



# Mi Universidad

## Ensayo

*Sara Judith Armendáriz Mijangos*

*Ensayo*

*1er Parcial*

*Interculturalidad y Salud II*

*Dr. Sergio Jiménez Ruiz*

*Licenciatura en Medicina Humana*

*2do Semestre*

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

Las tradiciones arraigadas en las comunidades indígenas son un reflejo profundo de su identidad cultural, historia y cosmovisión. Estas prácticas, que han sido transmitidas de generación en generación, abarcan una gama de aspectos, desde los rituales de festividad hasta formas de vida y sistemas de organización social. En muchas comunidades, estas tradiciones están intrínsecamente ligadas a la naturaleza y al entorno, lo que les permite mantener un equilibrio con su medio ambiente. A través de danzas, ceremonias, mitos, leyendas, los pueblos indígenas expresan su conexión con sus ancestros y su entorno conservando su herencia cultural, con esto se da a entender que las tradiciones no son solo un medio de cohesión social sino que también una forma de resistencia y afirmación de su identidad en el mundo en constante cambio. En lo que es las medicinas locales en los altos de Chiapas, esta representa un sistema de salud integral que combina conocimientos ancestrales con prácticas contemporáneas. Las comunidades indígenas de esta región han desarrollado un enfoque holístico hacia la salud, donde la medicina tradicional se entrelaza con la espiritualidad y la cosmovisión indígena. El uso de plantas medicinales, rituales curativos y la figura del curandero son elementos fundamentales en este sistema, que busca no solo tratar enfermedades, sino también restaurar el equilibrio físico, emocional y espiritual del individuo. En la fangoterapia es una forma de terapia médica que utiliza el barro o la arcilla para tratar diversas afecciones y enfermedades. Esta práctica tiene sus raíces en la medicina tradicional y ha sido utilizada durante siglos en diferentes culturas para promover la salud y el bienestar. La fangoterapia se basa en la idea de que el barro o la arcilla tienen propiedades terapéuticas que pueden ayudar a aliviar el dolor, reducir la inflamación y promover la curación. El barro se compone de minerales y elementos químicos que pueden ser absorbidos por la piel, lo que permite que sus propiedades terapéuticas sean aprovechadas por el cuerpo. La fangoterapia se utiliza para tratar una variedad de afecciones, incluyendo la artritis, la fibromialgia, la ciática, la hernia discal, la ansiedad y el estrés. También se utiliza para promover la relajación y el bienestar general. Y en la hidroterapia es una forma de terapia médica que utiliza el agua para tratar diversas afecciones y enfermedades. La hidroterapia se basa en la idea de que el agua tiene propiedades terapéuticas que pueden ayudar a aliviar el dolor, reducir la inflamación y promover la curación. El agua se utiliza en diferentes formas, incluyendo baños, duchas, masajes y ejercicios acuáticos. A continuación se explicara de manera más detallada cada uno de los temas ya mencionados. Los usos y costumbres en las comunidades indígenas en los altos de Chiapas como una estructura conservadora. Se siguen practicando formas

