



Cuadro sinóptico

Carlos Daniel Aguilar Deleon

Tercer Parcial

Interculturalidad y Salud II

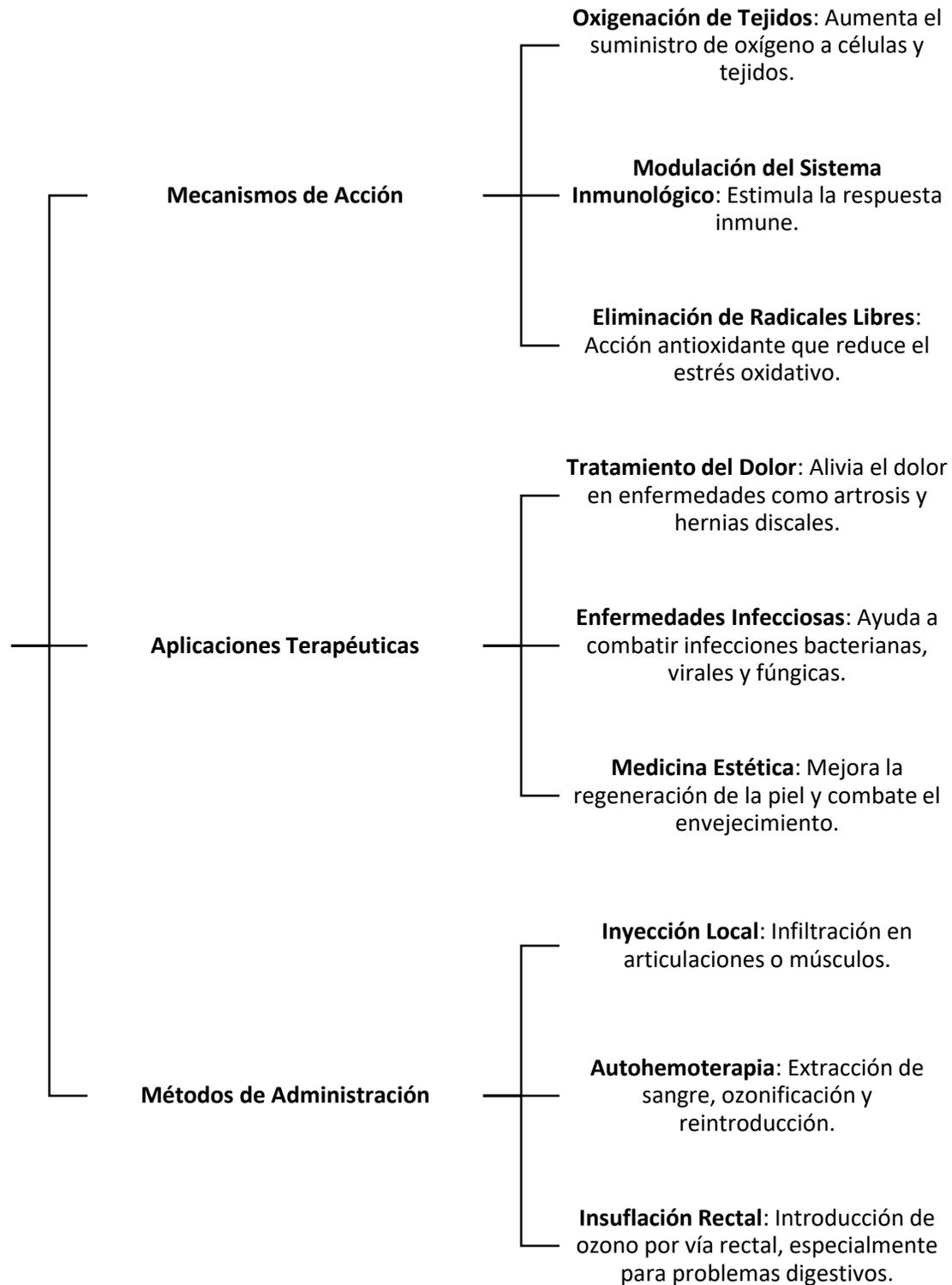
Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Medicina Humana

Segundo Semestre

Comitán de Domínguez Chiapas. Viernes, 8 de noviembre del 2024

Ozonoterapia



Plantas Medicinales

Descripción:

Plantas utilizadas con fines terapéuticos para prevenir, aliviar o tratar enfermedades.

Uso Tradicional y Moderno:

Empleadas tanto en medicinas tradicionales como en algunas terapias complementarias.

Principales Tipos de Plantas Medicinales y sus Beneficios

Manzanilla

Beneficios: Alivia problemas digestivos, calma el sistema nervioso, propiedades antiinflamatorias.

Aloe Vera

Beneficios: Regenera y cicatriza la piel, propiedades antiinflamatorias y digestivas.

Menta

Beneficios: Alivia problemas respiratorios, mejora la digestión y combate el mal aliento.

Eucalipto

Beneficios: Descongestiona las vías respiratorias y tiene propiedades antisépticas.

Jengibre

Beneficios: Alivia náuseas, mejora la digestión y tiene efectos antiinflamatorios.

Formas de Preparación y Administración

Infusión: Se usan hojas o flores en agua caliente (ej. manzanilla, menta).

Cataplasma: Se aplica en la piel como pasta (ej. aloe vera).

Aceite Esencial: Uso en aromaterapia o aplicación tópica (ej. eucalipto).

Extracto: Concentrado líquido de la planta para ingesta directa (ej. jengibre).

Reiki

Componentes Clave

Energía Vital (Ki): Fuerza vital que circula por el cuerpo, responsable del bienestar y la salud.

Canalización de Energía: El terapeuta transmite energía positiva a través de sus manos.

Equilibrio Energético: El objetivo es equilibrar y desbloquear los centros energéticos (chakras) del cuerpo.

Beneficios

Relajación y Reducción del Estrés: Al equilibrar la energía, se promueve un estado profundo de relajación.

Mejora del Sistema Inmunológico: Potencia la capacidad natural del cuerpo para sanar.

Alivio del Dolor y la Ansiedad: Ayuda a reducir el dolor físico y emocional.

Bienestar General: Favorece un equilibrio mental, emocional y físico.

Técnicas y Métodos

Reiki Tradicional: Se realiza con la imposición de manos en diferentes partes del cuerpo.

Reiki a Distancia: El terapeuta puede canalizar energía a una persona sin contacto físico, incluso a distancia.

Sintonización o Iniciación: Los practicantes deben ser iniciados por un maestro de Reiki para canalizar correctamente la energía.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICAS

1. Hidalgo-Tallón, F. J., & Torres, L. M. (2013). Ozonoterapia en medicina del dolor: revisión. *Revista de la sociedad española del dolor*, 20(6), 291-300.

Obtenido de: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-80462013000600003

2. Guzmán, H., Díaz, R., & González, H. M. M. (2017). Plantas medicinales la realidad de una tradición ancestral. INIFAP.

Obtenido de: <https://www.gob.mx/inifap/articulos/plantas-medicinales-tradicion-ancestral>

3. Freitag, V. L., de Andrade, A., & Badke, M. R. (2015). O Reiki como forma terapêutica no cuidado à saúde: uma revisão narrativa da literatura. *Enfermería Global*, 14(2), 335-356.

Obtenido de: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412015000200018