Diciembre
del 2025

NÚMERO
25
AÑO 3



Roberto Velasco Álvarez

El rostro joven del poder mexicano ante Estados Unidos.

GOBERNANZA
Revista de Participación Ciudadana



Les deseamos un

Próspero 2026

GOBERNANZA

Revista de Participación Ciudadana

GOBERNANZA
Revista de Participación Ciudadana

Revista Gobernanza de Participación Ciudadana, Año 3, No. 25, DICIEMBRE DEL 2025.

Reserva de derechos otorgados por el Instituto Nacional de Derechos de Autor: En Proceso.
Registro de Marca Número **2852338**
Certificado en licitud: en curso.
Certificado de licitud de contenido: en proceso.
RNP-INE: En Proceso.

Todos los derechos están reservados.

Queda prohibida la reproducción parcial o total del contenido de la presente publicación, por cualquier medio o procedimiento sin el consentimiento de las y los autores y/o la dirección editorial.

Toda forma de utilización no autorizada será perseguida conforme a lo establecido en la Ley Federal de Derechos de Autor.

La información presentada es responsabilidad de los Autores y no expresan necesariamente la opinión de los editores.

Revista Gobernanza de participación ciudadana es una marca registrada de **Revista Gobernanza SAS de CV.**

contacto:
holagobernanza@gmail.com
www.revistagobernanza.com
771 402 4015

Dirección Editorial:
Héctor Hugo Amador Guzmán.

Escriben:
Emmanuel Cortéz.
Lu Montiel.
Editorial.

C O N T E N I D O

NOTA DEL EDITOR 2

GOBIERNO 3
Hidalgo 2025: Avances, tensiones y percepción ciudadana del gobierno de Julio Menchaca.

ECONOMÍA 8
El parque de economía circular en Tula: Entre la promesa ambiental y el veto ciudadano.

PORTADA 13
Roberto Velasco, el alfil de Sheinbaum para lidiar con Estados Unidos.

SALUD MENTAL 20
Cuando la mente se nubla: tres recordatorios para cuidar de ti.

APORTE CIUDADANO 23
¿Qué es y por qué funciona la Homeopatía?

Nota del editor.

Diciembre es un mes que invita al balance, pero también a la comprensión profunda de los procesos que han marcado el año. En este número de Revista Gobernanza proponemos una lectura que articula tres dimensiones clave de la vida pública: el ejercicio del poder, la relación entre gobierno y ciudadanía, y el cuidado integral de las personas en un contexto social cada vez más complejo.

Nuestra portada está dedicada a **Roberto Velasco**, una de las figuras más visibles de la nueva generación política que hoy opera en los espacios más sensibles del Estado mexicano. Su papel como interlocutor central en la relación entre México y Estados Unidos representa algo más que una trayectoria individual: simboliza el relevo generacional en la toma de decisiones estratégicas y plantea preguntas necesarias sobre cómo se ejerce el poder, con qué preparación y bajo qué criterios de responsabilidad pública. En un escenario internacional marcado por tensiones comerciales, migratorias y de seguridad, el ascenso de perfiles jóvenes obliga a observar con atención sus capacidades, pero también a exigir rendición de cuentas.

Ese mismo ejercicio crítico se traslada al ámbito local con el análisis ciudadano del gobierno de Julio Menchaca en Hidalgo durante 2025. A lo largo del año, la administración estatal mostró avances en disciplina financiera, competitividad económica y posicionamiento del estado a nivel nacional. Sin embargo, la percepción ciudadana revela que estos logros conviven con demandas persistentes: seguridad, atención oportuna ante emergencias, fortalecimiento institucional y mejores resultados en el ámbito municipal. La gobernanza, como se expone en este número, no se mide solo en indicadores, sino en la capacidad de traducirlos en bienestar cotidiano y confianza social.

En ese contexto se inscribe el caso del Parque de Economía Circular que se pretendía instalar en Tula de Allende, uno de los episodios más relevantes del debate público ambiental en 2025. El rechazo ciudadano al proyecto no puede leerse como una negación al desarrollo sustentable, sino como una expresión de desconfianza acumulada en una región históricamente afectada por la contaminación y las promesas incumplidas. Este caso dejó una lección clara: sin legitimidad social, incluso los proyectos ambientalmente innovadores enfrentan límites reales. La decisión de no instalar el parque en la región abre una reflexión necesaria sobre justicia ambiental, participación temprana y gobernanza territorial.

