



Mi Universidad

Control de lectura

Carlos Adrián Álvarez López

Parcial III

Interculturalidad y salud II

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Licenciatura en medicina humana

Segundo semestre grupo C

Comitán de Domínguez, Chiapas a 24/Mayo/2024

Carlos Adrián Álvarez López

Ozonoterapia en medicina del dolor.

El artículo nos explica que la ozonoterapia ha surgido como una práctica médica establecida que ha ido en crecimiento, esta práctica utiliza una combinación de oxígeno y ozono para poder llevar a cabo una variedad de condiciones médicas que están relacionadas con el estrés oxidativo. El enfoque de la ozonoterapia se ha consolidado como una disciplina reconocida, y ha sido respaldada por asociaciones profesionales y programas de formación universitaria, como es en el caso de el Curso de Experto Universitario en Ozonoterapia ofrecido por la Universidad de Sevilla, así como otras instituciones educativas. También, la ozonoterapia ha sido integrada a los diferentes servicios de unidades especializadas, lo que resalta la relevancia y aceptación que ha generado en el ámbito médico. Al rededor del mundo hay más de 26,000 médicos expertos en ozonoterapia. Se nos menciona que en el Ministerio de Sanidad español ha incluido a la ozonoterapia en su lista de servicios de sus unidades de dolor y todo este alto nivel de aceptación nos muestra la confianza en la eficacia de esta terapia y su capacidad para complementar otros enfoques terapéuticos en el tratamiento de enfermedades crónicas y agudas. El fundamento científico de la ozonoterapia, se basa en la naturaleza del ozono, la o el cual es una molécula compuesta por tres átomos de oxígeno que exhibe propiedades antioxidantes y germicidas. Se habla de que la mezcla de oxígeno má

Carlos Adrián Álvarez López

Plantas medicinales. La realidad de una tradición ancestral

Se nos menciona que la utilización de plantas con un fin medicinal es una práctica la cual está arraigada desde los tiempos ancestrales de México. Todo este uso de herbolaria, es una combinación de conocimientos de herbolaria precolumbina y europea. En esta práctica se emplean diversas partes de plantas, como hojas, flores, tallos o raíces, y esto dependerá de la afección a tratar, o de la receta que se usará. A pesar de que es una práctica ampliamente usada, la comprensión científica de estas plantas y los efectos que tienen aún es muy limitada. Se nos menciona que actualmente la identificación de los compuestos químicos responsables de sus efectos beneficiosos aún está en curso, pero aún habiendo estudios, la caracterización completa de las miles de especies que son utilizadas en estas prácticas aún está lejos de completarse. Además, se menciona que aún hay preocupaciones sobre la seguridad de su uso, ya que algunas especies pueden contener sustancias con posibles riesgos para la salud. Se nos presentan diferentes tipos de plantas que son usadas con fines medicinales, comenzando con el árnica. El árnica, tiene una especie mexicana y una especie europea, pero ambas han sido utilizadas tradicionalmente para tratar inflamaciones, para su uso como antioxidante y como antimicrobiano, también se ha utilizado para eliviar contusiones.

Carlos Adrián Álvarez López

REIKI

Como introducción se nos explica que el reiki es un sistema de sanación natural conocido como el Sistema Usui. La palabra reiki proviene del idioma japonés y está compuesto por dos partes, "Rei" que significa "universal" y se refiere a la energía cósmica espiritual que está presente en todas partes; y por "ki" que significa "fuerza vital" o "energía vital" y que en la cosmovisión japonesa es esencial para la vida y fluye en todos los seres vivos. Se nos explica que el proceso de combinar estas dos energías se logra mediante un proceso de sintonización o iniciación que solo lo realiza un maestro del reiki. También se hace la comparación de la energía del reiki con las ondas de radio, ya que puede aplicarse tanto de forma local como a distancia, sin causar ningún daño, ya que a diferencia de la electricidad, la energía del reiki no genera cortocircuitos ni daña nervios o tejidos, por lo que se asegura que es completamente inofensiva. El reiki es una técnica eficaz para equilibrar los siete chacras, que están situados entre la base de la columna vertebral y parte superior de la cabeza. Se menciona también que el reiki es una técnica accesible para todos, no tiene límites de edad, ni condiciones de conocimiento o práctica del reiki. Para alguien que desee practicar el reiki tendrá un entrenamiento breve en donde se pueden llevar seminarios que solo tardan un día, por lo que aprender sobre el reiki es fácil en ese aspecto. Se menciona que una de las grandes ventajas del reiki es su seguridad, ya que no tiene efectos adversos.

Bibliografía:

1. Hidalgo T. & Torres L. (2013). Ozonoterapia en medicina del dolor: SciELO. Recuperado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-80462013000600003
2. Horacio G., Rocio S. & Navarro M. (2017). Plantas medicinales: Nuestro patrimonio. SAGARPA & Inifap. Recuperado 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. Johnny D. (2009). Reiki universal. Editorial Edaf. Recuperado 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>