

GACETA TURISTEANDO AL BIENESTAR

DATEFI



Índice de Contenidos

01 - La hidroterapia en el Turismo de Bienestar

02 - Herbolaria. Medicina Tradicional Nahua en Morelos

03 - El Temaxcal, un ritual de bienestar

04 - Visita académica al Hotel & Boutique Casa de Campo

05 - Campañas de Turismo de Salud y Bienestar

06 - Conoce SPA UTEZ ZEN

CONSEJO EDITORIAL

M.D. Sandra Lucero Robles Espinoza
Rectora

M.A. Antonio Espín Arcos
Secretario Académico

L.F. Dennice Jaqueline García Méndez
Directora de la DATEFI

Dra. Martha Fabiola Wences Díaz
Directora de la DATID

M. en C. Jaime Vázquez Colín
Director de la DAMI

M.C.C.I. Jonathan Espinoza Mendoza
Director de la DACEA

Mtro. Alberto Aranda Pastrana
Director de Planeación y Servicios Escolares

M.A.O. Beatriz Adriana Sánchez Mallida
Directora de Administración y Finanzas

Lic. Fabiola Cruz Rojas
Abogada General

COMITÉ EDITORIAL

M.T.I. Martha Elena Luna Ortiz
Editora de Publicaciones periódicas
Diseño Gráfico

M.M.D. Ofelia Grajeda Santos
Coordinadora del Comité Editorial
y Comercialización

M.I.E. Elizabeth Nallely García Gamboa
Corrección de Estilo

I.T.I. Marco Antonio Segovia Arreguín
Soporte Técnico

COMITÉ CIENTÍFICO

Dra. Ma. Guadalupe Ortiz Martínez
L.C. Irene del Carmen López De Los Santos

Publicación Cuatrimestral
Número 1 Año 1 Enero - Abril 2023
Redacción y Administración:
Universidad Tecnológica Emiliano Zapata del Estado de Morelos
Av. Universidad Tecnológica No. 1. Col. Palo Escrito. Emiliano Zapata, Mor.
C.P. 62670. Tél.: 7773681165
Los artículos presentados son responsabilidad de sus autores.
Impresión digital hecha en México.

TURISTEANDO AL BIENESTAR



L. F. Dennice Jaqueline García Méndoza

Directora de la División Académica de Terapia Física

EDITORIAL

Bienvenidos y bienvenidas a nuestra gaceta.

Somos una gaceta elaborada por estudiantes para estudiantes.

Pertenece a la carrera de Terapia Física Área Turismo de Salud y Bienestar; algunas carreras seguro nos identificarán, pero otras posiblemente no hayan escuchado hablar de nosotros antes o nos identifiquen como "las y los del SPA" y efectivamente, el SPA nos identifica, aunque en realidad no nos define, pero bueno, para hablar de ello ya tendremos tiempo.

Nuestro objetivo va más allá de ser leída por ti, más bien lo que nos interesa es que conectes con todos los temas que estaremos abordando en cada publicación, sin importar tu carrera o tu área, ya que no solo hablaremos de nuestra área, sino de las prácticas, actividades fuera y dentro de nuestra institución, de la salud y del bienestar, sin olvidar que también podrás encontrar información que te sea útil, incluso si se trata de saber qué lugar puedes visitar.

No buscamos saturarte de mucha información, para eso están tus clases; nosotros nos enfocaremos en que pases un rato agradable leyéndonos y tratando de lograr que nos compartas con tus amigos, compañeros, novios, novias y con todos y todas las personas que puedas.

Y como nuestra intención no es el aburrimiento, después de esta bienvenida damos por inaugurada nuestra gaceta: "Turisteando al Bienestar".

La hidroterapia en el Turismo de Bienestar

Carnalla Santiago Natalia

En este artículo, nos interesa que entres en contexto con el Turismo de Salud y el Turismo de Bienestar ya que probablemente no lo hayas escuchado o sepas de qué se trata, pero no te preocupes, así comenzamos incluso los que lo estudiamos.



Figura 1. Viaje por motivos de salud.

Actualmente el turismo de salud y bienestar sigue siendo desconocido tanto en el estado como en el país en general; la mayoría de las personas ignoran qué es y la importancia que tiene en la salud; considerando que ésta no solo es la ausencia de enfermedad, sino el completo estado de equilibrio físico, mental y social, y como estudiantes y futuros egresados del área es donde podemos actuar para ayudar a que las personas puedan encontrar la salud física y el bienestar que necesitan y desean, además de las experiencias que viven en el transcurso de sus terapias¹.

