



**Mi Universidad**

## **Controles de lectura**

*Estefania Ochoa Nazar.*

*I Parcial.*

*Interculturalidad y salud.*

*Dr.Sergio Jiménez Ruiz.*

*Médecina Humana.*

*2 semestre.*

*Comitán de Domínguez Chiapas, Viernes 13 de septiembre de 2024.*

Estefanía.

Dr. Sergio

Jimenez Ruiz



Estefanía Ochoa Nazar.

Interculturalidad.

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

La comunidad se define como un foro para el desarrollo humano, se considera que el ser humano, sin la vida comunitaria, sin seguir el pasado heredado y sin reproducir las acciones del resto de los miembros de la comunidad, no se desarrolla, sólo dentro de ella se es todo, fuera de ella se es nada. Para los indígenas chamulas en el corazón de los altos de Chiapas, la comunidad es una sola unidad, o utilizando sus propios conceptos = una sola alma, ser una sola alma obligada a tener un pensamiento único, incapaz de aceptar de la diferencia en su interior. En las comunidades indígenas dispersas a lo largo y ancho del país, se siguen practicando formas propias de autogobierno y se rigen por sistemas normativos, que han evolucionado desde los tiempos precoloniales conocidos como usos y costumbres, la clave de la persistencia de estos sistemas normativos en las comunidades indígenas no radica en su marginación ni en una falta de interés por parte de las elites por integrarlos al proyecto nacional. Fueron tres factores principales los que cambiaron definitivamente a las comunidades indígenas y contribuyeron a la construcción de la forma que tienen actualmente. Primero, las epidemias que borraron poblaciones enteras y diezmaron muchas más. Segundo, el proceso de colonización que reubicó grandes sectores de la población para dismantelar los centros urbanos y establecer.





## FANGOTERAPIA.

La fangoterapia, utilizada desde la antigüedad, es una terapia que consiste en la aplicación de fangos o barro terapéuticos para ayudar a tratar diferentes afecciones, aunque su mayor beneficio se da en el tratamiento de problemas de la piel y del aparato locomotor. La fangoterapia, también llamada peloterapia, baño de barro, baño de lodo, o terapia de turba, acostumbra a aplicarse en centros de talasoterapia, spas o balnearios con el fin de ayudar a reducir la inflamación producida en el aparato locomotor y también con fines depurativos y estéticos de la piel. Para conseguir esto, la fangoterapia emplea como materia principal el barro o fango y la arcilla, los cuales gracias a sus diferentes propiedades, contribuyen a la mejora de la salud. Estos diferentes barro o fangos pueden obtenerse de fondos marinos (Mar Muerto), lagos, pantanos y manantiales. En el caso de las arcillas, estas proceden de las rocas sedimentarias. Todos estos materiales tienen diferente riqueza en componentes activos, minerales y oligoelementos dependiendo de su origen. Algunos de los beneficios que aporta la fangoterapia: incrementa la circulación sanguínea = como resultado de la vasodilatación que se produce en la zona a tratar. A su vez, este aumento circulatorio que produce la aplicación de fangos, permite arrastrar y eliminar los residuos responsables de la aparición del dolor, por lo que se le puede atribuir un efecto analgésico. Tiene un efecto sedante, otro factor que contribuye a una menor percepción del dolor. En este caso se trataría de una menor



## HIDROTERAPIA

La hidroterapia es la utilización terapéutica del agua por sus propiedades físicas, es la rama de la hidrología que estudia la aplicación externa del agua sobre el cuerpo humano, siempre que sea con fines terapéuticos y principalmente como vector mecánico y térmico. Se utiliza en todas aquellas que quedaron indicadas en termoterapia/crioterapia cuando el agente físico utilizado es el agua: artrosis, artrosis, hipotonía, parésias, parálisis, columna y readaptación de la marcha. Afecciones del sistema nervioso: neuralgias, neuritis, poliomyelitis, insomnio y cuadros de agitación neuromotora. Contraindicaciones: artritis infecciosa (en piscinas), cardiopatías descompensadas, bronquitis crónica descompensada, dermatología: micosis y dermatitis piógena, cironis y diarrea, Epilepticos no controlados y síndromes coreicos cualquier herida abierta, hipertensión arterial y varices. El agua es la sustancia más abundante en la superficie terrestre encontrándose de forma aislada en cualquiera de sus estados, líquido, sólido o gaseoso o formando parte de compuestos tanto orgánicos como inorgánicos. Es el elemento más abundante en la composición de todos los seres vivos. En el agua puro de sus propiedades organolépticas son las de un elemento inodoro, insípido e incoloro. tiene una senc.



09/Septiembre/2024

## MEDICINA TRADICIONAL MEXICANA.

La medicina tradicional es reconocida hoy como un recurso fundamental para la salud de millones de seres humanos, es una parte importante de la cosmovisión de los pueblos indígenas y representa el reconocimiento milenario sobre la madre tierra y el uso de plantas medicinales que los indígenas han resguardado y que tiene un valor incalculable fortaleciendo y preservando su identidad.

La Organización Mundial de la Salud define como la suma total de los conocimientos, habilidades y prácticas basadas en las teorías, creencias y experiencias propias de diferentes culturas, sean explicables o no, utilizadas tanto en el mantener la salud como en la prevención, diagnóstico y tratamiento de enfermedades físicas y mentales. La medicina tradicional mexicana es un mosaico de piezas procedentes de culturas diferentes que han determinado históricamente el desarrollo de la cultura nacional. La cultura de México actual proviene del sincretismo que se produjo entre las culturas prehispánica y española fusionadas desde finales del siglo XVI. El nacimiento de la medicina tradicional mexicana es posterior al mestizaje, tras la compleja cosmovisión del mundo indígena que permitía determinar la causalidad natural o divina de la enfermedad así como para decidir los recursos terapéuticos y las prácticas curativas a seguir, los colonizadores veían a este tipo de concepción como un obstáculo para la evangelización y que las

**APA.**

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

**Obtenido de:** [https://www.studocu.com/es-mx/document/universidad-del-soconusco/metodologia-de-la-investigacion/medicina-tradicional/32265635\\*-3\\*/\\*///](https://www.studocu.com/es-mx/document/universidad-del-soconusco/metodologia-de-la-investigacion/medicina-tradicional/32265635*-3*/*///)