



**Mi Universidad**

**Ensayo**

*Angel Adiel Villagómez Gómez*

*Primer parcial*

*Interculturalidad y salud II*

*Dr. Sergio Jiménez Ruiz*

*Medicina Humana*

*Segundo semestre*

*Comitán de Domínguez, Chiapas a 12 de marzo de 2024*

## Entre Aguas y Barros: La Fusión Ancestral y Moderna de la Hidroterapia y la Fangoterapia en las Tradiciones de las Comunidades Indígenas

Los usos y costumbres en las comunidades indígenas de los Altos de Chiapas revelan una estructura conservadora arraigada en la historia y la identidad de estas poblaciones. Estas prácticas, conocidas como "usos y costumbres", representan formas propias de auto gobierno que se han mantenido a lo largo del tiempo, desafiando las influencias externas y resistiendo los intentos de integración al proyecto nacional.

La persistencia de estos sistemas normativos no se debe únicamente a la marginación o falta de interés por parte de las élites, sino más bien a una decisión consciente por parte de las comunidades indígenas de conservar sus propias normas y defender su identidad. En un contexto donde la lucha por la autonomía y el reconocimiento de los derechos indígenas ha sido constante, estos usos y costumbres se erigen como una forma de resistencia frente a formas ajenas de gobierno y de organización social.

La comunidad indígena en los Altos de Chiapas se define por su cosmovisión centrada en la comunidad, donde el territorio, la historia común, la lengua, la organización política y social, y el sistema de justicia comunitaria son elementos fundamentales. Esta concepción de comunidad trasciende lo físico y lo material, abarcando también aspectos espirituales y relacionales con la naturaleza.

Sin embargo, la noción de comunidad indígena se ha visto cuestionada por diversas interpretaciones y disputas sobre sus orígenes y su evolución histórica. Algunos académicos advierten sobre el peligro de idealizar la identidad indígena y de mitificar las prácticas tradicionales, señalando la necesidad de entenderlas como procesos históricos y sociales en constante cambio y negociación.

Una de las manifestaciones más evidentes de estas prácticas conservadoras es el sistema de castas que aún persiste en la región, donde los indígenas y los ladinos ocupan posiciones jerárquicas claramente definidas en la sociedad. Esta división se refleja en diversos aspectos de la vida cotidiana, desde el lenguaje y el vestuario hasta las prácticas económicas y religiosas.

El tequio, una forma de trabajo comunitario obligatorio, ejemplifica la manera en que estas estructuras conservadoras operan en la vida diaria de las comunidades indígenas. Aunque en algunos casos puede ser beneficioso para el desarrollo comunitario, en otros se convierte en un mecanismo de control y opresión por parte de los caciques locales, quienes utilizan el trabajo gratuito de los miembros de la comunidad para mantener su poder y prestigio.

En última instancia, el desafío para las comunidades indígenas de los Altos de Chiapas radica en encontrar un equilibrio entre la preservación de sus tradiciones y la adaptación a un mundo en constante cambio. Reconocer la importancia de sus usos y costumbres como expresiones de su identidad y autonomía, pero al mismo tiempo cuestionar aquellas prácticas que perpetúan relaciones de dominación y exclusión, es fundamental para construir un futuro más justo y equitativo para todos sus miembros.

El vuelo entre San Cristóbal de las Casas y la Ciudad de México se convirtió en un encuentro inesperado con la diversidad cultural a través de una revista local, Mundo Maya. Un artículo

en particular llamó mi atención al mencionar la expertise de los iloles en herbolaria tradicional, combinada con rezos, velas y sacrificios de aves de corral. Este hallazgo no solo revela la riqueza de las prácticas locales, sino también el interés por parte de ciertos sectores en divulgar esta información, quizás como una forma de ofrecer una imagen exótica de las culturas locales o de promover los tratamientos naturales en la región de los Altos de Chiapas.

