



Mi Universidad

Ensayo.

Royer Obed Ramírez López

Ensayo.

Primer parcial.

Interculturalidad y salud II.

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Licenciatura en Medicina Humana.

Semestre 2° A.

Comitán de Domínguez Chiapas a 14 de septiembre de 2024.

INTRODUCCION

En este ensayo hablaremos los temas que se abordaron en clase este primer parcial, tales como los usos y costumbres de las comunidades indígenas que juegan un papel central en la vida cotidiana y la identidad cultural de sus habitantes. Estas prácticas, que han sido preservadas y transmitidas a lo largo de generaciones, abarcan una amplia gama de aspectos, desde rituales y ceremonias hasta formas de organización social y de resolución de conflictos. Así como distintas terapias que se utilizan como una alternativa a la medicina y también se habló sobre la Medicina tradicional que es un conjunto de prácticas y conocimientos ancestrales utilizados por diversas culturas a lo largo de la historia para mantener la salud y tratar enfermedades. Basada en la sabiduría acumulada a través de generaciones, esta medicina emplea una variedad de recursos naturales, como plantas medicinales, y métodos de tratamiento que pueden incluir rituales y técnicas manuales

En México, las comunidades indígenas mantienen sistemas de autogobierno basados en "usos y costumbres" que han evolucionado desde tiempos pre-coloniales. La identidad y organización indígena representan una resistencia continua a influencias externas. El autor analiza especialmente a los Chamulas en Los Altos de Chiapas, donde las diferencias con otras regiones de México son particularmente evidentes. La fangoterapia, una práctica antigua utilizada intuitivamente por civilizaciones cerca de volcanes, lagunas o mares, se descubrió que tiene propiedades terapéuticas significativas, como aliviar dolores musculares y mejorar la piel irritada. La técnica, que utiliza barro con fines curativos, ha sido aplicada desde tiempos bíblicos y por diversos pueblos antiguos como egipcios, griegos y romanos para tratar inflamaciones, úlceras y reumatismos. Hoy en día, la fangoterapia se emplea en centros de salud en varios países avanzados. El barro se usa para tratar una amplia gama de condiciones, incluyendo dolores articulares, heridas, y problemas de piel. También se utiliza en cataplasmas con hierbas para aliviar dolores y eliminar toxinas. La arcilla, base de la fangoterapia, tiene propiedades desinfectantes y absorbentes. Se recomienda para afecciones como abscesos, acné, alergias y alcalosis. Sin embargo, su uso está contraindicado en ciertos casos médicos, como tuberculosis pulmonar y enfermedades cardíacas. Los barros volcánicos y termales, ricos en minerales y elementos curativos, son especialmente valorados en esta terapia. La hidroterapia es una técnica terapéutica que utiliza el agua, aprovechando sus propiedades físicas para tratar diversas afecciones. Esta práctica se basa en la aplicación externa del agua con fines terapéuticos, actuando como un agente mecánico y térmico. Conceptos Claves: Hidrología: Ciencia que estudia las aguas. Crenología: Estudio de aguas mineromedicinales. Climatoterapia: Uso terapéutico del clima. Talasoterapia: Terapia con agua de mar. Balneoterapia: Uso combinado de hidroterapia y la influencia del entorno natural en la salud. Psamoterapia: Aplicación terapéutica de la arena. Indicaciones y Contraindicaciones: La hidroterapia es útil para tratar artritis, artrosis, afecciones del sistema nervioso, entre otros. Está contraindicada en casos como artritis infecciosa, cardiopatías graves, bronquitis crónica, y heridas abiertas. Principios Físicos del Agua: El agua tiene propiedades importantes como alta viscosidad, tensión superficial y conductividad calórica. Estas propiedades contribuyen a sus efectos terapéuticos, que incluyen: Efecto Mecánico: Incluye factores hidrostáticos (presión ejercida por el agua) y hidrodinámicos (resistencia al movimiento en el agua). Efecto General: Respuesta del organismo a la terapia que puede incluir malestar general y astenia. Efecto Psicológico: Influencia en el estado emocional y la percepción del