El Turismo de Salud busca brindar servicios enfocados a la medicina y sus especialidades; por ejemplo, las personas pueden viajar dentro o fuera de un país para realizarse un procedimiento quirúrgico o estético y de esta manera lograr el incremento de la calidad de vida, sin olvidar los servicios complementarios que requiere un turista, como el hospedaje, la comida, el transporte y también las terapias que ayuden a su confort (Figura 1).

Por otro lado, el Turismo Wellness o Turismo de Bienestar se basa en brindar servicios integrales y complementarios, como pueden ser terapias, prácticas o procedimientos que sean preventivos, es decir, que ayuden a las personas a evitar las enfermedades a las que actualmente está expuesto el ser humano, como el estrés, por mencionar un ejemplo². Estos servicios se pueden llevar a cabo en establecimientos llamados centros de bienestar y/o SPAS, siendo este último el que más logramos identificar; pero no solo se realizan actividades como tratamientos SPA (faciales, masajes, aromaterapia) sino que va más allá, tal es el caso de la hidroterapia que se basa en el empleo del agua con objetivos terapéuticos³.



Figura 2. Talasoterapia

La hidroterapia aprovecha los beneficios de los cambios de temperatura (agua fría y caliente) y es utilizada en diferentes presentaciones o aplicaciones con diferentes objetivos, los cuales dependen del estado de salud de la persona, pero de este tema hablaremos en otro momento, no hay que adelantarnos.



Algunas de las terapias que integran a la hidroterapia con un enfoque de bienestar, son las siguientes: la talasoterapia que es el aprovechamiento de los recursos marinos, como son las algas, arena, agua de mar, fangos, entre otros (Figura 2), con un fin curativo y/o preventivo de alguna enfermedad o la termoterapia, que nos habla de la aplicación de agua en sus diferentes temperaturas y la realización de procedimientos como las envolturas o envolventes corporales, el cual es un tratamiento en donde se realiza una exfoliación y se aplica algún producto como las arcilla o el fango para posteriormente “envolverlo” con sábanas especiales, de ahí el término de envoltente (Figura 3 y 4)⁴.



Figura 3. Aplicación de mascarilla en terapia de envoltente.



Figura 4. Envoltura con sábana metálica.

Asimismo, el SPA (salud a través del agua) también entra en el campo de la hidroterapia, en el cual se realizan diversos servicios con técnicas y tratamientos específicos que buscan ofrecer diversos beneficios, entre ellos relajar o reducir el estrés, mejorar el aspecto de la piel y en general, mejorar su imagen.

Algunos de estos tratamientos incluyen circuitos hidrotermales y seguramente te estás preguntando qué es; pues muy fácil, un circuito hace referencia a una interconexión de diferentes componentes y para nosotros, los componentes son aquellas zonas o medios que podemos utilizar para brindar una terapia con agua, ejemplo de ellos y que estamos seguros que en algún momento lo has escuchado, el vapor, el sauna o el temazcal, estos tres podrían formar fácilmente un circuito de hidroterapia, sin olvidar a las diferentes regaderas o baños que existen (Figura 5).

En definitiva este tipo de temas merece tener segundas y terceras partes porque nos encantaría que la próxima vez que viajes a algún lugar puedas reconocer qué tipo de servicios te pueden gustar o favorecer y cómo sacarle provecho a todo lo que incluye la hidroterapia y sus diversas aplicaciones.

Esperamos que nuestro primer artículo haya sido de tu agrado y puedas pasar la voz para que nos conozcan y conecten con nosotros.



Figura 5. Utilización de la presión del agua como parte de la hidroterapia.

1. OMS. (7 de Abril de 1948). Organización Mundial de la Salud. Recuperado el 16 de Diciembre de 2022, de <https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions#:~:text=C2%BFC%3%B3mo%20define%20la%20OMS%20la,ausencia%20de%20afecciones%20o%20enfermedades%20C2%BB>.
2. Deloitte. (2018). Turismo médico y turismo de bienestar. Más allá de la espera. Deloitte.
3. RAE. (2021). Real Academia de la Lengua Española. Obtenido de <https://dle.rae.es/hidroterapia>
4. Chávez, M. A. (15 de Diciembre de 2017). Beneficios de la hidroterapia como parte de los servicios estéticos de un SPA. Tesis de grado, Universidad Galileo de Guatemala, Guatemala. Recuperado el 22 de Diciembre de 2022, de http://biblioteca.galileo.edu/tesario/bitstream/123456789/677/1/2017-T-lacs-010-chavez_diaz_maria_andrea.pdf

