



Control de Lectura

Alexander Solórzano Monzón

Medicinas Alternativas Menos Comunes

Parcial III

Interculturalidad y Salud II

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Medicina Humana

Semestre II

Comitán de Domínguez Chiapas a 24 de mayo de 2024

Ozonoterapia en medicina del dolor. Revisión.

La ozonoterapia en medicina es una realidad, y cada vez hay más profesionales haciendo uso del ozono médico como complemento terapéutico para diferentes enfermedades relacionadas con el estrés oxidativo, incluido el dolor crónico. Ya existe una organización médica en torno a la ozonoterapia, y hay asociaciones profesionales que garantizan la buena praxis y se enseña la ozonoterapia en másteres y cursos de experto. El ozono es una molécula formada por tres átomos de oxígeno (O_3) en lugar de los dos de los que se compone la molécula de oxígeno (O_2). 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 ya mencionaba el ozono como desinfectante y en 1898 los doctores Thavenkauf y Luth fundaron en Berlín el instituto para oxigenoterapia, llevando a cabo los primeros ensayos con animales. El Dr. Noble Eberhart habla del uso del ozono médico en el tratamiento de enfermedades como tuberculosis, la anemia, el asma, la bronquitis, la fiebre del heno, la diabetes, etc. Las máquinas generadoras de ozono carecían de precisión y es la tecnología actual la que nos permite obtener con toda fiabilidad la mezcla idónea de ambos gases. Al aplicar este tipo de terapia, realmente estamos induciendo una "microoxidación".

Plantas medicinales

En México, el uso de las plantas medicinales a través de la medicina tradicional ancestral. Se utilizan las diferentes partes de la planta, según sea la afectación o la receta en cuestión. Lo más común es usar hojas y las flores y esporádicamente, el tallo o la raíz. Estas plantas pueden consumirse o bien prepararse como infusiones o en presentación homeopática. La autoridad europea de seguridad alimentaria (EFSA) publicó un compendio de especies vegetales que contienen sustancias que presentan un posible riesgo o se tiene cierta sospecha de algún efecto negativo sobre la salud. Esto debe obligar al público en general a tener ciertas reservas al momento de consumir estas plantas; principalmente las poco estudiadas. En México existe un sin número de plantas medicinales de uso tradicional, producto de la combinación de la herbolaria precolombiana y la europea. Las siguientes plantas son ampliamente conocidas por el público y ser de uso general. Además de ser recomendadas para tratar malestares o enfermedades muy comunes como la diabetes, quemaduras y problemas estomacales, entre otros.

Las especies seleccionadas son: arnica, eozote, hierbabuena, insulina, larva, manzanilla, stevia y sábila.

Antes de utilizar cualquier planta medicinal para tratar algún padecimiento, sobre todo aquellos que son de alto riesgo, se sugiere primero que consulten a un facultativo ya que no se recomienda sustituir un tratamiento prescrito por un remedio casero.

Reiki universal

Que es

Palabra japonesa que significa energía vital universal; en la actualidad el nombre o palabra se utiliza para identificar el Sistema Usui de Curación Natural (Usui Shiki Ryoho)

Rei: significa universal y se refiere a la parte espiritual, a la esencia energética cósmica.

Ki: es la energía vital individual que rodea nuestro cuerpo, manteniéndonos vivos y se encuentra fluyendo todo nuestro cuerpo; cuando la energía del ki sale de nuestro cuerpo este deja de tener vida.

El Reiki es un proceso de encuentro de esas dos energías: la energía universal con nuestra porción física. El Reiki es una energía semejante de ondas de radio, y puede ser aplicada con eficacia, tanto localmente como a distancia. Es una energía inofensiva, sin efectos secundarios, sin contraindicaciones, compatible con cualquier tipo de terapia o tratamiento.

Es práctica, segura y eficiente, por medio de la técnica, equilibra los siete chakras o centros de fuerza sutil de energía, localizados entre la base de la columna y parte superior de la cabeza. Usado para recuperar y mantener la salud física, mental, emocional y espiritual; es un método natural de equilibrar, restaurar, perfeccionar y curar, creando un estado de armonía al ser.

Ventajas y beneficios

- Se encuentra al alcance de todos (niños, ancianos, etc.)
- La técnica es segura, sin efectos secundarios, ni contraindicaciones, compatible con otras terapias.

Bibliografía

1. Torres, F. J.-T. (2013). Ozonoterapia en medicina. *Rev Soc Esp Dolor*, 291-300. Obtenido de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-80462013000600003
2. S. Horacio Guzmán Maldonado, R. S. (2017). *Plantas medicinales la realidad de una tradición ancestral*. México . Obtenido de https://vun.inifap.gob.mx/VUN_MEDIA/BibliotecaWeb/_media/_folletoinformativo/1044_4729_Plantas_medicinales_la_realidad_de_una_tradici%C3%B3n_ancestral.pdf
3. Juan, S. J. (2000). *Reiki universal* . Madrid : EDAF. Obtenido de <https://docplayer.es/14364394-Maestro-johnny-de-carli-r-e-i-k-i-universal-usui-tibetano-kahuna-y-osho-incluye-todos-los-simbolos-bolsillo-edaf.html>