



**Mi Universidad**

## **CONTROLES**

*Cesar Giovanni Albores Carrillo*

*Controles de lectura*

*Primer parcial*

*Interculturalidad y salud 2*

*Dr. Sergio Jiménez Ruiz*

*Medicina humana*

*Segundo semestre grupo B*

Comitan de dominguez chiapas, 13, Marzo, 2023

## Tradiciones arraigadas en las Comunidades indígenas

Las Comunidades indígenas alrededor del mundo poseen tradiciones arraigadas que abarcan diversos aspectos de la vida, incluyendo la salud, la curación, y el bienestar. Algunas de las tradiciones incluyen:

1. Medicina tradicional: Las Comunidades Indígenas a menudo mantienen Prácticas Curativas tradicionales que involucran hierbas medicinales, rituales de curación masajes, y otras formas de tratamiento que han sido transmitidas de generación en generación.
2. Conexión con la naturaleza: La Cosmovisión de muchas personas que son parte de las Comunidades indígenas, los líderes que transmiten conocimiento. Esta conexión se manifiesta a través de Prácticas de Curación que involucran elementos naturales como el agua, las plantas y los rituales relacionados con ciclos naturales.
3. Liderazgo espiritual: En muchas de las Comunidades indígenas los líderes espirituales desempeñan un papel central en la provisión de los cuidados de salud. Estos líderes pueden tener conocimientos especiales sobre la curación espiritual y el equilibrio entre el cuerpo, la mente y el espíritu de la persona.



Dr. Sergio  
Jimenez Ruiz  
Carrillo

## Medicinas Locales en los altos de Chiapas

Las medicinas locales en los altos de Chiapas representan una parte que es muy fundamental de la cultura y la tradición medicinal en la región. La práctica de utilizar plantas medicinales para tratar enfermedades ha sido transmitida de generación en generación y constituye un aspecto importante de la vida cotidiana en muchas comunidades de Chiapas sobre todo en la zona de los altos. El conocimiento sobre las propiedades curativas de las plantas medicinales que se transmiten a través de la tradición oral y el aprendizaje práctico, y suele estar a cargo de curanderos y practicantes de la medicina tradicional. Estos remedios naturales a menudo se utilizan en combinación con las prácticas espirituales, lo que refleja la profunda conexión entre la salud física y el bienestar espiritual en la región. En los altos de Chiapas algunas de las plantas medicinales que se utilizan con mayor frecuencia incluyen, la ruda, la manzanilla, el epazote, gordolobo, aínica, aloe vera, escal. Plo, entre otras cosas. Estas plantas son valoradas por sus propiedades



## Fangoterapia

La fangoterapia es un termino que se refiere al tratamiento de las enfermedades utilizando técnicas de hidroterapia, que involucran el uso de agua y sus diferentes formas (fria, caliente, vapor etc) con fines meramente terapéuticos. El termino proviene del latín "frigidus" que significa "frio" y "hydro" que significa "agua". La fangoterapia implica el uso controlado y terapéutico del agua en sus diversas temperaturas para estimular la circulación, promover la relajación muscular, aliviar el dolor y reducir la inflamación. Algunas de las técnicas específicas de fangoterapia incluyen baños de contraste (alternar entre agua caliente y fria), envolturas húmedas, compresas frias o calientes y chorros de agua a presión. Este tipo de enfoque terapéutico ha sido utilizado durante siglos, y aunque sus aplicaciones pueden variar, la fangoterapia se basa en el principio de que el agua, en sus diferentes estados y temperaturas puede tener efectos beneficiosos en la salud y el bienestar del cuerpo. Es importante señalar que la fangoterapia puede formar parte de un enfoque holístico de la salud y como cualquier tratamiento debe ser utilizado con precaución y supervisión adecuada que sea



Dr. Sergio  
Jimenez Ruiz  
Carrillo

## Hidroterapia

La hidroterapia es una técnica terapéutica que se basa en el uso del agua con fines curativos y de rehabilitación. Se realiza en piscinas especialmente acondicionadas para este fin, donde se utilizan diferentes técnicas como masajes, ejercicios de movilidad y resistencia, y los estiramientos dentro del agua. La hidroterapia suele ser utilizada para poder tratar una extensa variedad de condiciones físicas, como lesiones musculares, artritis, problemas en la espalda y para poder mejorar la condición física en general. También puede ser útil en la rehabilitación después de una cirugía o lesión. Además de sus beneficios físicos, la hidroterapia también puede tener efectos positivos en el estado de ánimo y en la relajación. Según los usuarios de este tipo de terapias esta manera de tratarse es muy agradable y efectiva para cuidar el cuerpo y mejorar la salud en general. La hidroterapia se caracteriza por el uso de agua en sus distintas formas (fría, caliente, vapor, helada, hielo, etc) para así atribuir a esta beneficios que tiene el agua sobre el cuerpo, como el relajamiento muscular, la estimulación de la circulación sanguínea, la mejora de la movilidad articular y demás usos que

## Referencias bibliograficas

- 1.- Mansilla Lory J, Contreras-López EA. Micetoma en México prehispánico. Estudio en la colección esquelética de la cultura de Tlatilco. Rev Med inst Mex seguro soc 2009;47(3):237-242. <https://www.medigraphic.com/pdfs/imss/im/-2009/im093a.pdf>
- 2- Gonzalo Aguirre Beltrán, Programas de Salud en la situación intercultural, instituto indigenista interamericano, México, 1955.
- 3-Pamo Reyna Oscar. Medicina y Reumatología Peruanashistorias: historia y aportes. Lima, comité organizada PANLAR 2006  
<http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v29n2/a13v29n2.pdf>
- 4-Wuerts Méndez, Odalis, Orozco Hechavarría Oilda, Montoya Rivera, Jorge, Beltran Maret Maidalis y Caballero Herrera, Marcellys Y... (2013). Consideraciones antropológicas en el proceso de formación profesional del médico general. MEDISAN, 17 (10), 7021-7030