Este número también reconoce que la vida pública no se sostiene únicamente desde las instituciones. La columna de **Emmanuel Cortez Hernández**, “Cuando la mente se nubla”, introduce una dimensión íntima pero profundamente colectiva: la salud mental. En una sociedad sometida a ritmos acelerados, exigencias constantes y normalización del desgaste emocional, hablar de autocuidado, compasión y atención a lo que sentimos es también un acto político. No puede haber ciudadanía activa sin bienestar emocional.

Finalmente, el aporte de **Lu Montiel** amplía la conversación hacia el cuidado integral de la salud, a través de una explicación accesible sobre la homeopatía y su enfoque holístico. Más allá de posturas o debates médicos, el texto invita a reflexionar sobre modelos de atención que consideren al ser humano como un todo, en un momento donde las enfermedades crónicas y el estrés evidencian los límites de una visión exclusivamente reactiva de la salud.

Este número de Revista Gobernanza cierra el año con una mirada amplia y crítica: desde la política exterior hasta la gestión estatal, desde los conflictos ambientales hasta el cuidado personal. Porque gobernanza no es solo administración del poder, sino la manera en que una sociedad dialoga, decide, se cuida y se proyecta hacia el futuro.

Héctor Hugo Amador Guzmán
Director Editorial
Revista Gobernanza de Participación Ciudadana.
Diciembre del 2025.

Hidalgo 2025:

Avances, tensiones y percepción ciudadana del gobierno de Julio Menchaca.



Durante 2025, el gobierno de Julio Menchaca Salazar ha transitado por un periodo de contrastes: ha logrado avances visibles en competitividad económica y gestión fiscal, pero también ha enfrentado críticas y desafíos en materia social, institucional y de respuesta ante emergencias. El análisis ciudadano sobre estas acciones revela una percepción compleja que combina aprobación por resultados, cuestionamientos sobre respuestas gubernamentales y exigencias de mayor transparencia y eficacia.

1. Resultados económicos y competitividad: logros tangibles.

Uno de los elementos destacados del año ha sido el crecimiento y consolidación de Hidalgo en indicadores estructurales de competitividad y actividad productiva. Según el Índice de Competitividad Estatal 2025 del Instituto Mexicano para la Competitividad (IMCO), Hidalgo registró el mayor avance a nivel nacional, al escalar del lugar 25 al 14, destacando en subíndices de sociedad y medio ambiente, mercado laboral e innovación.

Este salto es interpretado como señal de que las políticas públicas estatales han favorecido condiciones más atractivas para la inversión y el desarrollo económico.

Adicionalmente, la entidad se ha consolidado como uno de los pocos estados con crecimiento del Producto Interno Bruto por encima del promedio nacional, colocándose con más del 7.1% de crecimiento económico al segundo trimestre de 2025, según estimaciones del PIB estatal.

En paralelo, el estado anunció una reducción significativa de su deuda pública en un 35 por ciento en los primeros tres años de administración, sin crear nuevos impuestos ni elevar tasas, atribuyendo la medida a disciplina fiscal, modernización de la recaudación y mejores herramientas tributarias digitales.

Valoración ciudadana: estas métricas han fortalecido la percepción de eficiencia en la gestión financiera estatal y generan expectativas positivas sobre la sostenibilidad de la economía local.

Sectores productivos y empresariales han interpretado estos avances como una oportunidad para atraer mayores inversiones y generar empleo formal. Sin embargo, la población en general sigue pendiente de que estos indicadores se traduzcan en mejoras concretas en calidad de vida y servicios públicos.

2. Turismo comunitario y desarrollo social: políticas con enfoque cultural
La administración estatal ha impulsado políticas de turismo comunitario que buscan consolidar la identidad cultural y la economía local, mediante la inclusión de más de 50 experiencias tradicionales al esquema nacional de turismo comunitario.

La apuesta por eventos masivos como el Tianguis Nacional de Pueblos Mágicos 2025, con más de 62 mil asistentes y aproximadamente 67 millones de pesos en derrama económica, ha reforzado la visibilidad del estado como destino cultural y gastronómico.

Esto, complementado con programas de apoyo a actividades artísticas, manifestaciones culturales y patrimonio vivo, ha sido bien recibido por comunidades que ven en estas políticas una oportunidad de desarrollo económico desde la base comunitaria.

