



Control de lectura

Daniel Anzueto Vicente

1er Parcial

Interculturalidad y Salud II

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Medicina Humana

2do Semestre

*Comitán de Domínguez Chiapas
Viernes 13 de septiembre del 2024*

Los usos y costumbres en las comunidades indígenas de los altos de Chiapas como una estructura conservadora

En las comunidades indígenas se siguen practicando formas propias de autogobierno y se rigen por sistema normativo, que han evolucionado desde los tiempos pre-coloniales conocidos como "usos y costumbres". La clave de la persistencia de estos sistemas normativos en las comunidades indígenas no los radica en su marginación ni en una falta de interés por parte de las élites por más integrarlos al proyecto nacional. Aunque estos elementos existen claramente, no basta para explicar la sobrevivencia de formas específicas de gobierno indígena en la actualidad, y mucho menos su renovación y su resurgimiento. De fondo existe una decisión consciente por parte de un número importante de miembros de los pueblos indígenas de conservar sus propias normas y de crear y defender su identidad distinta, aunque existen muchos otros que si aceptan el cambio y para quienes las tradiciones son una imposición. La fuerza actual de la identidad y de la organización indígena en nuestro país se ve a través de la historia como un hilo continuo de resistencia a formas ajenas. Esta lucha ha llevado a la plaza pública debates que antes se dieron de parte exclusiva en las aulas. En aras de defender o atacar a la autonomía indígena entran a la discusión viejos temas de la

Fangoterapia

Llamémosla barro, arcilla o fango, o también Fangoterapia, Barroterapia, Lodoterapia, nos estamos refiriendo a un material natural sano y terapéutico para nuestra salud que se consigue al mezclar tierra con agua. La aplicación adecuada de la Fangoterapia, apoya sin lugar a dudas al restablecimiento de la normal actividad de los órganos vitales y por consecuencia a la recuperación de la salud. De hecho en casi todos los Spa's que se aprecian de ser completos en sus tratamientos, no falta la aplicación del barro, ya sea por belleza o por salud. La Fangoterapia es una terapia tan antigua, que desde el tiempo inmemorial, todas las civilizaciones que vivieron cerca de volcanes, o de lagunas y mares intuitivamente, lo utilizaban para mimetizarse con su medio ambiente. Pero posteriormente fueron descubriendo que tenía unas propiedades terapéuticas. Se dieron cuenta que calmaba los dolores más musculares y se percataron que también aliviaba los dolores. Posteriormente tomaban conciencia de que mejoraba la piel cuando estaba irritada. Los más antiguos médicos egipcios lo utilizaban para tratar inflamaciones, úlceras o deformaciones reumáticas. Los embalsamadores, aprovechando la propiedad antiséptica del fango lo utilizaban

Hidroterapia

La hidroterapia es una forma de tratamiento que utiliza el agua en sus diversas formas (fría, caliente, vapor o incluso hielo) para aliviar el dolor y tratar diversas condiciones de salud. Se utiliza en fisioterapia y rehabilitación, así como en spa y centros de bienestar para promover la relajación y el bienestar. La hidroterapia es un método que utiliza el agua para poder aliviar el dolor, mejorar la circulación, relajar los músculos y promover la curación general del cuerpo. La hidroterapia tiene raíces antiguas, con registros que datan de las civilizaciones egipcia, griega y romana. Estas culturas utilizaban baños calientes, fríos y el vapor para mejorar la salud y tratar diversas enfermedades.

Terapeuta: el agua caliente relaja los músculos, mejora la circulación y alivia el dolor.

El agua fría, reduce la inflamación, entumece el dolor, y estimula la circulación sanguínea.

Flotación: Al sumergir el cuerpo en agua, reduce la presión sobre las articulaciones, lo que facilita el movimiento sin dolor.

Presión hidrostática: La presión del agua ayuda a reducir la hinchazón y mejorar la circulación.

Existen diferentes tipos de hidroterapia según el uso requerido o las condiciones del paciente, siendo así una terapia complementaria eficaz y

Dr. Sergio
Jimenez Ruiz
Anzucto

Medicina Tradicional Mexicana

La medicina tradicional mexicana, es un sistema holístico de sanación que ha evolucionado a lo largo de los siglos, fusionando prácticas indígenas con las influencias europeas, africanas y asiáticas. Se enfoca en el equilibrio de la salud física, emocional y espiritual, utilizando remedios naturales, rituales espirituales y prácticas comunitarias.

Elementos Clave de la Medicina Tradicional Mexicana: Fitoterapia (Medicina a base de hierbas):

Las plantas juegan un papel muy importante central en la sanación.

Muchas hierbas nativas de México se utilizan para tratar diversas dolencias, como la arnica para los golpes, la manzanilla para problemas digestivos y el epazote para los parásitos. Los sanadores tradicionales, o curanderos, tienen un conocimiento profundo de las propiedades medicinales de la flora local.

El Curanderismo: Es una práctica de sanación más amplia que involucra a los curanderos, quienes tratan enfermedades físicas, emocionales y espirituales.

Este enfoque integra oración, rituales y medicina a base de hierbas, abordando problemas como el mal de ojo, el empacho y otras enfermedades culturalmente entendidas.

Temazcal: Es un baño de vapor antiguo mesoamericano utilizado para la purificación, la relajación y la sanación. Se cree que la

Norma

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICAS:

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

Obtenido de: <https://www.studocu.com/es-mx/document/universidad-del-soconusco/metodologia-de-la-investigacion/medicina-tradicional/32265635>