Yahoni Cisneros Yepez

Cuadros sinópticos

Tercer parcial

Interculturalidad y salud II

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Licenciatura en medicina humana

Segundo semestre, grupo C

Comitán de Domínguez, Chiapas a 26 de mayo de 2025

Ozonoterapia

- **Bases**
  - Ozono médico: Mezcla de oxígeno (O_2) y ozono (O_3), con ≤5% de ozono.
  - Propósito: Inducir una "microoxidación controlada" para activar el sistema antioxidante celular.
- **Vías de administraci**
  - **Tópica:** Para cicatrización y acción germicida (bolsas, agua/aceites ozonizados).
  - **Infiltrativa**
    - **Concentración:** 4–30 µg/ml.
    - **Usos:** Hernias discales, artritis, tendinitis, síndromes miofasciales.
  - **Sistémica**
    - Autohemoterapia (mayor/menor).
    - Insuflación rectal.
- **Efectividad en**
  - **Hernias discales**
    - Reducción del volumen discal y alivio del dolor (65–80% de éxito).
    - Alternativa a cirugía (menos invasiva, bajo costo).
  - **Artrosis de rodilla/hombro:** Mejora comparable a ácido hialurónico o esteroides.
  - **Fibromialgia**
    - Reduce dolor y fatiga
    - Autohemoterapia/insuflación rectal
- **Mecanismos de Acción**
  - **Antiinflamatorio**: Inhibe citoquinas (IL-1, IL-6, TNF-α) y prostaglandinas.
  - **Analgésico**: Oxida receptores del dolor y activa sistemas antinociceptivos.
  - **Regenerativo**: Estimula fibroblastos y condrocitos (reparación tisular).
- **Ventajas vs. Tratamientos Convencionales**
  - Frente a corticoesteroides:
    - No debilita tendones, sin riesgo de necrosis avascular.
    - Aplicable en infecciones (efecto germicida).
  - Frente a cirugía: Menos invasiva, menor tiempo de recuperación.
- **Contraindicacione**
  - Absolutas: Favismo (déficit de glucosa-6-fosfato deshidrogenasa).
  - Relativas: Embarazo, hipertiroidismo no controlado, trombocitopenia.
- **Seguridad**
  - Efectos adversos raros: (<0.1%): Náuseas, cefalea, reacciones vagales.
  - Prohibido: Inhalación (tóxico) e inyección intravenosa

Plantas medicinales

Árnica

- Heterotheca inuloides / Arnica montana
- Usos: Antiinflamatorio, antimicrobiano, contusiones, heridas.
- Compuestos: Lactonas sesquiterpénicas, flavonoides.
- Precaución: No usar en niños sin supervisión médica.

Epazote

- Chenopodium ambrosioides
- Usos: Antiparasitario, digestivo, emenagogo.
- Compuestos: Ascaridol, limoneno, alcanfor.
- Riesgos: Tóxico en dosis altas, puede causar convulsiones.

Hierbabuena

- Mentha spicata
- Usos: Náuseas, dolores, antioxidante, antimicrobiano.
- Compuestos: Carvona, limoneno, ácido rosmarínico.
- Reconocida como segura (GRAS).

Insulina

- Costus igneus / Costus pictus
- Usos: Tratamiento complementario de la diabetes.
- Compuestos: Flavonoides, vitaminas, minerales.
- Evidencia: Efectiva en ratas y humanos; moderar su uso.

Lavya/Lavanda

- Lavandula angustifolia
- Usos: Relajante, ansiolítico, analgésico.
- Compuestos: Terpenos, linalol, limoneno.
- Segura: No se reportan efectos tóxicos.

Manzanilla

- Chamomilla recutita / Chamaemelum nobile)
- Usos: Trastornos digestivos, ansiedad, insomnio.
- Compuestos: Apigenina, bisabolol, flavonoides.
- Propiedades: Antiinflamatoria, anticancerígena.

Stevia

- Stevia rebaudiana
- Usos: Edulcorante natural para diabéticos.
- Compuestos: Esteviósidos, rebaudiósido A.
- Evidencia: Hipoglucemiante, antioxidante, segura.

Sábila

- Aloe vera
- Usos: Quemaduras, heridas, cosmética.
- Compuestos: Polisacáridos, vitaminas, minerales.
- Propiedades: Antibacteriana, regenerativa, antioxidante.

Reiki

¿Qué es?

- Reiki: Energía Vital Universal (REI = espiritual/universal, KI = energía individual).
- Propósito: Equilibrar los 7 chakras para restaurar la salud física, mental, emocional y espiritual.
- Características
  - Energía no polarizada (sin positivo/negativo).
  - No agota al practicante (usa energía cósmica, no personal).
  - Enfoque holístico (integra cuerpo, mente, emociones y espíritu).

Principios Éticos del Reiki (Dr. Usui)

I. Evitar la ira y el mal humor.
II. Liberar preocupaciones.
III. Agradecer y respetar a padres, maestros y mayores.
IV. Trabajar con honestidad.
V. Amar y respetar a todos los eres vivos.

Símbolos y Significado

- Ideograma: Representa una "lluvia maravillosa de energía".
- Color simbólico: Verde (curación) y dorado (energía cósmica).
- Símbolo del bambú: Flexibilidad, crecimiento y resistencia ante la vida.

Iniciación y Niveles de Reiki

- Nivel I (Físico)
  - Apertura de canales energéticos.
  - Sanación mediante posición de manos.
- Nivel II (Mental/emocional)
  - Uso de símbolos sagrados.
  - Sanación a distancia y equilibrio emocional.
- Nivel III-A (Conciencia)
  - Maestría interior y conexión con el karma.
- Nivel III-B (Maestrazgo)
  - Capacidad para iniciar a nuevos practicantes.
- Proceso de iniciación
  - 4 sintonizaciones (corazón, garganta, tercer ojo, corona).
  - 21 días de limpieza energética (dieta saludable, auto-Reiki diario).

Los 7 Chakras Principales

- Base (Muladhara)
- Sacro (Swadishthana)
- Plexo Solar (Manipura)
- Corazón (Anahata)
- Garganta (Vishuddha)
- Tercer Ojo (Ajña)
- Corona (Sahasrara)

Referencias bibliograficas

1. Guzmán Maldonado, S. H., Díaz Huacuz, R. S., & González Chavira, M. M. (2017). Plantas medicinales: La realidad de una tradición ancestral (Folleto informativo Núm. 1). Instituto Nacional de Investigaciones Forestales, Agrícolas y Pecuarias (INIFAP). https://vun.inifap.gob.mx/VUN_MEDIA/BibliotecaWeb/_media/_folletoinformativo/1044_4729_Plantas_medicinales_la_realidad_de_una_tradición_ancestral.pdf

2. Hidalgo-Tallón, F. J., & Torres, L. M. (2013). Ozonoterapia en medicina del dolor. Revisión. Revista de la Sociedad Española del Dolor, 20 (6), 291-300. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-80462013000600003

3. Sánchez López, I. (2024, 21 de julio). Resumen libro Reiki universal Johnny De'Carli [Resumen]. SCRIBD. https://es.scribd.com/document/752214986/RESUMEN-LIBRO-REIKI-UNIVERSAL-Johnny-De-Carli