propias de autogobierno y se rigen por sistemas normativos, que han evolucionado desde los tiempos pre-coloniales conocidos como “usos y costumbres”. La fuerza actual de la identidad y organización indígena en nuestro país se ve a través de la historia como un hilo continuo de resistencia a formas ajenas. Como personas con historia, pasado, presente y futuro, que no solo se puedan definir concretamente, físicamente, sino también espiritualmente en relación con la naturaleza, es como entendemos a una comunidad indígena. Para los indígenas chamulas la “comunidad” es una sola unidad o utilizando sus propios conceptos “una sola alma”, ser una sola alma obliga a tener un pensamiento único, incapaz de aceptar la diferencia en su interior, está sola alma es un “esquema de orientación al problema de significado”. La comunidad indígena, tal y como la conocemos, es una creación colonial, claro, fusionándose con elementos prehispánicos. Los miembros de la comunidad comparten intereses, actividades y perspectivas, lo cual conforma un sentido de identidad compartido por los habitantes y que deriven de su pertenencia a la comunidad. La realización de un trabajo totalmente obligatorio para los miembros de una comunidad en obras de uso comunitario como puede ser la construcción de un centro ceremonial se le llama tequio. Uno de los inconvenientes de tequio sería el abuso de poder. El sistema de cargos está conformado por un cierto número de responsabilidades comunitarias, reconocidos y respetados por los miembros de la comunidad, dentro de las comunidades indígenas el prestigio y el respeto tienen un valor real y reconocido. Las mujeres en el mundo indígena trabajan desde el alba hasta el ocaso, aun así no son sujetos de prestigio ni cuentan con derechos políticos, no ocupan cargos oficiales si hay santas que las representen. Medicinas locales en los altos de Chiapas: ofrecer una imagen exótica de las culturas locales e informar acerca de las fuentes de tratamiento “natural” en la región de los altos de Chiapas, como una consecuencia de la modernidad hemos perdido como sociedad la armonía y solidaridad social, las relaciones armónicas con la naturaleza, cada vez se requiere de más médicos con una orientación holística y naturalista, los médicos locales de la región se encuentran insertos en luchas por la legitimación y reconocimiento de sus saberes por parte de las instituciones cosmopolitas, la diversidad de las medicinas locales han reducido de manera progresiva a la medicina herbolaria. La cultura colonizadora impulso de su visión religiosa, secular, política, científica, sobre los grupos locales. Otro de los temas es la fangoterapia Abete Kneipp podía afirmar que en centenares de casos, la arcilla resulto ser un remedio magnifico. En Egipto fue la cuna de la utilización de la arcilla con fines terapéuticos, eran utilizados por los médicos faraones que trabajaban con el ocre amarillo, que es una tierra

arcillosa, mezclada con óxido de hierro, su uso era para las heridas de la piel, inflamaciones y enfermedades internas, otros usos eran los embalsamadores para la momificación de los cuerpos. El sabio Dioscórides: Hablo de la arcilla en su tratado sobre la materia médica. Dice que cura los abscesos y cicatrizan las heridas en cuanto se producen. Los beneficios a la salud y bienestar dependerán del tipo de arcilla y forma de aplicación. Lo más recomendado es el uso externo, en forma de cataplasma, mascarillas o baños, estos se les pueden agregar aceites esenciales, extractos o plantas que potencien su acción terapéutica. La hidroterapia es la utilización terapéutica del agua por sus propiedades físicas; podemos definirla también como 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. La hidroterapia, la fagoterapia y las medicinas locales en los Altos de Chiapas son prácticas profundamente enraizadas en las tradiciones indígenas de la región, las cuales no solo reflejan un vasto conocimiento ancestral, sino también una conexión espiritual y cultural con la naturaleza. La hidroterapia, que utiliza el agua como medio terapéutico, es un ejemplo de cómo las comunidades indígenas aprovechan los recursos naturales para la sanación, buscando equilibrio entre cuerpo y mente. La fagoterapia, por otro lado, basada en el uso de hongos medicinales, es una muestra de la riqueza botánica de la región y del conocimiento tradicional sobre las propiedades curativas de diversas especies. Las medicinas locales en los Altos de Chiapas, en su conjunto, abarcan un amplio espectro de remedios derivados de plantas, minerales y otros elementos naturales que, combinados con rituales y ceremonias, tienen un enfoque holístico hacia la salud, considerando tanto lo físico como lo espiritual.

## REFERENCIAS

- 1.- Gómez Peralta, H. (2013). Los usos y costumbres en las comunidades indígenas de los altos de Chiapas como una estructura conservadora.
- 2.- Ayora Díaz s/f. (2010). Modernidad Alternativa Medicinas locales c/h los Altos de Chiapas Nueva Antropología.
- 3.- Pierre Bourgeois (2010). El extraordinario poder curativo de la arcilla. Parkstone Internacional.
- 4.- Luis Bernal, (2024). Hidroterapia del Ituerto Marmon 32 temas.