



Mi Universidad

Control de lectura

Polet Alejandra Vázquez López

Tercer parcial

Interculturalidad y Salud II

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Medicina Humana

Segundo semestre

Comitán de Domínguez, Chiapas a 29 de abril de 2025

Tercer parcial
Tema: Ozonoterapia

Dr. Sergio
Jimenez Ruiz
Polet

La ozonoterapia es una técnica médica que está generando terreno como complemento para tratar enfermedades relacionadas con el estrés oxidativo, como el dolor crónico. Se basa en el uso de una mezcla de oxígeno y ozono en bajas concentraciones, aplicadas de diferentes maneras dependiendo de la enfermedad. Aunque no es una terapia nueva - se conoce desde finales del siglo XIX -, los avances tecnológicos han permitido que hoy se utilice con mayor precisión y seguridad. Actualmente, se enseña en universidades, existen asociaciones médicas dedicadas al tema y más de 26,000 médicos en todo el mundo la practican. Esta terapia funciona generando una pequeña oxidación en el cuerpo, lo que estimula al sistema antioxidante celular. Se ha comprobado su efecto positivo en la cicatrización, el control del dolor y la inflamación, y la mejora de problemas circulatorios. El ozono médico se puede aplicar de forma tópica (en heridas o piel), infiltrado (en músculos o articulaciones) o sistémico (por sangre o vía rectal). Un área donde ha mostrado especial utilidad es en la medicina del dolor. Por ejemplo, las infiltraciones de ozono en articulaciones como la rodilla o el hombro han ayudado a reducir molestias en casos de artrosis, tendinitis y lesiones deportivas. También ha sido muy usada en la columna, particularmente en hernias discales. De hecho, varios estudios han demostrado que estas infiltraciones

Temas Plantas medicinales

Dr. Sergio
Jimenez Ruiz
Polet

El uso de plantas medicinales en México tiene raíces profundas que combinan como cimientos precolombinos y europeos. Estas prácticas ancestrales siguen vigentes y se han enriquecido con estudios científicos que buscan validar sus propiedades terapéuticas, sin embargo, se deben de consumir con precaución, ya que algunas pueden tener efectos adversos si se usan incorrectamente. El árnica es una planta medicinal ampliamente utilizada en la medicina tradicional, con dos especies principales. Ambas pertenecen a la familia Asteraceae y comparten propiedades terapéuticas similares. El árnica se ha empleado en el tratamiento de procesos inflamatorios, infecciones bacterianas, heridas, hematomas, esguinces y dolores reumáticos. También efectos antioxidantes, utilizados para mejorar la recuperación de lesiones físicas y musculares. Sus efectos están relacionados con su composición química, que incluye lactonas sesquiterpénicas como la helenalina, chamissonolida e helenohelenalina, flavonoides como la quercetina y el kaempferol. Estudios científicos han respaldado algunas de sus aplicaciones, sobre todo en formulaciones homeopáticas para tratar la inflamación, en la activación de células inmunitarias como los neutrófilos y en la reducción de edemas inducidos en modelos animales. El epazote es una planta originaria de Mesoamérica, conocida por su olor fuerte y sus usos tradicionales tanto culinarios como medicinales. Su nombre

Dr. Sergio
Jimenez Ruiz

Polet

Tema: Reiki

El reiki es una palabra japonesa que significa energía vital universal; en la actualidad esta palabra se está utilizando para identificar el sistema Usui de Curación Natural. Re significa universal y se refiere a la parte espiritual, a la esencia energética cósmica que interpreta todas las cosas y lugares. Ki es la energía vital individual que rodea nuestros cuerpos, manteniéndolos vivos. Entonces el Reiki es un proceso de encuentro de esas dos energías: la energía universal con nuestra porción física, y ocurre después de que la persona es sometida a un proceso de sintonización o iniciación en el método. 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 cortocircuitos, no destruye los nervios ni los tejidos más frágiles. Es una energía inofensiva, sin efectos secundarios, sin contraindicaciones, compatible con cualquier tipo de terapia o tratamiento. Es práctica, segura y eficiente y por medio de la técnica, equilibra los siete chakras o centros de fuerza sutil de energía, localizados entre la base de la columna y la parte superior de la cabeza. Cuando hacemos uso de la energía reiki estamos aplicando energía-luz, tratando de recuperar y mantener la salud física, la mental, la emocional y la espiritual; es un método natural de equilibrar, restaurar, perfeccionar y curar los cuerpos, creándole un estado de armonía al ser. El reiki

Bibliografía:

- Hidalgo-Tallón, F.J, Torres, L.M (2003). Ozonoterapia En Medicina Del Dolor: Revisión. Revista De La Sociedad Española De Dolor.
- Guzmán M.S.H, Díaz H.R.S & Gonzáles C.M.M (2017). Plantas Medicinales, La Realidad De Una Tradición Ancestral. México.
- De Carli, J. (2000). Reiki Universal: Usui, Tibetano, Kahuna Y Osho (Incluye Todos Los Símbolos). 3ra. E. Editorial EDAF