



# Mi Universidad

**Ensayo**

*Royber Domínguez Hernández*

*1er Parcial*

*Interculturalidad y Salud I I*

*Dr. Sergio Jiménez Ruiz*

*Licenciatura en Medicina Humana*

*2° semestre*

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

Los usos y costumbres en las comunidades indígenas en los altos de Chiapas se considera una estructura conservadora, ya que mantienen sus raíces, valores y principios que han sido establecidos. En estos usos y costumbres se mantienen la forma de autogobierno y se siguen rigiendo por sistemas normativos. La historia juega un papel muy importante, con esta vemos la resistencia como un hilo continuo. Floriberto Díaz, menciona ciertas características que se distinguen en una comunidad, por ejemplo, “un espacio territorial, demarcado y definido por la posesión”, “una variante de la lengua del pueblo, a partir de la cual identificamos nuestro idioma común”, éstas son algunas características, que se toman en cuenta para identificar como se estructura y se manejan los principios en una comunidad. A una comunidad indígena, se le conoce como personas con historia, pasado, presente y futuro. Una comunidad no solo se define físicamente, sino también espiritualmente, siempre y cuando tomando en cuenta su relación con la naturaleza. Los indígenas Chamulas, utilizan el concepto de “una sola alma”, esto quiere decir que, tienen la obligación de tener un pensamiento único, no son capaces de aceptar las diferencias que existe en su interior y no pueden ponerse en contra de sus normas. Las comunidades indígenas presentaron un cambio y esto fue debido a los factores como la epidemia, imposiciones políticas y sociales, principalmente, la colonización. Gracias a estos factores, la salud en las comunidades se integra promoviendo la homogeneidad social, siempre y cuando se apliquen los valores compartidos de las participaciones y mantener una buena relación con las comunidades. Por ello, es importante tener presente a la interculturalidad, ya que está nos ofrece una imagen exótica de las culturas locales y nos informa acerca de los tratamientos naturales que se presentan en las comunidades, como un claro ejemplo, en los altos de Chiapas. Existen diferentes ideas culturales, gracias a las investigaciones históricas se puede obtener gran información sobre cada cultura y sus diferentes tratamientos enfocados a la salud. La fangoterapia es un claro ejemplo de un tratamiento, que en las antigüedades fue surgiendo y dándose credibilidad, para que en el futuro se mantuviera al margen de cada persona, cuya finalidad es recibir tratamientos con arcilla o lodo y recibir grandes beneficios, como lo es en la piel. La fangoterapia, también es conocida como terapia con lodo o barro, es una de las prácticas más antiguas en la medicina tradicional. Desde tiempos remotos, de diferentes maneras se ha utilizado la fangoterapia, se ha reconocido las propiedades curativas de los fangos y lodos de ciertas zonas geográficas, como las aguas termales y los barro terapéuticos de diversas partes del mundo. Estos fangos pueden ser mezclados con aguas termales o aceites esenciales para potenciar sus efectos. Uno de los

beneficios más conocidos de la fangoterapia es su capacidad para mejorar la salud de la piel. El barro contiene minerales y compuestos que pueden ayudar a limpiar la piel, eliminar toxinas y promover la regeneración. Uno de los efectos más notables de la fangoterapia es su capacidad para ayudar al cuerpo a eliminar toxinas. La fangoterapia no solo tiene aplicaciones en el ámbito médico, sino que también se utiliza ampliamente en tratamientos estéticos. Los spas y centros de bienestar han adoptado la fangoterapia como parte de sus ofertas de tratamientos de belleza, debido a su capacidad para mejorar la apariencia de la piel. Aunque la fangoterapia es una práctica tradicional, en las últimas décadas se han realizado estudios científicos para analizar sus beneficios y mecanismos de acción. Otra forma de tratamiento tradicional, es la hidroterapia, esta es utilizada en terapias que llevan un factor indispensable el cual es el agua, ya que contiene propiedades físicas que dan un gran aporte al cuerpo humano. El agua es la sustancia que más abunda en la tierra, está es encontrada en todos sus estados, los cuales son, líquido, sólido, gaseoso, por lo tanto, es usada de diferentes maneras. El agua también tiene un claro efecto en el aspecto psicológico. La hidroterapia es una herramienta valiosa que combina los beneficios físicos y emocionales del agua para tratar una variedad de afecciones, aunque no reemplaza a los tratamientos médicos convencionales, suele ser efectiva y practicada por muchos, tiende a enfocarse al cuidado físico y emocional del que sigue sus pasos. Se menciona que la hidroterapia puede incluso tener efectos positivos sobre el estado de ánimo y el bienestar general, mejorando la calidad del sueño y ayudando a combatir la depresión y ansiedad, esto se debe al estado de relajación en el que entra el cuerpo. Existen recomendaciones sobre el tipo de agua que puede ser empleado para los tratamientos, ya que existen aguas minerales y mineromedicinales, las cuales sus características fisicoquímicas las hacen recomendables. Por ejemplo, las aguas profundas, son de menor interés en la terapia, pero, tienden a tener propiedades mineromedicinales, las aguas superficiales, en este tipo de agua entran los manantiales y fuentes espontáneas, un claro ejemplo son los manantiales friáticos. Existen un sinnúmero de estudios y terapias que tienen relaciones con el agua, la hidrología, que es el parto de las ciencias naturales que se ocupa del estudio del agua, la climatoterapia, uso de los climas como actividad terapéutica, la balneoterapia, este es el tratamiento de afecciones mediante el uso combinado de hidroterapia y la hidrología. Es importante que tengamos en cuenta los tratamientos y la historia de cómo se van desarrollando en el pasar de los años, aunque nuestro enfoque sea científico, debemos comprender la relación de las diferentes ideas que el paciente pueda expresar, para comprender y satisfacer sus necesidades.

## **BIBLIOGRAFÍAS**

1. Héctor Gómez Peralta, 2005/Mayo-Agosto. Los usos y costumbres en las comunidades indígenas de los altos de Chiapas como estructura conservadora.
2. Steffan Igor Ayora Díaz, 2010/Enero-Julio. Modernidad alternativa: Medicinas locales en Los Altos de Chiapas.
3. Pierre Bourgeois, 2016. El extraordinario poder curativo de la arcilla. Google Block, P.C. 2020.
4. Luis Bernal, Hidroyterapia, 2011. Oposiciones de fisioterapia, MAD