



Controles de lectura

Gabriela Solórzano Ruiz

Segundo Parcial

Interculturalidad y salud II

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Medicina Humana

Segundo semestre

Comitán de Domínguez, Chiapas a 30 de mayo de 2025

Recientemente, el Ministerio de Sanidad español ha incluido la ozonoterapia en la cartera de servicios de las unidades de dolor, por lo que se hace necesaria 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. El ozono es una molécula formada por tres átomos de oxígeno (O_3) en lugar de los dos de los que se compone la molécula de oxígeno (O_2). La ozonoterapia consiste en la aplicación de una mezcla de oxígeno médico con ozono; la mezcla ha de ser producida in situ para cada aplicación y en ella nunca habrá más de un 5% de ozono.

Numerosos 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. La ozonoterapia presenta múltiples aplicaciones médico-quirúrgicas, todas ellas relacionadas con la capacidad germicida del ozono, con los procesos isquémicos y con las descompensaciones del balance redox celular. El ozono infiltrado a concentraciones de entre 4 y 30 $\mu\text{g/ml}$ es útil para tratar afecciones del aparato locomotor, tales como artritis, tendinitis, miositis, fascitis o dolores miofasciales. La ozonoterapia sistémica consiste en la administración de la mezcla de gases fundamentalmente mediante dos vías: la autohemoterapia y la insuflación rectal. La autohemoterapia puede ser "mayor" o "menor". La autohemoterapia mayor consiste en la extracción de una cantidad determinada de sangre, que sin añadir de un circuito cerrado es puesta en contacto con el gas, con el que reaccionará hasta la dilución del mismo;

En México, el uso de plantas medicinales a través de la medicina tradicional es ancestral. El uso de terapias complementarias, que incluyen los remedios con plantas, es una práctica común y continúa extendiéndose a nivel mundial. Los remedios con plantas se usan tradicionalmente en una variedad de presentaciones y una gran variación de dosis que llegan hasta las más extremadamente bajas (Lannitti y col., 2016).

En México, existe un sinnúmero de plantas medicinales de uso tradicional, producto de la combinación de la herbolaria precolombina y la europea. Actualmente el INIFAP a través del Campo Experimental Bajío está realizando actividades de colecta de las ocho especies aquí incluidas.

Arnica La literatura describe al menos dos especies de arnica: *Heterotelea inuloides* o arnica mexicana y *Arnica montana* L. de origen europeo. Las dos especies de arnica han sido recomendadas para tratar cuadros inflamatorios o como antimicrobianas (*Stafilococcus aureus*, *Escherichia coli*) y antioxidantes. Los compuestos bioactivos identificados en ambas especies de arnica con propiedades anti-inflamatorias pertenecen a la familia de las lactonas sesquiterpenas como la chamissonofida, helenalina e hidro helenalina.

Los estudios científicos que apoyan el uso del arnica son variados, la planta fue utilizada en formulaciones homeopáticas para tratar dolencias inflamatorias en humanos con buenos resultados. **Epazote**. La palabra epazote proviene del Nahuatl *epatl*, hierba fétida, y *tzotl*, dulce, lo cual se refiere al olor tan fuerte que tiene esta hierba y que para muchos es desagradable. Los té de las hojas, raíces e inflorescencias del epazote han sido utilizados por siglos, de manera tradicional por diferentes poblaciones en América Latina y el Caribe como condimento y en la medicina tradicional. Se ha reportado que el aceite del epazote contiene

El Reiki no puede ser aprendido por medio de libros, folletos, ni cintas de video o de audio; para convertirse en un practicante es necesario recibir, personalmente, la iniciación (sintonización) por parte de un maestro debidamente capacitado para ello. Reiki es una palabra japonesa que significa energía vital universal; en la actualidad, esa palabra se está utilizando para identificar el sistema Usui de Curación Natural (Usui Shiki Ryoho), nombre dado en homenaje a su descubridor, Mikao Usui. Rei significa universal y se refiere a la parte espiritual, a la esencia energética cósmica, que interpenetra todas las cosas y circunda todos los lugares. Ki es la energía vital individual que rodea nuestros cuerpos, manteniéndolos vivos y está presente. El reiki es una energía semejante a ondas de radio y puede ser aplicada con eficacia, tanto localmente como a distancia; no es como la electricidad, no produce cortocircuito, no destruye los nervios ni los tejidos más frágiles. La técnica es segura, sin efectos secundarios ni contraindicaciones, siendo compatible con cualquier otro tipo de terapia o tratamiento. El reiki es semejante a una onda de radio y puede aplicarse adecuadamente en el mismo lugar o a distancia. La energía no es manipulante; el practicante coloca simplemente las manos y la energía fluye en la intensidad y en la calidad determinada por quien la recibe. No es necesario desnudar al paciente durante la aplicación, pues la energía penetra a través de cualquier cosa. El Reiki energiza y no desgasta al practicante, pues la técnica no utiliza el «chi» o «ki» del practicante, y sí la Energía Vital del Universo. El Reiki alivia rápidamente los

Referencias

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
2. INIFAP. (s.f.). *Plantas medicinales: la realidad de una tradición ancestral* (Folleto informativo No. 1044). Instituto Nacional de Investigaciones Forestales, Agrícolas y Pecuarias.
3. De'Carli, J. (2005). *Reiki universal: Usui, tibetano, kahuna y Osho*. Ediciones Obelisco.