Valoración ciudadana: sectores sociales y culturales valoran que estas políticas atienden la preservación del patrimonio y la generación de trabajo en comunidades, aunque algunos cuestionan que aún falta mayor equidad y presencia de estos beneficios en zonas rurales más remotas.



3. Respuesta a emergencias y expectativas de protección social.

Hidalgo enfrentó en 2025 eventos climáticos adversos, particularmente provocados por vaguadas que causaron inundaciones y daños en infraestructura básica.

Aunque el gobierno estatal reportó avances en recuperación de servicios y caminos, organismos legislativos solicitaron la emisión de declaratoria de desastre natural para agilizar apoyos, evidenciando tensiones entre la administración y el Congreso local por tiempos y mecanismos de respuesta.

Valoración ciudadana: si bien el avance en la recuperación ha sido bien recibido, existe crítica y expectativa sobre una acción más rápida y eficiente en términos de protección social, con miras a garantizar apoyo oportuno a comunidades afectadas sin cargas burocráticas prolongadas.

4. Seguridad pública y coordinación institucional.

La seguridad sigue siendo un tema crítico en la percepción ciudadana. El gobernador ha insistido en reforzar la coordinación entre los tres niveles de gobierno para enfrentar la criminalidad y capacitar a cuerpos de seguridad, apoyado por recursos destinados al rubro.

No obstante, la persistencia de problemas de seguridad —aunque con reportes de disminuciones en ciertos índices como extorsión y secuestro según fuentes oficiales de seguridad pública— mantiene un nivel de preocupación ciudadana sobre la eficacia de las estrategias y la protección cotidiana de las familias.

5. Percepción pública del gobierno: apoyo y críticas.

Según mediciones de aprobación presidencial en Hidalgo, Claudia Sheinbaum alcanzó niveles históricos arriba del 85 por ciento en el estado, reflejando un entorno sociopolítico favorable que también incide en la percepción del gobierno estatal.

Al mismo tiempo, encuestas han señalado que dos alcaldes del estado figuran entre los peores evaluados del país, lo cual refleja insatisfacción con el desempeño de autoridades municipales y su impacto en la percepción general sobre la gobernanza local.

Valoración ciudadana: mientras que el respaldo a líderes nacionales y la mejora de indicadores estatales consolidan una imagen positiva del gobierno de Menchaca en amplios sectores, la insatisfacción con autoridades locales y expectativas no satisfechas en seguridad y atención a emergencias muestran que aún hay pendientes de gobernanza y rendición de cuentas a nivel municipal.

Conclusión: luces y sombras en la gobernanza de Hidalgo.

El 2025 en Hidalgo ha estado marcado por resultados económicos y administrativos que fortalecen la posición del estado a nivel nacional, con avances en competitividad, disciplina fiscal y turismo comunitario. Sin embargo, la percepción ciudadana revela demandas persistentes en materia de protección social frente a desastres naturales, eficacia en seguridad pública y rendición de cuentas institucional.

Para la ciudadanía organizada y los sectores críticos, el reto para 2026 radica en traducir el crecimiento macroeconómico en bienestar concreto, garantizar que la atención de emergencias y servicios básicos sea ágil y eficaz, y fortalecer la transparencia y participación social en la toma de decisiones estratégicas.

El parque de economía circular en Tula:

Entre la promesa ambiental y el veto ciudadano.



Análisis | Revista Gobernanza

Tula de Allende, Hidalgo | 2025

El proyecto del Parque de Economía Circular que se pretendía instalar en la región de Tula de Allende se presentó como una de las iniciativas ambientales más ambiciosas del sexenio: una apuesta por transformar residuos en recursos, reducir la contaminación histórica de la zona y reconvertir un territorio marcado por décadas de pasivos industriales. Sin embargo, lejos de consolidarse como un consenso social, el proyecto terminó rechazado por la ciudadanía y reubicado fuera de Hidalgo.

l caso revela una tensión estructural entre política ambiental, confianza social y gobernanza territorial, y obliga a analizar no solo los beneficios técnicos del proyecto, sino las razones sociales y políticas que llevaron a su cancelación en una de las regiones más contaminadas del país.

