

OZONOTERAPIA.

La ozonoterapia en medicina es una realidad, y cada vez hay más profesionales haciendo uso del ozono médico como complemento terapéutico para diferentes enfermedades relacionadas con el estrés oxidativo, incluido el dolor crónico. Existe una organización médica en torno a la ozonoterapia, y hay asociaciones profesionales que garantizan la buena praxis, y se enseña la ozonoterapia en másteres y cursos de expertise de diversas universidades. Cabe destacar que en el mundo hay hasta más de 26,000 médicos expertos en ozonoterapia, recientemente ha incluido el Ministerio de Sanidad español la ozonoterapia en la cartera de servicios de las unidades de dolor, por lo que se hace necesario que el médico experto en el tratamiento del dolor conozca el fundamento científico de la ozonoterapia médica y cómo actúa, tanto a nivel local como sistémico. Digo que el ozono será una molécula formada por tres átomos de oxígeno en lugar de los dos de los que se compone la molécula de oxígeno. Las aplicaciones de ozono médico se remontan a principios del siglo pasado. Numeros muy altos de autores han trabajado a nivel preclínico sobre los efectos de la ozonoterapia sobre los organismos vivos, pudiéndose demostrar efectos beneficiosos sobre la capacidad antioxidante celular y la adaptación ante los procesos de isquemia / reperusión. En una lista clínica, la ozonoterapia presenta múltiples aplicaciones médico - quirúrgicas, todas ellas relacionadas con la capacidad germicida del ozono, con los procesos isquémicos, y con los

PLANTAS MEDICINALES

En México, el uso de plantas medicinales tiene raíces ancestrales y se basa en la herbolaria tanto precolombina como europea. Las partes de las plantas empleadas varían según la receta, siendo común el uso de hojas y flores. Los remedios pueden ser consumidos directamente, en infusiones o formulaciones homeopáticas. El uso de terapias complementarias, que incluyen estos remedios, ha ido aumentando a nivel global, aunque muchos de sus principios activos son desconocidos. Investigaciones recientes buscan identificar compuestos con actividad biológica, pero la caracterización química de las especies utilizadas en la medicina tradicional sigue siendo suficientemente limitada. La EFSA que es la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria ha advertido sobre posibles riesgos asociados a ciertas plantas, instando a la cautela. En el contexto mexicano, hay innumerables plantas, instando a la cautela de las cuales se destacan ocho: el diente de león, el perejil, hierbabuena, insulina, tabaco, manzanilla, stachys y salvia. Estas plantas son utilizadas comúnmente para tratar dolencias frecuentes como diabetes, quemaduras y problemas estomacales. Se desconoce la variabilidad genética de estas especies a pesar de su amplia distribución en el país, en jardines y campos, como ya dicho.

REIKI.

• El Reiki es una práctica de sanación energética que se originó en Japón a principios del siglo XX, desarrollada por Mikao Usui de boca en la idea de que hay una energía vital universal que fluye a través de todos nosotros y que puede ser canalizada para promover la sanación física, emocional y espiritual. Este tiene sistemas como: **Reiki Usui**: Este es el sistema original y más conocido de centra en la transferencia de energía a través de las manos del practicante al paciente. El Reiki Usa utiliza símbolos específicos para potenciar la energía y facilitar la sanación. Los practicantes pasan por diferentes niveles de iniciación → Shoden, Daijoden y Shinpiden) para profundizar su conexión con la energía. **Reiki Tibetano** Usa la imposición de manos para canalizar y transmitir esa energía de la persona que la recibe. Se usan símbolos específicos en el Reiki Usa Tibetano para aumentar la eficacia de la sanación y facilitar el flujo de energía.

• Habla que tiene diferentes niveles de formación en Reiki, desde el nivel inicial (1er. Grado) hasta los niveles más avanzados (Segundo grado y maestría). Cada nivel incluye enseñanzas específicas y enseñanzas sobre símbolos y técnicas avanzadas. Se pueden explorar modalidades como el Reiki Usui, el Reiki Tibetano, y otros enfoques como el Kahuna o el Osho. También dice que las prácticas fundamentales para realizar sesiones de Reiki. Esto incluye la imposición de manos en diferentes posturas.

Bibliografías.

- 1- Hidalgo-Tallón, F.J., &Torres, L.M.(2013) . Ozonoterapia en medicina del dolor: revisión. Revista de la Salud – Sociedad española del dolor, 20 (6), 291-300

- 2- Civismán Maldonado, S.H., Díaz Huacuz R.S., & González Chauna, M.M. (2017). Plantas medicinales: la realidad de una tradición ancostral. Instituto Nacional de investigaciones Forestales, Agriculturas y Pecuarias (INIFAP).

- 3- De Corli, Johnny (2006) Reikiuniversal: usul, tibetano, kahuana geshe. Incluye todos los símbolos. Bolsillo.Edaf (512) 23-46.