



Mi Universidad

Control de lectura

Elsi Adamari Vinalay Velázquez

Interculturalidad y Salud II

Medicina Humana

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

2do "A"

Unidad III

Comitán de Domínguez, Chiapas a 30 de mayo de 2025.

OZONOTERAPIA EN MEDICINA DEL DOLOR.

REVISIÓN

Dr. Sergio
Jimenez Ruiz

Adamari Vinalay

La ozonoterapia usa una mezcla de oxígeno y ozono para tratar el dolor, especialmente el dolor muscular y de articulaciones, esto funciona reduciendo la inflamación y el dolor muscular y de articulaciones, activando los antioxidantes del cuerpo y mejorando la circulación, se administra de diferentes formas, inyecciones directas en el área afectada, inyecciones intravenosas (autohemoterapia), o por vía rectal, dependiendo de la condición y la preferencia del médico, aunque existen estudios que muestran resultados positivos, se necesita más investigación para confirmar completamente su efectividad y seguridad a largo plazo, debido a que existen algunas contraindicaciones, como problemas de azúcar en la sangre o trastornos de coagulación, por tanto es crucial que solo profesionales médicos capacitados y con experiencia realicen este tipo de tratamiento, siguiendo protocolos estrictos para minimizar cualquier riesgo, el ozono al ser un gas altamente oxidante, reacciona con los fluidos del cuerpo, produciendo sustancias que combaten la inflamación y el dolor, además de estimular la regeneración de tejidos, se ha utilizado con éxito en diversas afecciones, incluyendo artritis, tendinitis, dolores de espalda, hernias discales, y lesiones de hombros y rodilla, a veces incluso en casos resistentes a otros tratamientos, algunos estudios comparan su efectividad con otros tratamientos como los esteroides, mostrando resultados efectivos y positivos, aunque la evidencia científica aún es limitada y se necesitan más ensayos clínicos para establecer su lugar definitivo en el tratamiento del

PLANTAS MEDICINALES LA REALIDAD DE UNA TRADICIÓN ANCESTRAL

Dr. Sergio
Jimenez Ruiz

Adamari Vinala,

Considero que la propuesta de incorporar las experiencias de lucha de los sectores subordinados es valiosa y necesaria para una antropología más justa y comprometida, la idea de desarrollar nuevos conceptos que surjan de las propias experiencias de los sujetos, en lugar de imponer categorías preestablecidas, Francisco Javier Gómez indaga sobre la necesidad de que la antropología social supere el empirismo de la 'cosa observada' ya que esta epistemología contribuye a la clasificación y control de los sujetos, este argumenta que existen otro conocimiento, uno de carácter desafiante, que incorpora las experiencias de lucha de los sectores subordinados, generalmente estudiados por los antropólogos, este conocimiento desafía la producción académica e intelectual dominante, es así que plantea el uso de terapias complementarias, que incluyen los remedios con plantas, que está aunque no se crea, es una práctica muy común y se ven por todos lados, así también en la mayoría de los casos se desconoce el o los principios activos químicos relacionados con los efectos benéficos que se la atribuyen, lo más común es usar las hojas y las flores y esporádicamente el tallo y la raíz, es así que también las plantas medicinales se consumen directamente o pueden ser preparadas a manera de infusiones, tes y como cualquier otro método, no hay pruebas suficientes para descartar todo mal y buen resultado.

REIKI UNIVERSAL

Dr. Sergio
Jimenez Ruiz

___/___/___
Adamari Vinalay

El reiki es una práctica de sanación que se originó en Japón a principios del siglo XX, creada por Mikao Usui, esta técnica se basa en la idea de que existe una energía vital universal que fluye a través de todos los seres vivos, esta energía conocida como "ki", "qi" o "chi", es esencial para nuestra salud y bienestar, cuando esta energía está equilibrada y fluye libremente nos sentimos bien físicamente y emocionalmente; sin embargo cuando hay bloqueos o desequilibrios pueden surgir problemas de salud, el proceso del Reiki implica en la canalización de esta energía a través de las manos del practicante hacia la persona que recibe la terapia, Durante una sesión de reiki, el receptor se acuesta cómodamente, vestido y en un ambiente tranquilo, el practicante coloca las manos sobre o cerca del cuerpo del receptor, sin necesidad de tocarlo directamente, a través de esta conexión, el practicante puede ayudar a liberar tensiones, aliviar el estrés y promover una profunda sensación de relajación, una de las características más destacadas del Reiki es su accesibilidad, no se requiere experiencia previa ni conocimientos especiales para beneficiarse de esta práctica, cualquier persona puede recibir una sesión de Reiki, independientemente de su edad o estado físico, además el Reiki no está vinculado a ninguna religión ni creencia específica; es una herramienta que puede complementarse con otros tratamientos médicos.

REFERENCIAS

1. Hidalgo Tallón, F. J. y Torres Morera, L. M. (2013). Ozonoterapia en medicina del dolor. Revisión. Revista de la Sociedad Española del Dolor, 20 (6).
2. Guzmán Maldonado, S. H.; Díaz Huacuz, R. S.; González Chavira, M. M. (2017). Plantas medicinales la realidad de una tradición ancestral. Instituto Nacional de Investigaciones Forestales, Agrícolas y Pecuarias y Centro de Investigación Regional y Centro de Campo Experimental Bajío.
3. De' Carli, J. (2012). Reiki Universal. EDAF.