El proyecto: qué se proponía realmente

El parque fue concebido como un complejo industrial bajo el enfoque de economía circular, con procesos para el reciclaje y aprovechamiento de residuos orgánicos, plásticos, textiles, llantas y materiales de construcción. El objetivo oficial era reducir la presión sobre rellenos sanitarios, generar insumos reutilizables, impulsar tecnologías limpias y crear un polo de desarrollo ambiental e industrial.

En el discurso institucional, el parque también formaba parte de una estrategia más amplia de reconversión ecológica de la cuenca del río Tula, una región afectada por descargas residuales, actividad petroquímica, termoeléctricas y urbanización desordenada.

Desde una perspectiva técnica, el proyecto ofrecía beneficios claros: reducción de residuos, generación de empleo, atracción de inversión privada y alineación con compromisos ambientales nacionales. No obstante, la viabilidad social del proyecto fue desde el inicio su punto más débil.

La mirada ciudadana: beneficios potenciales vs. desconfianza acumulada

Para amplios sectores de la población local, el parque no fue percibido como una solución ambiental, sino como una nueva carga industrial en un territorio históricamente saturado. Tula y su zona conurbada arrastran una memoria colectiva de promesas incumplidas: saneamiento pendiente, daños a la salud, inundaciones recurrentes y proyectos que nunca resolvieron el fondo del problema ambiental.

Desde esta óptica ciudadana, el rechazo no fue necesariamente a la economía circular como concepto, sino a la falta de certeza sobre los impactos reales, la ausencia de garantías ambientales claras y la percepción de que el proyecto se decidía más desde el centro del país que desde el territorio afectado.

La consulta ciudadana organizada para definir el futuro del parque arrojó un resultado mayoritariamente negativo. Aunque la participación fue baja, el mensaje político fue contundente: la legitimidad social del proyecto no estaba construida.

Los contras reales: riesgos percibidos y vacíos de información

Entre los principales cuestionamientos ciudadanos destacaron:

- Riesgos ambientales acumulativos, ante el temor de que los procesos de reciclaje derivaran en nuevas emisiones o residuos secundarios.
- Falta de información técnica accesible, especialmente sobre tecnologías, controles, monitoreo y responsables operativos.
- Débil confianza institucional, producto de una larga historia de contaminación no resuelta en la región.
- Sensación de imposición, aun cuando formalmente existió una consulta, percibida por algunos sectores como tardía o insuficiente.

Estos factores revelan un problema recurrente en la política pública ambiental: los proyectos pueden ser técnicamente sólidos y aun así fracasar si no se construyen desde la participación social temprana y la transparencia radical.

El trasfondo político: gobernanza, costo y decisión

Desde el punto de vista político, el caso del parque de economía circular en Tula exhibe varias capas de análisis:

Primero, la decisión de respetar el resultado ciudadano y reubicar el proyecto evitó un conflicto social mayor y confirmó un principio de gobernanza participativa. Sin embargo, también implicó aceptar el costo político de no concretar una inversión estratégica en una región prioritaria.

Segundo, el episodio evidenció la debilidad de los gobiernos locales para mediar entre proyectos federales y demandas comunitarias, dejando a la federación como único interlocutor frente a la inconformidad social.

Tercero, el rechazo dejó una pregunta incómoda: si una región con alto deterioro ambiental rechaza un proyecto de economía circular, ¿qué condiciones deben cumplirse para que una transición ecológica sea socialmente viable?



¿Fracaso ambiental o lección de gobernanza?

El parque no se instaló en Tula, pero el debate dejó aprendizajes clave. La ciudadanía no rechazó el desarrollo sustentable; exigió confianza, reparación histórica y participación real. El mensaje fue claro: antes de nuevos proyectos, la región demanda soluciones tangibles a los daños ya existentes.

Desde una perspectiva ciudadana, el caso no debe leerse como un triunfo o derrota política, sino como una advertencia sobre los límites del diseño tecnocrático sin arraigo social. La transición hacia modelos de economía circular no puede replicar las lógicas del pasado industrial; requiere diálogo territorial, corresponsabilidad y justicia ambiental.

Conclusión

El proyecto del Parque de Economía Circular en Tula de Allende se convirtió en un espejo de los desafíos actuales de la gobernanza ambiental en México. Mostró que la sustentabilidad no se decreta, se construye con las comunidades. También dejó claro que la confianza social es un recurso tan importante como la inversión o la tecnología.