tratamiento. Tipos de Aguas: Aguas Profundas: Menos terapéuticas pero con propiedades mineromedicinales. Aguas Superficiales: Manantiales y fuentes con características terapéuticas específicas. Aplicaciones: Baños: Incluyen baños salados, carbogaseosos, de oxígeno, y con sustancias medicinales. Baños Parciales: Para extremidades y otras partes del cuerpo. Balneocinesioterapia: Inmersiones completas en tanques o piscinas terapéuticas. Duchas: Incluyen duchas de Vichy, escocesas y afusiones. Compresas: Húmedas o secas para tratamientos locales. Baños Locales Como baños de turbina, con chorros o de contraste. La hidroterapia utiliza diversas técnicas para aprovechar las propiedades físicas del agua, mejorando así la salud y el bienestar de los pacientes. La medicina tradicional, ampliamente reconocida hoy en día, es fundamental para la salud de millones y forma parte integral de la cosmovisión de los pueblos indígenas. En México, esta medicina representa una fusión de prácticas prehispánicas y españolas, y aunque ha interactuado con la medicina occidental, sigue siendo esencial para muchos grupos indígenas, a menudo como el principal o único recurso para la salud. La medicina tradicional mexicana incluye una variedad de especialistas como curanderos y parteras, quienes emplean plantas medicinales, rituales y recursos animales. A pesar de su importancia, la medicina tradicional enfrenta desafíos en términos de reglamentación y reconocimiento oficial. En México, aunque se ha avanzado en el estudio y la integración de estas prácticas mediante programas del IMSS y la creación de bibliotecas y herbarios, aún falta una legislación específica que reconozca y regule adecuadamente la medicina tradicional. La OMS ha desarrollado una estrategia para promover el uso seguro y eficaz de la medicina tradicional, enfocándose en la integración en los sistemas de salud nacionales. En México, la medicina tradicional sigue siendo un componente vital de la identidad cultural y un recurso clave para muchas comunidades, a pesar de las barreras para su plena integración y reconocimiento. En **México**, la medicina tradicional es una mezcla de influencias indígenas y españolas que se han fusionado desde el siglo XVI. Después de la llegada de los colonizadores, la medicina indígena se mezcló con la medicina occidental. Aunque los colonizadores intentaron minimizar los aspectos rituales de la medicina indígena, esta sigue siendo importante y se ha adaptado con el tiempo. Hoy en día, la medicina tradicional en México incluye una variedad de especialistas como curanderos, yerberos, y parteras, que no solo usan plantas medicinales sino también realizan rituales con simbolismos curativos. A menudo, la medicina tradicional es la principal opción de salud para las comunidades indígenas, ya que la medicina moderna no siempre está disponible para ellos. La **OMS** está

trabajando para mejorar la regulación y la integración de la medicina tradicional en los sistemas de salud. La estrategia de la OMS busca aprovechar los beneficios de la medicina tradicional, asegurar su uso seguro y eficaz, y mejorar su integración con la medicina moderna. En México, con su diversidad cultural y más de 60 pueblos indígenas, la medicina tradicional sigue siendo una parte importante de la cultura nacional y es fundamental para muchas personas en el país.

CONCLUSION

Conocer la medicina tradicional, las terapias indígenas y las comunidades de los Altos de Chiapas ofrece varias ventajas clave: Mejora la Atención Médica: Permite integrar tratamientos tradicionales con la medicina moderna, mejorando así los resultados de salud. Respeta la Cultura: Facilita la construcción de relaciones de confianza al valorar las prácticas y creencias culturales. Facilita la Comunicación: Ayuda a adaptar las estrategias de tratamiento y el lenguaje a las expectativas culturales de los pacientes. Promueve la Inclusión y Equidad: Asegura que las comunidades indígenas no sean excluidas y que sus necesidades sean consideradas en el sistema de salud. Conserva el Conocimiento Ancestral: Enriqueciendo el sistema de salud con saberes tradicionales valiosos. Mejora la Salud Pública: Permite diseñar programas de salud más efectivos y aceptados por las comunidades. Desarrolla Políticas Inclusivas: Facilita la creación de políticas de salud que respeten y promuevan la diversidad cultural.

REFERENCIAS

1. Gómez Peralta, H. (2005). Los usos y costumbres en las comunidades indígenas de los Altos de Chiapas como una estructura conservadora. Estudios políticos (México), (5), 121-144.a. Obtenido de: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-16162005000200121&script=sci_abstract
2. (S/F).com.ar Recuperado el 25 de agosto del 2024 del link de a. Obtenido de: <https://www.amicivirtual.com.ar/assets/files/estetica/05fangoterapia.pdf>
3. Bernal, L. (2010). Hidroterapia Concepto, indicaciones y contraindicaciones. Principios generales. Tipos de agua. Temperatura del agua. Efectos fisiológicos.a. Obtenido de: <https://www.studocu.com/cl/document/universidad-santo-tomas-chile/fisiologia/hidroterapia-3-terapia/7729072>
4. Jiménez, A (2017) Medicina Tradicional Mexicana, CONAMED, Boletín, 13, 30-35 a. Obtenido de: <https://www.studocu.com/es-mx/document/universidad-del-soconusco/metodologia-de-la-investigacion/medicina-tradicional/32265635>