



Mi Universidad

Ensayo

Alba Edith Hernández Mendoza

Ensayo

Primer Parcial

Interculturalidad y salud II

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Medicina Humana

2 "A"

Comitán de Domínguez, Chiapas a 13 de septiembre del 2024

En Los Altos de Chiapas, la vida se rige por los usos y costumbres, un sistema complejo de normas y prácticas que se han transmitido de generación en generación. Estas comunidades indígenas, con su rica historia y cultura, han desarrollado un sistema de organización social que se basa en la tradición oral, la cosmovisión ancestral y la relación con la naturaleza. La comunidad indígena es el núcleo de la organización social. Se define como un espacio territorial, una historia común, una variante de la lengua, una organización social, un sistema de justicia y una visión del mundo propia. La comunidad indígena es un espacio de identidad, donde se mantienen vivas las tradiciones, la lengua y la cultura. Es también un espacio de resistencia, donde las comunidades indígenas se han defendido de la imposición cultural y la explotación económica. El sistema de cargos, una institución fundamental en la organización de las comunidades indígenas, se basa en la rotación de responsabilidades entre los miembros adultos, siempre hombres, en forma rotativa. Los cargos, no remunerados, implican gastos personales y un alto nivel de compromiso con la comunidad. El sistema de cargos tiene un doble carácter: por un lado, es un mecanismo de control social que asegura la cohesión y la homogeneidad de la comunidad. Por otro lado, es un sistema de equilibrio que busca evitar la concentración de poder y riqueza en unas pocas familias. Sin embargo, en la práctica, el sistema de cargos ha sido utilizado como una herramienta de dominación por parte de las familias influyentes y con dinero. El tequio, una práctica común en las comunidades indígenas, consiste en la realización de un trabajo obligatorio para los miembros de la comunidad en obras de uso comunitario. El tequio es un sistema de reciprocidad, donde los miembros de la comunidad se ayudan mutuamente para realizar tareas que benefician a todos. Sin embargo, en Los Altos de Chiapas, el tequio se ha convertido en una herramienta de explotación por parte de los caciques locales, quienes utilizan la mano de obra gratuita para su propio beneficio. La conversión religiosa al protestantismo ha generado conflictos en las comunidades indígenas. La llegada de nuevas creencias ha desafiado la cosmovisión indígena y ha creado divisiones dentro de las comunidades. La intolerancia religiosa se ha manifestado en la expulsión de indígenas por motivos religiosos, principalmente de evangélicos. Este fenómeno ha generado un clima de miedo y desconfianza, y ha contribuido a la fragmentación de las comunidades indígenas. La mujer en las comunidades indígenas de Los Altos de Chiapas tiene un papel muy bajo a comparación al hombre. La cosmovisión indígena, que se basa en la dualidad masculino-femenino, ha relegado a la mujer a un papel secundario en la vida social y política. Siendo la mujer la persona que se levanta al Alba y se acuesta al último por cuidar de los demás, En la concepción de los usos y costumbres concebimos a los altos de Chiapas