Para Hidalgo, el reto pendiente sigue siendo el mismo: reconciliar desarrollo, reparación ambiental y participación ciudadana, sin repetir los errores que han marcado por décadas a una de sus regiones más estratégicas y más vulneradas.





ROBERTO VELASCO, EL ALFIL DE SHEINBAUM PARA LIDIAR CON ESTADOS UNIDOS





EDITORIAL REVISTA GOBERNANZA

El 31 de marzo de 2025 los mercados globales, las industrias nacionales y los gobiernos —incluido el mexicano— vivieron un momento de máxima tensión. Faltaban menos de 48 horas para lo que el presidente estadounidense, Donald Trump, denominó **“el Día de la Liberación”**, cuando su gobierno amenazó con imponer aranceles al comercio con México.

Con el 80 por ciento de la producción manufacturera mexicana dirigida al mercado estadounidense, la expectativa era alta y las consecuencias potencialmente graves para la economía nacional.

En ese contexto, mientras la presidenta Claudia Sheinbaum pedía calma y mantenía comunicaciones directas con el Secretario de Estado estadounidense, fue un equipo negociador de última hora el que viajó a Washington.

Entre ellos se encontraba **Roberto Velasco Álvarez**, entonces jefe de la Unidad para América del Norte de la Secretaría de Relaciones Exteriores (SRE), encargado de sostener las conversaciones más delicadas de esa crisis.







Desde entonces, Velasco ha consolidado una trayectoria ascendente dentro del gobierno federal. Hoy, a sus 38 años, ocupa un lugar estratégico como encargado del despacho de la SRE tras la licencia temporal por motivos de salud del canciller Juan Ramón de la Fuente. Su ascenso —de jefe de comunicación social en la Cancillería a subsecretario ratificado por el Senado para América del Norte y ahora encargado de la política exterior mexicana— evidencia el peso de su papel en la relación bilateral más importante del país.

La gestión de Velasco se ha caracterizado por intervenciones puntuales en momentos de tensión y cooperación mutua:

- Ha sido la cara de México en negociaciones estratégicas con Washington, acompañando a funcionarios como el secretario de Seguridad, Omar García Harfuch, en reuniones con autoridades del Departamento de Estado y del Departamento de Justicia de Estados Unidos.
- Durante las amenazas arancelarias de marzo de 2025, su intervención fue señalada como fundamental para evitar un conflicto comercial que habría tenido un impacto severo en la economía mexicana.
- Bajo su coordinación, la Cancillería ha intensificado la atención consular y jurídica para mexicanos detenidos en territorio estadounidense: se aprobó un presupuesto para reforzar la defensa legal de migrantes y ampliar la presencia de especialistas en consulados en las zonas con más operativos migratorios y redadas.
- Ha liderado reuniones con los 50 cónsules mexicanos en Estados Unidos para revisar estrategias de protección a connacionales frente a políticas migratorias que han incluido operativos en ciudades como Los Ángeles.
- Velasco también ha gestionado el diálogo en temas sensibles como el respeto a los derechos humanos de migrantes y ha solicitado aclaraciones al gobierno estadounidense sobre posibles usos excesivos de la fuerza en la frontera.



La presidenta Sheinbaum ha respaldado la gestión de Velasco con plena confianza. Su cercanía con los principales interlocutores estadunidenses se ha traducido en su presencia constante en las llamadas de alto nivel entre México y Estados Unidos, junto con el canciller y Ebrard, poniendo en evidencia que su rol va más allá de la técnica diplomática y se extiende al diseño político de la relación bilateral.

No obstante, esta prominencia ha generado cuestionamientos sobre la visibilidad del canciller titular, quien ha cedido espacio mediático y operativo a Velasco en varios frentes. Analistas políticos señalan que esta dinámica responde a una estrategia gubernamental para distribuir responsabilidades sin desgastar tanto al gabinete en el escenario público, pero también plantea interrogantes sobre el equilibrio institucional dentro de la política exterior.

Para el observador ciudadano, la gestión de la relación México-Estados Unidos nunca ha sido un terreno fácil. Las prioridades se multiplican y tensionan: garantizar derechos humanos en la frontera, proteger a las comunidades migrantes, sostener flujos comerciales vitales, coordinar seguridad compartida y mantener respeto soberano. En cada uno de estos temas, Velasco ha emergido como una figura central.

