



**Mi Universidad**

## **Cuadro Sinóptico**

*Amanda Eugenia Torres Zamorano*

*Medicinas Alternativas Menos Comunes*

*Parcial III*

*Interculturalidad y Salud II*

*Dr. Sergio Jiménez Ruiz*

*Medicina Humana*

*Segundo Semestre*

*Comitán de Domínguez, Chiapas a 8 de noviembre del 2024*

# Ozonoterapia

## Definición

La ozonoterapia en medicina es una realidad, y cada vez hay más profesionales haciendo uso del ozono médico como complemento terapéutico para diferentes enfermedades relacionadas con el estrés oxidativo, incluido el dolor crónico.

El ozono es una molécula formada por tres átomos de oxígeno ( $O_3$ ) en lugar de los dos de los que se compone la molécula de oxígeno ( $O_2$ ). La ozonoterapia consiste en la aplicación de una mezcla de oxígeno médico con ozono; la mezcla ha de ser producida *in situ* para cada aplicación, y en ella nunca habrá más de un 5 % de ozono.

## Generalidades

C. Verga fue el primero en describir las aplicaciones de ozono intramuscular, a nivel paravertebral y en los puntos gatillo, en pacientes con lumbalgia crónica.

El uso de las infiltraciones de  $O_2/O_3$  para tratar patología músculo-articular cada vez está más extendido.

Pero aunque los ensayos clínicos sean escasos, sí hay trabajos científicos menores ilustrando el empleo del ozono infiltrado como analgésico-antiinflamatorio en diversas patologías del aparato locomotor.

## Ozonoterapia en patología de rodilla

Riva Sanseverino registró 156 pacientes con patología articular de rodilla (artritis postraumática, gonartrosis con deformidad leve y gonartrosis con deformidad severa) obteniendo buenos resultados, que fueron especialmente beneficiosos cuando no había deformidades óseas severas.

El tratamiento consistió en infiltraciones intraarticulares y periarticulares de 10 ml de oxígeno/ozono a una concentración de 20  $\mu\text{g/ml}$

## Ozonoterapia en patología de hombro

Con respecto a la patología de hombro, Ikonomidis y colaboradores demostraron en un ensayo clínico la mayor efectividad del  $O_2/O_3$  frente a las infiltraciones con esteroides o la terapia con ultrasonidos en una serie de infiltraciones subacromiales y en las zonas de máximo dolor.

## Ozonoterapia en patología de columna

Sin duda, la mayor cantidad de trabajos publicados se centra en el uso de la ozonoterapia para el tratamiento de la hernia discal, tanto a nivel cervical como lumbar.

Muto y su equipo realizaron infiltraciones guiadas con TAC a 2.900 pacientes con hernia discal. El gas se inyectó a nivel intradiscal, periganglionar y perirradicular.

# Plantas Medicinales

## En México

El uso de hierbas con propiedades curativas es muy antiguo y hasta nuestros días se ha convertido en una práctica común. Generalmente se utilizan las hojas o flores y esporádicamente, el tallo y la raíz, consumiéndose de forma directa, en infusiones o en presentación homeopática, pero la comercialización y su uso indiscriminado puede ponerlas en peligro de extinción.

## Árnica

Existen dos especies: *Heteroteca inuloides* o árnica mexicana y *Arnica montana L.*, las cuales son utilizadas para tratar cuadros inflamatorios, así como para el tratamiento de contusiones, esguinces, problemas reumáticos, heridas, hematomas y dolor. La presencia de ácidos grasos en el aceite del árnica favorece la penetración a través de la piel de los compuestos bioactivos y antiinflamatorios. Se ha demostrado que esta planta activa células del sistema inmune incluidos los neutrófilos -células que atacan bacterias dañina.

## Hierbabuena

La especie más común y popular es *M. spicata*, por sus características de aroma, esta planta es utilizada en diversos alimentos y para dar sabor a productos industriales incluyendo refrescantes para el aliento, antisépticos, enjuagues bucales y pasta de dientes. Por sus propiedades medicinales es utilizada en el tratamiento de náuseas, vómito y desordenes gastrointestinales.

## Manzanilla

Es una de las plantas medicinales más antiguas conocidas, existen dos variedades: la manzanilla alemana o *Chamomilla recutita* y la manzanilla romana o *Chamaemelum nobile*. Sus infusiones se utilizan para tratar padecimientos como la fiebre, inflamación, espasmos musculares, desordenes menstruales, insomnio, ulcera, heridas, desordenes gastrointestinales, dolor reumático y hemorroides.

## Stevia

Las hojas de estevia se utilizan como agente edulcorante en general, igualmente, por sus propiedades medicinales, reducen los niveles de glucosa en sangre en pacientes con diabetes tipo II y protegen contra el daño renal y hepático, además de presentar efectos terapéuticos contra diversas enfermedades como el cáncer, hipertensión, inflamación, cistic fibrosis, la obesidad y la caída de dientes.

# Reiki

## Definición

El Reiki es una práctica espiritual con las dimensiones basadas en la materia y espíritu, caracterizado por la imposición de manos con el fin de restablecer el equilibrio del cuerpo. Este es uno de los métodos curativos más antiguos de que la humanidad tiene conocimiento.

El Reiki es una terapia curativa natural segura, holística, pues trata al ser humano como un todo, fácil de usar y puede tratar muchas enfermedades agudas y crónicas

## Función

Esta técnica japonesa llamada reiki, se utiliza para reducir el estrés y sirve para la relajación que también promueve la curación.

Durante una sesión de *reiki*, la enfermera-terapeuta representa un canal y conducirá la fuerza, la energía y la luz que existe en *reiki*. Para el *reikiano* lo importante es compartir todos los beneficios de esta ciencia de bienestar y contribuir a difundir el buen fluido.

## Comprensión terapéutica

Esta terapia complementaria mantiene sus raíces en las tradiciones orientales, buscando el equilibrio entre cuerpo y mente, sanar lo físico y lo mental, acercándose a concepciones religiosas y místicas orientales. Se centrará en las chakras, que son centros energéticos en el ser humano. La palabra significa "rueda". Estos centros recogen energía sutil, transformándola y suministrándola al cuerpo.

## Comprensión terapéutica

Bossi, Ott y DeCritofaro<sup>14</sup> señalan la importancia de la aplicación de reiki en pacientes con cáncer, porque esto provoca una respuesta de relajación y ayuda a que los pacientes se sientan más tranquilos favoreciendo el alivio del dolor, lo que permite un estilo de vida saludable, ayudando en la lucha contra la enfermedad, pudiendo él mismo aplicarse la terapia.

Otro estudio de Catlin y Taylor-Ford<sup>15</sup>, después de ensayo controlado aleatorio, con aplicación de reiki en personas sometidas a quimioterapia para pacientes ambulatorios, se concluyó que esta práctica ha demostrado resultados estadísticamente significativos para aumentar la comodidad y el bienestar de los pacientes pos la terapia.

## Referencia Bibliográfica:

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.  
Recuperado de: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1134-80462013000600003](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*.  
Recuperado 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.  
Recuperado de: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1695-61412015000200018](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412015000200018)