiinflamatoria, favorece la cicatrización de las heridas de la piel es empleada inclusive en enjuague bucal, la arcilla negra, se usa para la eliminación de contracturas musculares, la arcilla roja, mejora la circulación, cura la rigidez y desaparece la fiebre por su alto contenido de oxido de hierro, y la arcilla verde, trata afecciones de las piernas, articulaciones músculos y además absorbe la toxina en tratamientos contra la gota y otras patologías, estos son los beneficios que trae a cada tipos de arcilla, y es de gran importancia reconocer a cada una de ella y así poder saber que beneficios nos puede ayudar a cada uno de ellos, y la hidroterapia, es decir que es la utilización de l agua por sus propiedades físicas que tiene el agua, y es una rama de la hidrología que estudia la exposición externa del agua, pues mas que nada estos nos habla que es lo que nos puede beneficiar el agua así para la salud, por que desde antes y hoy en días hay partes que nos puede curar por las aguas, la climatoterapia es el uso de las climas como actividad terapéutica, talasoterapia, estudia la acción terapéutica del agua del mar y sus en tornos, balneoterapia es el tratamiento de afecciones mediante el uso combinado de la hidroterapia y la hidrología, y la psamoterapia es el empleo de la arena como vector térmico y su aplicación terapéutica, y la crenologia, es una rama de la hidrología que se ocupa de las aguas mineromedicinales en su constitución y propiedades que tienen, así que el agua tiene muchos beneficios, que nos puede ayudar para la salud, y esto es lo que se trata de la hidroterapia, mas que nada nos indica que nos puede ayudar para controlar el dolor de las artritis, artrosis, hipotonía, paresias, parálisis, columna y reducción de la marcha esto nos puede ayudar el huso de estas terapias del agua, y también nos da conocer quienes no pueden tener estas terapias, por eso es importante conocer.

## Referencias bibliográficas

- 1.- Gómez Peralta, H (2005). Los usos y costumbres en las comunidades indígenas de los altos de Chiapas como una estructura conservadora.
- 2.- Ayora Díaz, s.l. (2010). Modernidad alternativa: medicinas locales en los altos de Chiapas. Nueva antropología.
- 3.- Bourgeois, P. (2016). El extraordinario poder curativo de la arcilla.
- 4.- Alegre Alonso. Fisioterapia en reumatología Alcalá de Henares.