regidos por costumbres en donde la mujer no participa en los cargos oficiales, no tiene derecho a la propiedad de la tierra y está sujeta a la autoridad del hombre. Sin embargo, las mujeres indígenas han desarrollado estrategias de resistencia para defender sus derechos y mejorar su situación. Han participado en la lucha por la defensa de la tierra, la educación y la salud. También han desarrollado sus propias formas de organización y liderazgo, desafiando la estructura patriarcal de la comunidad, Chiapas lleno de diversidad cultural destaca el poco valor que tiene la mujer en la sociedad, tanto es así que por un parto femenino le llegan a dar un bajo costo, que pagan por las mujeres al querer tener una relación coyugal, por ella se ofrecen alimentos, dinero, vacas entre otras cosas. La Fangoterapia: El Poder Curativo del Barro Dejando atrás las montañas de Chiapas, nos adentramos en el mundo de la fangoterapia, una práctica ancestral que utiliza el barro, la arcilla o el fango como agente curativo. Desde las civilizaciones que habitaban cerca de volcanes, lagunas o mares, el barro se ha utilizado para aliviar dolores musculares, mejorar la piel irritada y tratar diversas enfermedades. La fangoterapia se basa en las propiedades desinflamatorias, antisépticas y absorbentes del barro, que actúan sobre los focos infecciosos, eliminan toxinas y favorecen la regeneración de tejidos. Su aplicación abarca un amplio espectro de dolencias, desde inflamaciones de las articulaciones hasta mordeduras de animales, y se realiza mediante cataplasmas, envolturas o baños. Sin embargo, es importante destacar que la fangoterapia tiene contraindicaciones, como la tuberculosis pulmonar, la hipertensión o el embarazo. La fangoterapia ha sido utilizada desde años milenarios con la momificación. La arcilla blanca por ejemplo es utilizada como antibacteriana y antiinflamatoria que favorece la cicatrización de heridas de la piel e incluso es utilizada como enjuague bucal. La arcilla negra en cambio ayuda a eliminar contracturas, la arcilla roja mejora la circulación, cura la rigidez, desaparece la fiebre la arcilla verde trata adicciones de la pierna, articulaciones, músculos y edemas además que absorbe toxinas en tratamientos contra la gota y otras patologías. Los baños de arcilla son altamente beneficiosos para la salud, la naturaleza es de verdad tan sabia que incluso ha habido casos en que las mujeres comen arcilla de tarros que son útiles para ellas por su alto contenido en Hierro. A la fangoterapia se le atribuyen demasiados usos dependiendo de la forma de aplicación ya que tiene múltiples utilidades, se usan en tratamientos para la piel, productos dermatológicos e incluso cosméticos. La Hidroterapia: El agua, elemento esencial para la vida, también es un poderoso agente terapéutico. La hidroterapia, que utiliza el agua con fines curativos, se basa en los efectos mecánicos (hidrostáticos e hidrodinámicos), térmicos, generales y psicológicos del agua. Las técnicas hidroterápicas incluyen baños,

duchas, compresas, envolturas y otros procedimientos que se utilizan para tratar una amplia gama de enfermedades, desde artritis hasta afecciones del sistema nervioso. La hidroterapia es un método suave y efectivo que puede aliviar el dolor, mejorar la circulación sanguínea, fortalecer los músculos y relajar el cuerpo y la mente. En ellos se incluyen climatoterapia, talasoterapia, balneoterapia, psamaterapia, que son útiles a la artritis, artrosis, hipotonía paretica, reducción de la mancha entre otras. El agua siendo el componente más abundante en la tierra nos confiere un gran valor al cuerpo que interviene en el sanamiento humano. Desde años inmemorables los seres humanos han encontrado diversas formas de sanar tanto con la hidroterapia, la fangoterapia y tal es el caso con la Medicina Tradicional Mexicana que es un sistema complejo de conocimientos, habilidades y prácticas que se basan en las teorías, creencias y experiencias propias de diferentes culturas. En México, la medicina tradicional es un mosaico de culturas prehispánicas y españolas, que se ha mantenido viva en las comunidades indígenas. Se utiliza principalmente para la prevención y tratamiento de enfermedades, siendo a menudo la única opción de cuidado para las poblaciones más vulnerables. La medicina tradicional se caracteriza por el uso de plantas medicinales, pero también incluye prácticas rituales, el empleo de recursos animales y la intervención de especialistas como curanderos, yerberos, sobadores y parteras. La Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce la importancia de la medicina tradicional y ha desarrollado una estrategia para promover su uso seguro y eficaz en todo el mundo. En México, se han implementado proyectos para integrar la medicina tradicional al sistema de salud, como el programa IMSS Prospera o la biblioteca virtual de la UNAM enriquecida con conocimiento ancestral. Sin embargo, se necesita una mayor investigación y desarrollo para evaluar la seguridad y eficacia de los productos y servicios de la medicina tradicional. Un Legado de sabiduría para el futuro, este viaje por la salud y la tradición nos ha llevado a través de diferentes prácticas y conocimientos, desde los usos y costumbres en las comunidades indígenas de los Altos de Chiapas hasta la medicina tradicional mexicana. Hemos descubierto cómo la sabiduría ancestral se fusiona con la naturaleza, creando un mosaico de posibilidades para el cuidado del cuerpo y el espíritu. Es importante reconocer y valorar estos conocimientos, al mismo tiempo que se promueve la investigación y el desarrollo para garantizar la seguridad y eficacia de las prácticas tradicionales. La integración de la ciencia moderna con la sabiduría ancestral puede crear un futuro más saludable y sostenible para todos. Al final, la búsqueda de la salud es un camino que nos une a todos, independientemente de nuestra cultura, origen o creencias.

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

a. **Obtenido de:**

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