El contexto de desencanto hacia los logros de la modernidad en la segunda mitad del siglo XX ha llevado a una búsqueda de alternativas en varios aspectos de la vida, incluida la medicina. Se cuestiona la racionalidad instrumental, la ciencia y la tecnología modernas, responsabilizándolas de desastres ecológicos y tragedias humanas. Este desencanto ha llevado a una demanda de enfoques médicos más holísticos y naturistas, tanto en San Cristóbal como en otras partes.

En este contexto, la medicina herbolaria se ha destacado como una opción alternativa que busca recuperar la armonía con la naturaleza y las tradiciones culturales. Sin embargo, es importante reconocer que la diversidad de prácticas médicas locales va más allá de la herbolaria y que ha sido objeto de luchas por legitimación y reconocimiento por parte de las instituciones cosmopolitas.

Las relaciones entre las medicinas locales y la medicina cosmopolita han sido complejas y están marcadas por procesos históricos de colonización y hibridación cultural. A pesar de la subordinación inicial de las prácticas locales a la medicina cosmopolita, se ha observado un proceso de apropiación y adaptación de elementos indígenas por parte de la medicina moderna.

Los poderes de la arcilla:

La arcilla, una de las sustancias manipuladas más antiguas por el hombre, ha sido utilizada desde tiempos prehistóricos. Inicialmente, el hombre prehistórico trabajaba con pedernal, luego pasó al tallado de piedras y más tarde descubrió que podía modelar la arcilla. El origen de la arcilla es mineral, derivado de la descomposición de los feldespatos, compuestos de aluminio, potasio, silicatos de calcio y sodio, que se forman a temperaturas muy altas bajo la corteza terrestre. Estos elementos, debido a la acción de los agentes atmosféricos, se descomponen en una especie de conglomerado terroso de caolín.

La maleabilidad de la arcilla se deriva principalmente del caolín, su componente principal, junto con otros elementos como el humus vegetal, la limonita, la cal, el magnesio y óxidos alcalinos.

Durante mucho tiempo, la arcilla estuvo envuelta en un halo de misterio, ya que a simple vista no revelaba sus componentes. Solo con el uso de microscopios muy sofisticados fue posible descubrir su composición. La fórmula biológica de la arcilla varía según los tipos, origen y especificidad, pero sus componentes esenciales siempre están presentes. El Centro Nacional de Estudios Científicos de Italia establece la composición de la arcilla de la siguiente manera:

- Sílice (31,14 - 41,38%)
- Alúmina (40,27 - 48,13%)
- Hierro (0,11 - 0,77%)
- Titanio (0,47 - 1,89%)

Esta composición confiere a la arcilla una serie de propiedades beneficiosas para la piel y el cuerpo humano, lo que la convierte en un ingrediente popular en productos de cuidado personal y terapias de bienestar.

La hidroterapia, un antiguo método terapéutico que se remonta a civilizaciones antiguas, ha persistido a través de los siglos como un recurso valioso en el arsenal médico. Esta práctica aprovecha las propiedades físicas del agua para promover la curación y el bienestar. En su esencia, la hidroterapia implica la aplicación externa del agua con fines terapéuticos, aprovechando tanto sus cualidades mecánicas como térmicas.

Uno de los pilares fundamentales de la hidroterapia es su relación con la hidrología, la ciencia que estudia las aguas. Dentro de esta disciplina, encontramos la crenología, enfocada en las aguas mineromedicinales y sus propiedades curativas. La climatoterapia y la talasoterapia también destacan como ramas relacionadas, explorando los beneficios terapéuticos de los climas y el entorno marino, respectivamente. La balneoterapia, una fusión de hidroterapia e hidrología, ofrece tratamientos combinados que aprovechan los efectos beneficiosos del agua junto con el entorno natural de los balnearios, brindando al paciente una experiencia completa de curación.

La hidroterapia no solo se basa en la aplicación del agua, sino también en los principios físicos que la rigen. El agua, con su alta viscosidad y tensión superficial, junto con su capacidad para disolver sustancias y participar en reacciones químicas, ofrece un medio único para la terapia. Además, las propiedades dipolares del agua permiten una amplia gama de interacciones que contribuyen a sus efectos terapéuticos.