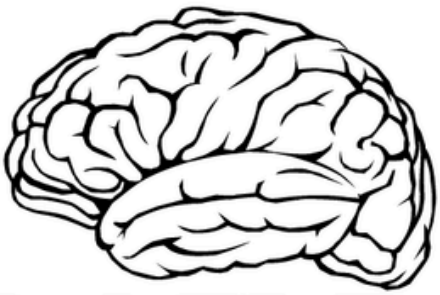
Su estilo —disciplina operativa, dominio técnico y cercanía con la Presidencia— refleja el perfil de un funcionario formado para gestionar asuntos complejos en un contexto internacional volátil. Sin embargo, su ascenso también obliga a poner bajo escrutinio la transparencia de las decisiones, la rendición de cuentas diplomática y la protección de los derechos de millones de mexicanos que viven o transitan hacia el norte.

En una administración que ha priorizado la reinvención de la política exterior mexicana, Roberto Velasco representa la cara más visible de un enfoque pragmático e intensivo hacia Estados Unidos, un socio inevitable y, simultáneamente, un rival político y económico ineludible.



PSIC. HÉCTOR MONTER

Contacto: 7714155267



ANSIEDAD

4 recomendaciones para combatirla

Reduce las horas que pasas al teléfono

Mantenga un horario diario regular.

Ejercicios de respiración

Haga ejercicio todos los días. Incluso un poco de ejercicio, como un paseo de 15 minutos puede ayudar.



Cuando la mente se nubla: Tres recordatorios para cuidar de ti.



Lic. Emmanuel Cortéz.



Hay momentos en la vida en los que todo parece cubrirse de una neblina espesa. Los días pesan más de lo habitual, las rutinas pierden sentido y la energía simplemente no aparece. No es pereza ni falta de ganas: es ese estado en el que la mente se vuelve densa y cuesta ver el camino.

Lo cierto es que todos, en algún punto, hemos sentido algo parecido. Y cuando eso sucede, más que buscar una salida inmediata, conviene detenerse y aprender a relacionarse con la propia experiencia de una manera más compasiva. No se trata de "superar" lo que sentimos, sino de entenderlo con más inteligencia emocional. Aquí tres recordatorios que pueden acompañarte en ese proceso.

Salud Mental

1. No luches contra lo que sientes.

Desde pequeños nos enseñan que lo desagradable debe evitarse. Pero con las emociones esa regla no funciona. Cuando tratas de bloquear lo que duele, terminas amplificándolo.
Tus pensamientos y sentimientos no son tus enemigos; son parte de ti, y también merecen un espacio para existir.
A veces, lo más sabio no es resistir la tormenta, sino observar cómo pasa.

2. El dolor señala lo que te importa.

Aunque duela admitirlo, el sufrimiento tiene sentido. No sentirías soledad si no valoraras la conexión. No dolería la pérdida si no existiera el amor. No habría vacío si no buscaras significado. Las emociones difíciles no son castigos: son señales. Detrás de cada dolor hay algo que te importa profundamente. Reconocer lo que te importa te devuelve dirección cuando todo parece confuso.

3. Pequeños gestos que te traen de vuelta.

Cuando la tristeza se instala, lo primero que suele desaparecer son las pequeñas acciones que te hacían sentir bien. Comer con calma, moverte, hablar con alguien, mirar el cielo. Todo eso parece perder sentido, pero justamente ahí comienza el camino de regreso.

No necesitas grandes metas para empezar. A veces basta con un gesto mínimo: tomar un vaso de agua, abrir la ventana, respirar profundo o escribir un mensaje a alguien que aprecias. Mientras lo haces, presta atención a las sensaciones de tu cuerpo: el aire que entra, el peso de tus pies en el suelo, el calor del sol en tu piel. Esa conexión con lo físico te ancla al presente y te recuerda que aún estás aquí.

No hay una fórmula para dejar de sentirse mal, pero sí existen formas más amables de atravesar lo difícil. Porque incluso en los días más grises, sigue existiendo un pedazo de ti que busca la luz.





Horario de servicio
De 13:00 hrs a 22:00 hrs



¿QUÉ ES Y POR QUÉ FUNCIONA LA HOMEOPATÍA?

Por: Lu Montiel.

