



**Mi Universidad**

**Ensayo**

*Evelin Domínguez Ángeles*

*Primer parcial*

*Interculturalidad y salud II*

*Dr. Jiménez Ruiz Sergio*

*Medicina Humana*

*2° semestre*

*Comitán de Domínguez, Chiapas a 07 de marzo de 2025*

## Ensayo de interculturalidad y salud II

Comenzaré comentando sobre los usos y costumbres en las comunidades indígenas de los altos de Chiapas como una estructura conservadora estos usos y costumbres han evolucionado desde los tiempos pre-coloniales, y se siguen practicando formas propias de autogobierno también mantienen desde hace largo tiempo sus usos y costumbres por lo cual se resisten al cambio. Estas comunidades tienen 5 características las cuales son que están en un espacio o extensión de territorio definido por la posesión, como también tienen una historia que circula o se transmite a través de generación en generación un idioma propio de dicha comunidad, una organización que define lo político lo cultural social civil económico y religioso y también existe un sistema comunitario para la administración. Para los indígenas chamulas la comunidad es una sola unidad en sus propios términos “una sola alma” lo que significa que toda la comunidad debe de tener un pensamiento único y deben de ser incapaces de aceptar otro tipo de pensamiento o algún tipo de diferencia Por ejemplo en su tipo de vestimenta o las tradiciones que tienen en cada comunidad está sola alma es una comunidad que no reflexiona sobre sí mismo, así también existen factores que modificaron a las comunidades indígenas por ejemplo las epidemias la colonización y la imposición de formas políticas y sociales, Lo vestimenta y el lenguaje de comunidad delimita la pertenencia, en las comunidades existen sistemas de cargos que quiere decir que las personas de la comunidad tienen un número de responsabilidades con todo, estas responsabilidades pueden ser el agraviado los suplentes el tesorero y el presidente municipal y también cabe recalcar que ellos se encargan de bienestar de la población y que año con año esto se cambian para que así todas las personas de la comunidad sostengan al pueblo indígena con ayuda del Tequio que en si es realizar un trabajo completamente obligatorio para la comunidad Como por ejemplo Apagues las calles Cortar el pasto cada cierto tiempo pintar las iglesias etc. De igual manera se menciona que en los pueblos de los altos de Chiapas si no es que en todas las comunidades del país las mujeres no tienen voz ni votos en el ámbito laboral ya que estas decisiones las toman los hombres, asimismo sus vestimentos como ya se habían mencionado son tradicionales llegando a usar trajes con alto valor económico. Dentro de la misma comunidad existen las medicinas locales y se menciona que los médicos locales de la comunidad luchan para que tengan el reconocimiento que se merecen ya que sus haberes no son reconocidos, la comunidad también tiene un desencantamiento a la modernidad ya que como consecuencia de la misma se perdió como sociedad la armonía solidaridad social y sobre todo las relaciones que tenemos con la naturaleza.

En los altos de Chiapas y en todas las comunidades locales que tiene México no es aprobada la biomedicina ya que no confían 100% en ella debido a sus usos y costumbres por eso se sigue ocupando las medicinas locales que se reducen a la medicina herbolaria. Por eso los médicos tienen que estar capacitados y entender la cosmovisión y los usos y costumbres de las comunidades indígenas y adaptarse también a la forma en la que perciben las cosas y las entienden, las culturas locales están basadas en el cambio y en la hibridación de la cultura que están expuestos a cambios nuevos que no quieren aceptar y no quieren dejar sus costumbres. Por otro lado es importante mencionar el poder curativo de la arcilla que tiene orígenes hace mucho tiempo, en Egipto fue la cuna de la utilización de la arcilla ya que los médicos faraones ocupaba la arcilla y esto se registró en los papiros, los faraones trabajaban con el ocre amarillo que es una tierra arcillosa mezclaba con óxido de hierro, como también el sabio Dioscorides habló de la arcilla en su tratado sobre la materia médica ya que mencionaba que la arcilla curaba los abscesos cicatrices a las heridas a lo largo de la historia, se ha hablado sobre la arcilla ; Avicena Habló de la arcilla en su obra canon de la medicina, Marco Polo hizo notar que los peregrinos que se enfermaban o padecían mejoraban. El origen de la arcilla sería se deriva de la descomposición de los silicatos de aluminio potasio calcio y sodio que se forman a muy altas temperaturas bajo la corteza terrestre al componente al que se le atribuye su maleabilidad es al caulín pero no sólo eso la arcilla también contiene humus vegetal, limonita, Cal, magnesio y óxidos alcalinos los poderes curativos de la arcilla o las principales son regular la temperatura la absorción que tiene lo antiácida y es y su poder cicatrizante la arcilla también nos da beneficios a la salud que dependerá del tipo de arcilla y de la forma en la que se apliquen se recomienda más que se aplique de manera externa los tipos de arcilla son la arcilla blanca que es antibacteriana y antiinflamatoria y nos ayuda a la cicatrización de las heridas de la piel y es empleada incluso como en cuajalitepeal, la arcilla negra elimina las verrugas, la arcilla roja mejora la circulación cura la rigidez desaparece la fiebre, la arcilla verde trata afecciones de las piernas, articulaciones, músculos y edemas. Con respecto a la hidroterapia, la hidroterapia es la utilización terapéutica del agua ya que contiene propiedades físicas que tiene fines terapéuticos hacia nosotros, debido al agua que es la sustancia más abundante en la superficie terrestre ya que se encuentra en cualquiera de sus estados líquido sólido o gaseoso pero el agua en estado puro contiene propiedades organolépticas. Existen tipos de aguas que se pueden clasificar en aguas profundas de menor interés terapéutico pero con propiedades mineromedicinales y también están las aguas superficiales por ejemplo el agua de los manantiales y fuentes espontáneas que se denominan manantiales freáticos y manantiales a los que se accede a través de pozos artesianos o un sistema de bombeo.

El agua tiene un impacto profundo en nosotros. Su temperatura puede ser refrescante o relajante, y entender su estructura nos ayuda a aprovechar sus beneficios. Desde el agua helada hasta la templada, cada temperatura tiene su propio efecto en nuestro bienestar. Prácticas como la hidroterapia, los baños parciales y las duchas son formas de conectarnos con el agua y mejorar nuestra salud. Incluso las duchas diarias pueden ser una experiencia rejuvenecedora, las compresas y los baños locales son herramientas valiosas para aliviar dolores y malestares. El agua tiene el poder de sanar y relajar, y su uso terapéutico puede ser transformador. Al aprovechar el poder del agua, podemos mejorar nuestra calidad de vida y encontrar alivio para nuestras dolencias. Ya sea mediante la hidroterapia o simplemente disfrutando de un baño, el agua está aquí para ayudarnos a sentirnos mejor.

### **Referencias bibliográficas:**

- 1.- Héctor Gómez Peralta. (2005). Los usos y costumbres en la comunidad indígenas de los altos de los Altos de Chiapas como una estructura conservadora, SciELO.
- 2.-Steffan Igor Ayora Díaz. (2010). Medicinas Locales en los altos de Chiapas. Asociación Nueva Antropología Moderna.
- 3.- Pierre Bourgeois. (2016). El extrordinario poder curativo de la Arcilla. Parkstone international.
- 4.- Luis Bernal. (2024). Hidroterapia. Del huerto de Marimón. 32 tema