En términos de tipos de aguas, la hidroterapia abarca una variedad de opciones, desde aguas profundas hasta superficiales, cada una con sus propias características y beneficios terapéuticos. Las aguas mineralizadas, como las cloruradas y sulfatadas, se utilizan para tratar una variedad de afecciones, desde trastornos linfáticos hasta reumáticos. La temperatura del agua también juega un papel crucial, con diferentes rangos que ofrecen efectos estimulantes, sedantes o analgésicos.

Los efectos fisiológicos de la hidroterapia son diversos y abarcan desde el efecto mecánico, que aprovecha la presión hidrostática y la resistencia al movimiento en el agua, hasta el efecto térmico, que varía según la temperatura del agua y su impacto en el cuerpo humano. Además, la hidroterapia desencadena una reacción general inespecífica en el organismo, aumentando su capacidad de defensa y bienestar. Este efecto se ve potenciado por el impacto psicológico positivo de la hidroterapia, que proporciona un ambiente relajante y una sensación de conexión con la naturaleza.

Las técnicas hidroterápicas, que van desde baños y duchas hasta envolturas y compresas, ofrecen una amplia gama de opciones para adaptarse a las necesidades individuales de los pacientes. Ya sea mediante la inmersión completa en piscinas terapéuticas o mediante baños parciales y duchas localizadas, la hidroterapia ofrece un enfoque holístico para la curación y el bienestar.

La hidroterapia, junto con la fangoterapia, representa una amalgama fascinante de conocimientos ancestrales y prácticas modernas en el ámbito de la medicina. Estas terapias no solo se basan en los principios físicos y químicos del agua y el barro, sino que también se

nutren de tradiciones arraigadas en comunidades indígenas y de las medicinas locales, como las que se practican en los Altos de Chiapas.

La rica herencia cultural de las comunidades indígenas aporta una perspectiva única a la práctica de la medicina, incorporando saberes ancestrales sobre el uso terapéutico de los recursos naturales. En lugares como los Altos de Chiapas, donde las medicinas locales han sido parte integral de la vida cotidiana durante siglos, se han desarrollado prácticas y tratamientos que se combinan armoniosamente con enfoques modernos como la hidroterapia y la fangoterapia.

La conexión con la tierra y el entorno natural es fundamental en estas tradiciones, que reconocen la importancia de la naturaleza como fuente de curación y bienestar. A través de la utilización consciente de recursos locales, como aguas termales y barro medicinal, se busca no solo tratar dolencias físicas, sino también promover un equilibrio holístico entre el cuerpo, la mente y el espíritu.

En última instancia, la integración de estas prácticas ancestrales en el contexto moderno de la medicina resalta la importancia de honrar y preservar la sabiduría de las culturas indígenas y locales. Al combinar el conocimiento tradicional con los avances científicos, la hidroterapia y la fangoterapia nos ofrecen un enfoque completo y respetuoso hacia la salud y el bienestar, que trasciende fronteras culturales y temporales.

## Referencias:

1. Gómez Peralta, H. (1995). LOS USOS Y COSTUMBRES EN LAS COMUNIDADES INDÍGENAS DE LOS ALTOS DE CHIAPAS COMO UNA ESTRUCTURA CONSERVADORA! . Scielo. Recuperado 12 Marzo. 2024, de <https://scielo.org.mx/pdf/ep/n5/0185-1616-ep-05-121.pdf>.
2. Ayora Diaz, S. (n.d.). MODERNIDAD ALTERNATIVA: MEDICINAS LOCALES EN LOS ALTOS DE CHIAPAS. Redalyc. Recuperado 12 Marzo. 2024, de <https://redalyc.org/pdf/159/15915677002.pdf>.
3. Bourgeois, P. (2016). El extraordinario poder curativo de la arcilleros dve AGENCY. Retrieved 12 Marzo. 2024, de <https://doi.org/https://books.google.es/books?hl=es>.
4. Bernal, L. (2006). Hidroterapia Recuperado 12 Marzo. 2024, de <https://doi.org/https://sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-bal/hidroterapia3.pdf>.