



Mi Universidad

Control de lectura

Zaira Rubí Rodríguez Sánchez

Tercer parcial

Interculturalidad y Salud II

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Medicina Humana

Segundo semestre

Comitán de Domínguez, Chiapas a 30 de mayo de 2025

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. Se calcula que en el mundo hay más de 26.000 médicos expertos en ozonoterapia, y en Europa son tratadas anualmente en torno a los 10 millones de pacientes. El ozono es una molécula formada por tres átomos de oxígeno (O_3). 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 5% de ozono. En el año 1991, salió a la luz el libro A. Wörning *Manual of High Frequency Currents*, publicado por el Dr. Noble Eberhart, donde se hablaba del uso del ozono médico en el tratamiento de enfermedades como la tuberculosis, la anemia, el asma, la bronquitis, la fiebre del heno, la diabetes, etc. Al aplicar este tipo de terapia se induce a una "microoxidación" controlada e inocua, cuya respuesta orgánica será una activación favorable del sistema antioxidante celular. 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/reperfusión. Desde un punto de vista clínico, la ozonoterapia presenta múltiples aplicaciones médicas: quirúrgicas, todas ellas relacionadas con la capacidad germicida del ozono, con los procesos isquémicos y con las descompensaciones del balance redox celular. Son varios manuales médicos que recogen la experiencia y los trabajos científicos llevados a cabo hasta la fecha por diferentes grupos de investigación. Las formas de aplicación del ozono médico son básicamente tres: tópica, infiltrativa y sistémica. Las aplicaciones tópicas sacan partido del poder germicida del ozono y de su efecto positivo sobre los procesos de cicatrización; se suele aplicar directamente, con el uso de bolsas de cierre hermético, o mediante agua o aceites ozonizados. El ozono infiltrado a concentraciones de entre 4 y 30 $\mu g/ml$ es útil

En México, el uso de plantas medicinales a través de la medicina tradicional es ancestral. Se utilizan diferentes partes de la planta, según sea la afectación o la receta en cuestión. Lo más común es usar las hojas y las flores y esporádicamente, el tallo o la raíz. Las plantas medicinales se consumen directamente o pueden prepararse como infusiones o en presentación homeopática. El uso de terapias complementarias, que incluyen los remedios con plantas, es una práctica común 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. La Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) publicó un compendio de especies vegetales que contienen sustancias que presentan un posible riesgo o si tiene cierta sospecha algún efecto negativo sobre la salud. Esto vuelve público en general a tener ciertas reservas al momento de consumir estas plantas; en particular, aquellas pocas estudiadas. En México, existe un número de plantas medicinales de uso tradicional, producto de la combinación de la herbolaria precolombina y la europea. A estas especies de plantas medicinales se le puede encontrar a lo largo del país, en lugares tan populares como los jardines de las grandes ciudades o en los traspatios de las casas del campo mexicano. Algunas de estas plantas se ofertan frescas en los puestos de los "tianguis" o a veces por los "curyeros" o las tiendas naturistas. La comercialización tan generalizada y el uso indiscriminado puede ponerlas en peligro de extinción. Antes de utilizar cualquier planta medicinal para tratar algún padecimiento, sobre todo aquellos que son de alto riesgo, se sugiere primero consulten con un facultativo ya que no se recomienda sustituir un tratamiento prescrito por un remedio casero que involucre cualquier planta medicinal. ARNICA. la literatura describe al menos dos especies: Heterotera inuloides o arnica mexicana y arnica montana de origen europeo. Ambas especies

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. Quién se disponga a practicarlo sin la debida iniciación, no estará utilizando la energía Reiki, y si estará comprometiendo su propia energía con resultados perjudiciales para la salud. ¿Qué es el Reiki?

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 (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, fluyendo, en todos los organismos vivos; cuando la energía ki sale de un cuerpo, ese cuerpo deja de tener vida. Es una energía semejante a ondas de radio, y puede ser aplicada con eficacia, tanto localmente como a distancia. 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 y la espiritual; es un método natural de equilibrar, restaurar, perfeccionar y curar los cuerpos; creándole un estado de armonía al ser.

Ventajas y beneficios. Se encuentra al alcance de todos, inclusive de niños, ancianos y enfermos. Todos podemos ser un canal de Reiki; no existe límite de edad, ni exige ninguna condición previa.

Referencias bibliográficas:

1. Hidalgo, T.F., Torres L.M. (2013). Ozonoterapia en medicina del dolor. Revista de la Sociedad Española del Dolor.
2. Guzmán-Maldonado, S.H., Díaz-Huacuz, R.S., González-Chavira, M.M. (2017). Plantas Medicinales. La realidad de una tradición ancestral. Secretaría de Agricultura, Ganadería, Desarrollo Rural, Pesca y Alimentación. Instituto Nacional de Investigaciones Forestales, Agrícolas y Pecuarias. Centro de Investigación Regional Centro. P 7-32
3. Carlos, J. (2004). Reiki Universal: Usui, Tibetano, Kahuana y Osho. EDAF. P 10-46