



UDRS

Mi Universidad

Ensayo

Daniel Anzueto Vicente

1er Parcial

Interculturalidad y Salud II

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Medicina Humana

2do Semestre

Comitán de Domínguez Chiapas
Viernes 13 de septiembre del 2024

En las comunidades indígenas de los Altos de Chiapas, se continúan practicando formas tradicionales de autogobierno, reguladas por un sistema normativo conocido como "usos y costumbres". Este sistema, que ha evolucionado desde tiempos precoloniales, sigue siendo una pieza fundamental en la organización social y política de estas comunidades. A pesar de las transformaciones históricas y las presiones externas, los pueblos indígenas han mantenido estas estructuras, que no solo representan una forma de gobierno, sino también una identidad cultural profundamente arraigada. La persistencia de los usos y costumbres no puede explicarse únicamente como resultado de la marginalización o de una falta de integración al proyecto nacional mexicano. Aunque estos factores están presentes, la clave de su permanencia radica en la decisión consciente de un gran número de personas dentro de estas comunidades de preservar sus tradiciones y normas. Para ellos, estas prácticas representan no solo una forma de vida, sino una manera de defender y reafirmar su identidad cultural. Sin embargo, es importante señalar que no todos los miembros de las comunidades indígenas comparten esta visión; algunos aceptan el cambio y ven las tradiciones como una imposición. A lo largo de la historia, la identidad indígena ha sido un símbolo de resistencia frente a las influencias externas. Este esfuerzo por conservar las tradiciones ha llevado a debates públicos sobre la autonomía indígena, que antes solo se discutían en círculos académicos. Estos debates reflejan una lucha por el reconocimiento y respeto de la diversidad cultural, en la que se cuestionan los límites del poder estatal frente a las formas de autogobierno indígena. Una de las muchas manifestaciones de las prácticas tradicionales en las comunidades indígenas es el uso de la fangoterapia, también conocida como barroterapia o lodoterapia. Esta técnica consiste en la aplicación de barro o arcilla con fines terapéuticos, aprovechando las propiedades curativas del barro para aliviar dolencias físicas. El uso del barro tiene una larga historia, que se remonta a civilizaciones antiguas, y hoy en día sigue siendo una práctica común en muchos centros de bienestar y spa. En las comunidades indígenas, el uso del barro está relacionado con el entorno natural. Estas sociedades, profundamente conectadas con la tierra, utilizaron intuitivamente los recursos que les proporcionaba su medio ambiente para tratar dolencias. Con el tiempo, descubrieron que el barro no solo calmaba dolores musculares, sino que también tenía propiedades antiinflamatorias y antisépticas, lo que lo convertía en un remedio eficaz para diversas afecciones. Otra práctica ancestral que sigue vigente es la hidroterapia, que utiliza el agua en diversas formas (caliente, fría, vapor e incluso hielo) para tratar diferentes afecciones. Esta técnica, que tiene sus raíces en civilizaciones antiguas como las de Egipto, Grecia y Roma, es utilizada tanto en la fisioterapia moderna como en las

prácticas tradicionales de sanación. El agua caliente relaja los músculos y mejora la circulación, mientras que el agua fría reduce la inflamación y alivia el dolor. En las comunidades indígenas, la hidroterapia está profundamente conectada con los rituales de purificación y sanación. El temazcal, un baño de vapor mesoamericano, es un ejemplo de cómo se utiliza el agua con fines terapéuticos y espirituales. Este baño no solo es un tratamiento físico, sino también un ritual de purificación y renovación espiritual. La medicina tradicional mexicana es un sistema holístico de sanación que ha perdurado a lo largo de los siglos, fusionando las prácticas indígenas con influencias europeas, africanas y asiáticas. Este sistema se enfoca en el equilibrio entre la salud física, emocional y espiritual, utilizando remedios naturales, rituales y prácticas comunitarias. Uno de los elementos más destacados de la medicina tradicional es el uso de plantas medicinales (fitoterapia). Las comunidades indígenas poseen un profundo conocimiento de la flora local y utilizan plantas como la árnica, la manzanilla y el epazote para tratar diversas afecciones. Además, el curanderismo, una práctica de sanación integral, aborda no solo los problemas físicos, sino también los emocionales y espirituales, a través de oraciones, rituales y medicina herbal. En conclusión Los usos y costumbres de las comunidades indígenas de los Altos de Chiapas, así como sus prácticas de sanación tradicional como la fangoterapia, la hidroterapia y la medicina herbolaria, son mucho más que simples tradiciones ancestrales. Representan una forma de resistencia cultural que ha permitido la continuidad de una identidad indígena diferenciada frente a las influencias externas, tanto durante la colonización como en el contexto del México moderno. Estas prácticas no se han mantenido solo por inercia o aislamiento, sino por una decisión consciente de preservar y renovar un legado que define a las comunidades en sus relaciones con el entorno natural, espiritual y social. El sistema de "usos y costumbres", que ha prevalecido desde tiempos precoloniales, no es únicamente una forma de autogobierno; es una estructura que permite a estas comunidades definir sus propios parámetros de justicia, convivencia y autoridad, de acuerdo con sus cosmovisiones y necesidades. Este sistema ha sido clave para mantener una cohesión social que, a pesar de las presiones para integrarse en un modelo estatal más amplio, ha resistido como un testimonio de autodeterminación. La permanencia de estas prácticas normativas subraya la importancia de la autonomía cultural y política en la construcción de una identidad fuerte y cohesionada, que rechaza ser diluida por las dinámicas de homogenización global. A nivel de las prácticas de salud, la fangoterapia y la hidroterapia, entre otras técnicas tradicionales, son ejemplos claros de cómo las comunidades indígenas han integrado conocimientos empíricos y espirituales para sanar el cuerpo y el alma.

Estas terapias, aunque primitivas en apariencia, contienen una sabiduría que no solo cura enfermedades físicas, sino que también establece un equilibrio profundo entre el individuo y su entorno. En un mundo donde la medicina científica tiende a segmentar la salud física y mental, estas prácticas brindan una perspectiva integral que aborda las necesidades del ser humano desde una visión más completa, incluyendo elementos naturales y espirituales que rara vez son considerados en los sistemas médicos convencionales.

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

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