



Mi Universidad

Controles de lectura

Dana Yanely Solano Narvaez

Tercer parcial

Interculturalidad y salud II

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Licenciatura en Medicina Humana

Segundo semestre, grupo "C"

Dana Yanely

Comprendo que la ozonoterapia en medicina es un tipo de tratamiento que utiliza una mezcla de oxígeno y ozono que se utiliza para fines terapéuticos, mayormente ya se utiliza en la medicina actual, y un número creciente de profesionales la emplea en diversas enfermedades vinculadas o relacionadas al estrés oxidativo, entre ellas el dolor crónico. Es un hecho que ya hay organizaciones médicas en torno a la ozonoterapia, que le proporcionan un respaldo institucional, al igual que la supervisan y promueven su práctica adecuada y segura. En la actualidad el empleo de infiltraciones de oxígeno y ozono en el tratamiento de trastornos musculares y articulares se está volviendo cada vez más común, sabemos que C. Verga fue el primero en reportar el uso del ozono administrado por vía intramuscular, especialmente en la zona paravertebral y en puntos gatillo, para tratar a pacientes con lumbalgia crónica. Aunque su uso está en aumento, la evidencia científica que lo respalda sigue siendo limitada, probablemente debido a que su aplicación se da casi exclusivamente en el sector privado. Nos adentramos con la ozonoterapia en patologías de rodilla, aquí encontramos a Riva Sanseverino, quien estudió a 156 pacientes con problemas articulares en la rodilla, incluyendo artritis postraumática y gonartrosis en distintos grados de deformidad, y bueno, obtuvo resultados favorables, especialmente en aquellos casos sin deformaciones óseas graves, aquí el tratamiento se basó en la aplicación de infiltraciones intraarticulares y periarticulares. Con lo anterior nos damos una idea de la importancia de la ozonoterapia en las patologías de rodilla, ahora dejamos este punto aparte, para poder adentrarnos con la ozonoterapia en patologías de hombro, aquí ciertos colaboradores demostraron la efectividad del O_2/O_3 frente a las

PLANTAS MEDICINALES LA REALIDAD DE UNA TRADICIÓN ANCESTRAL

Dani

Yanely

~~Dr. Sergio~~
Jimenez Ruiz

En este tema abordaremos el uso tradicional de ocho plantas medicinales en México, las cuales son: árnica, epazote, hierbabuena, insulina, lavya, manzanilla, stena y sábila.

Sabemos que estas plantas se encuentran en diversas regiones del país, tanto en áreas urbanas como en áreas rurales, su comercialización es muy común en mercados y tiendas naturistas, sin embargo, el uso excesivo de estas, o el mal manejo pueden poner en peligro su conservación a beneficio de la salud.

Vamos a empezar a explicar detalladamente a cada una de estas plantas, empezando con árnica, diversas fuentes señalan la existencia de al menos dos tipos de árnica, las cuales son: *Heterotheca inuloides*, conocida también como árnica mexicana, y *Arnica montana* L, originaria de Europa, ambas son de la familia asteráceas. La variedad mexicana también recibe el nombre de acahual o acáhual, y la europea es conocida como estornudadera o tabaco de montaña. Ambas variedades de árnica han sido utilizadas con fines antiinflamatorios, antimicrobianos y como antioxidantes, al igual que también se emplean para aliviar golpes, torceduras, afecciones reumáticas, heridas, etc. Si indagamos en su composición química, podemos saber que ambas especies de árnica se han identificado con sustancias activas que cuentan con efecto inflamatorio, principalmente lactonas sesquiterpénicas, aunque en el caso del árnica mexicana, su capacidad antimicrobiana y antioxidante se atribuye a fenoles y flavonoides, que actúan junto con las lactonas ya mencionadas, además, los ácidos grasos presentes en su aceite ayudan a que estos compuestos penetren mejor en la piel y potencien su acción antiinflamatoria. Después de haber mencionado todo esto, podemos pasar con otra planta medicinal, la cual es el epazote, que ha sido utilizado por siglos en América Latina y el Caribe como condimento y en

REIKI UNIVERSAL

Dana Yanelly
Dr. Sergio
Jimenez Ruiz

Como sabemos, el reiki en término japonés, es compuesto por "Rei" que es la energía universal, y "Ki" que es la energía vital, el reiki es una técnica de sanación que de cierto modo busca armonizar el flujo de energía en el cuerpo, a través de el toque de las manos, pues se cree que el practicante transmite o canaliza energía hacia el paciente, favoreciendo así la recuperación del equilibrio físico, emocional, mental y espiritual. Esta práctica se llega a considerar segura, por lo que en la mayoría de casos no presente efectos secundarios, y actualmente la utilizan junto con tratamientos médicos convencionales. Como bien sabemos, la esencia del reiki es reconocer al ser humano como una unidad compleja de energía, cuyas alteraciones que presente se puedan corregir mediante una intervención consciente y respetuosa, y bueno, el reiki universal es considerado un sistema, ya que integra cuatro corrientes principales, las cuales son: Usui, Tibetano, Kahuna y Osho. Cada una de las cuatro corrientes se deriva a una relación con el paciente, pues de cierto modo enfatizan con el equilibrio energético mediante sus propias tácticas, haciendo que su combinación permita una práctica más flexible y armoniosa, capaz de adaptarse a diferentes necesidades y contextos culturales. De cierto modo encontramos que el reiki se puede estructurar en niveles progresivos, donde los símbolos que son utilizados en el reiki actúan como llaves de acceso a diferentes tipos de energía, estos símbolos utilizados se llegan a considerar sagrados, y su uso correcto requiere respeto, intención clara y una formación adecuada. Mediante el tacto o imposición de manos, el reiki incorpora una serie de técnicas complementarias que amplifican sus efectos, algunas de estas técnicas son: meditación, mandala de cristales, visualización

Referencias bibliográficas:

1. 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.
<https://doi.org/10.4321/s1134-80462013000600003>
2. Horacio, S., Maldonado, G., Díaz Huacuz, R., & González Chavira, M. (2017). plantas medicinales la realidad de una tradición ancestral.
https://vun.inifap.gob.mx/VUN_MEDIA/BibliotecaWeb/_media/_folletoinformativo/1044_4729_Plantas_medicinales_la_realidad_de_una_tradici%C3%B3n_ancestral.pdf
3. Reiki Universal - PDF Room - Maestro Johnny de'carli r e i k i Universal Usui, Tibetano, Kahuna y - Studocu. (2024). Studocu.
<https://www.studocu.com/cl/document/universidad-de-vina-del-mar/tecnologia-medica/reiki-universal-pdf-room/111292081>