



**Mi Universidad**

## **Control de Lectura**

*Alba Edith Hernández Mendoza*

*Control de Lectura*

*Primer Parcial*

*Interculturalidad y Salud II*

*Dr. Sergio Jiménez Ruiz*

*Medicina Humana*

*2 "A"*

*Comitán de Domínguez, Chiapas a 11 de septiembre del 2024*

Dr. Sergio  
Jimenez Ruiz

21-Agost-21

Interculturalidad y Salud II

Alba Edith Hernandez Mendez

Los usos y costumbres en las comunidades indígenas de las altas de Chiapas como una estructura conservadora. Para iniciar con el escrito se hace un énfasis en la pluriculturalidad que tiene Chiapas, especialmente en el estado de Chiapas que gozan de varias costumbres iniciando con la familia, en que la madre toma en papel de sumisión ante el padre y los hijos. Que la mujer sea quien de la familia se levante primero y descanse al ocaso. También hacemos incapie en los lugares que ocupan las personas en los pueblos indígenas como mayordomías o principales que ocupan un puesto importante en el pueblo. Los pueblos como en las ciudades ocupan y tienen diferentes formas de vida. En los pueblos se desenvuelven indígenas descendientes de mayas productores de maíz, frijol y en la ciudad que esta llena de comerciantes, vendedores y empresarios. La vida es muy diferente ya sea en la ciudad y en el pueblo. Las costumbres son más presentes en los pueblos indígenas como que para ir por una novia el novio con quienes son sus amigos embarcan una búsqueda por la novia, que puede durar hasta siete u ocho días. Después de casarse todos los viernes y terrenos sean pasados a el hombre y sea quien vele y cuide por sus hijos y familia. Otras de las usos y costumbres en los pueblos indígenas son el tequio que se basa en la realización de un trabajo que es echo por obligación para los miembros de la comunidad en obras de



Dr. Sergio  
Jimenez Ruiz

Alba Edith Hernández Mendoza

In ter

D M A  
26 Agosto 24

Scribe

## FANGOTERAPIA

La fangoterapia ha sido utilizada desde hace mucho tiempo atrás, a la fangoterapia se le atribuyen beneficios en la piel. Como por ejemplo que la hace más suave, tiene propiedades antiinflamatorias y exfoliantes que es muy útil para tratar afecciones cutáneas como el acné, la dermatitis o la psoriasis. Que no son sus únicos usos ya que también la fangoterapia mejora la circulación sanguínea y estimula el sistema linfático, lo que nos aporta mejorando el sistema linfático y contribuye a reducir la retención de líquidos y a tonificar los tejidos. Podemos decir que la fangoterapia es una forma natural, efectiva y saludable de alcanzar el bienestar del cuerpo.

La fangoterapia utiliza diferentes tipos de fangos como por ejemplo los fangos termales, fangos marinos, fangos volcánicos. El fango se recomienda en enfermedades como inflamaciones, dolores articulares, reumatismos, ácido úrico elevado, heridas con pus, enfermedades del hígado, peritonitis crónica, ascitis. El uso de fango volcánico o termal, es una técnica muy



Alba Esth. Hernández Mendez  
Interculturalidad

Dr. Sergio Jimenez Ruiz

2-SEP-24

## Hidroterapia

La hidroterapia es rama de la hidrología que estudia la aplicación externa del agua sobre el cuerpo humano, con fines terapéuticos y principalmente como vector mecánico y térmico. Podemos encontrar al agua en diferentes tipos de estados desde sólidos, líquidos y gaseoso. El agua es el elemento más abundante en la composición de todos los seres vivos. Tiene una serie de propiedades que le confieren una gran importancia terapéutica y le dan un gran interés al ser un factor que interviene en la regulación térmica de los seres vivos. Según el origen de las aguas podemos clasificarlos por:

- aguas profundas: de menor interés terapéutico pero con propiedades mineralo-medicinales
- aguas superficiales:
  - manantiales y fuentes espontáneas: que se denominan manantiales freáticos.
  - Manantiales a los que se accede a través de pozos artesianos o un sistema de bombeo.

Además se pueden dividir según su composición y presentación en 71 g/l de minerales en donde las aguas cloruradas se utilizan para afecciones linfáticas, tuberculosis y secuelas de traumatismos. Las aguas sulfatadas para purgantes y digestivas. Las aguas



Dr. Sergio  
Jimenez Ruiz

Alba Edith

## Medicina Tradicional Mexicana

El siguiente documento explora la rica historia y la actualidad de la medicina tradicional mexicana, destacando su importancia cultural y su papel en la salud de las comunidades indígenas. La medicina tradicional mexicana es mucho más que botánica, hierbas, menzujes y tés, se incluye también a una amplia gama de especialistas como curanderos, yerberos, sobadores, mejadores y porteras. En estos oficios no solo se hace uso de las plantas medicinales, sino también recursos animales y rituales con un alto contenido simbólico para la curación. La medicina tradicional ha sido un factor fundamental de identidad cultural y un recurso de salud esencial para las comunidades indígenas, especialmente en zonas rurales con acceso limitado a la atención médica moderna. La OMS se ha ayudado a implementar estrategias para hacer de la medicina tradicional más eficaz y segura. La OMS busca integrar la medicina tradicional en los sistemas de salud, garantizar la seguridad y la calidad de los productos y promover la investigación para comprender

## 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](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/05\\_fangoterapia.pdf](https://www.amicivirtual.com.ar/assets/files/estetica/05_fangoterapia.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>