La palabra <<HOMEOPATÍA>> fue acuñada por Sammuel Hahnemann (1755-1843), a partir de dos palabras griegas: homoios, que significa "semejante" y "pathos", enfermedad. En conjunto, la palabra Homeopatía quiere decir <<sufrimiento similar>>, concepto utilizado por el filósofo griego Hipócrates, con el principio de "lo semejante cura lo semejante. A pesar de ser conocido mucho antes, no fue hasta finales del Siglo XVIII que Hahnemann, médico y químico alemán, inició el estudio y la experimentación que condujo al desarrollo de la homeopatía moderna.

La homeopatía, se basa en el principio de que "lo semejante cura a lo semejante" o" la ley de los similares"; establece que, si una sustancia en grandes dosis puede causar daño a una persona sana, también tiene el potencial de curar el mismo problema en dosis mínimas, mediante la estimulación de la energía natural del cuerpo, potenciando sus mecanismos de recuperación.

En la actualidad, debido a distintos factores internos y externos, puede parecer un milagro que no estemos todos permanentemente enfermos, aunque muchas personas lo están. Gran parte de las enfermedades infecciosas agudas del pasado han dejado de ser un problema grave, pero las afecciones crónicas de la actualidad han ocupado su lugar.

Entre tantas enfermedades de cáncer, cardíacas, asma, problemas digestivos, etc, el sistema inmunológico trabaja al máximo para combatir estos problemas, pero se siente desbordado.
Solemos desconocer la increíble adaptabilidad e inteligencia del sistema inmunológico, que realiza esfuerzos heroicos para mantenernos bien y funcionando a pesar de tanta adversidad.
Hahnemann denominó a esta inteligencia "fuerza vital". La describió como "la fuerza parecida al espíritu que nos gobierna con suprema soberanía". Podemos observarlo en acción cuando aparecen síntomas repentinos como la fiebre y la tos. Lo que quizá no siempre comprendemos, es que la fiebre es necesaria para combatir una infección y que la tos se produce para impedir la acumulación de mucosidad en los pulmones.

Además de los intrincados sistemas físicos y mentales del cuerpo, existe un refinado y sutil sistema de energía, que se autorregula y funciona con eficiencia casi en todo momento. Puede verse en acción cuando enfermamosn, nos sentimos mal, tenemos síntomas desagradables y generalmente mejoramos, a veces sin tomar medicamento, esto es, porque el cuerpo realiza su propia curación, aunque frecuentemente pueda necesitar apoyo cuando sus fuentes naturales de energía curativa están agotadas o desequilibradas.

Es por eso que muy a menudo, nuestros cuerpos quedan atrapados en la enfermedad y necesitamos el refuerzo de un remedio homeopático para que vuelvan a funcionar y tal vez, nos preguntamos, el porque de un remedio homeopático, y esto es, debido a que cuando nacemos, contamos con varios elementos nutritivos que vamos perdiendo con el paso del tiempo y la homeopatía utiliza remedios en su mayoría procedentes de las plantas, además de minerales y algunos pocos se elaboran a partir de venenos de insectos, reptiles; sin causar alarma, ya que éstos han sido diluidos y no presentan ningún peligro.

Los homeópatas, consideran que el ser humano, es mucho más allá del cuerpo físico, por lo que debería tratarse a la persona como un todo, es decir, contemplando también la mente, el alma y el espíritu.
Para tener un buen diagnóstico, en cualquier padecimiento, el homeópata debe tomar en cuenta de su paciente, los aspectos físicos, mentales, espirituales y relacionales, es decir, se considera la naturaleza de la persona, es decir es individualizada y reconoce que cada paciente es único y aún teniendo aparentemente el mismo padecimiento, cada uno, lo desarrollará de forma diferente y necesitará remedios diferentes.
Todo lo anterior es de vital importancia en la homeopatía, porque no considera la eliminación de los síntomas, si no llegar a la raíz del problema y buscar el mejor remedio o medicamento homeópata.
Resumiendo la homeopatía, es un estilo de vida, que nos ayuda a orientar al paciente hacia un autoconocimiento, para una verdadera sanación y un crecimiento personal y espiritual.




ALEX
STEAK
"CENTRO"
Horario de servicio
A partir de las 13:00 hrs
Tel. 771 71 3 00 56
771 71 8 69 69



Revista Gobernanza de Participación Ciudadana SAS de CV
Marca Registrada.