Herbolaria. Medicina tradicional Nahua en Morelos

Espinoza López-Médina Regina

El mundo es tan diverso que nos encontramos con múltiples prácticas que a lo largo de la historia han tomado fuerza y posición ya que el aporte que tienen para el bienestar y el cuidado del ser humano es muy importante. Mi interés comenzó cuando por un dolor leve de estómago, mi abuela me comentó, “porque no tomas un té de manzanilla y jengibre, es un remedio bastante efectivo”; investigando me encontré que es una práctica muy antigua conocida como medicina tradicional, que son todas las prácticas y creencias utilizadas, según la región y la cultura, para mantener y mejorar la salud, así como prevenir y diagnosticar la enfermedad¹.

Mi atención se centró en la herbolaria, ya que me inquieta saber cómo una combinación de hierbas pudo quitarme el dolor de estómago; esta forma parte de la medicina tradicional, siendo una práctica ancestral del uso de plantas medicinales con el fin de prevenir y aliviar síntomas de enfermedades, encontrando bienestar al consumirlas (Figura 1).

El conocimiento sobre estas plantas radica en la época prehispánica, ya que culturas como los olmecas, toltecas, aztecas y tlahuicas poseían una relación armoniosa con la naturaleza, y por ende, han sido pasadas de generación en generación².

En Morelos, las plantas medicinales son usadas entre la población de los nahuas como parte de su medicina tradicional. Ya que, para ellos, salud es estar en las mejores condiciones tanto a nivel físico, psicológico y espiritual, es decir, que exista un equilibrio y armonía entre ellos.

Para nuestros antepasados el perder ese equilibrio y la armonía, significaba enfermedad. Para los nahuas, el concepto de “fuerza”, entidad inmaterial manifestada de diversas formas es algo que, con el pasar del tiempo, se debe de desarrollar y fortalecer y esto se realizaba con el cuidado del bienestar a través de los preparados herbolarios y que, en caso de no desarrollar esta práctica, conllevaba al debilitamiento del cuerpo y por ende, a su enfermedad o muerte.

Es por eso que, como parte de su medicina tradicional, utilizan las plantas medicinales o herbolaria, los masajes y el temazcal con el fin de armonizar el cuerpo, la mente y el espíritu³.

El tema me dio la iniciativa de seguir investigando para ver el aporte total y la influencia que tiene en estos tiempos, ya que la información está más al acceso de todos, quisiera compartir parte de estos estudios, como: ¿qué plantas son las más utilizadas y benéficas para nuestro cuerpo?, porque si bien me tomé el té de mi abuela, donde estas infusiones son muy frecuentes y utilizadas, me gustaría compartir qué más podemos conocer sobre esta maravillosa práctica.

En nuestras siguientes publicaciones seguiremos compartiendo información y detalles acerca de la práctica y aplicación de la herbolaria, donde estoy segura será de tu interés, para ir descubriendo esta actividad milenaria que ha estado entre nosotros desde épocas ancestrales, espera nuestros siguientes números.



Figura 1. Representación de la cultura en los Nahuas.

1. OMS Organización Mundial de la Salud. (2013). Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2014-2023, fecha de consulta el 11 de 05 de 2021, recuperado de https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/95008/9789243506098_spa.pdf?sessionid=791C276D49A9421E37A8F108630EB309?sequence=1

2. Austin, I. (2017). Textos de medicina nahua. Históricas digital. Universidad Nacional Autónoma de México, Instituto de investigaciones históricas, México. Recuperado de https://www.historicas.unam.mx/publicaciones/publicadigital/libros/textos/153_04_01_introduccion.pdf

3. Ayala, I. Maldonado B. et. (2020). Panorama general de la flora medicinal en la biodiversidad en Morelos. Estudio de caso 2 Vol. III CONABIO. México. pp. 69-76

El Temazcal, un ritual de bienestar



Salinas Castro Cynthia

Como ya pudiste leer en el artículo anterior, la Medicina Tradicional ha sido y actualmente sigue siendo parte del interés de muchas personas, incluyendo a los turistas extranjeros quienes suelen viajar a México para conocer nuestra cultura, abarcando sus rituales y prácticas. En este artículo conocerán acerca del temazcal y para poder hablar del tema, comenzaremos explicando un poco de qué se trata.

Para iniciar, necesitas saber que esta práctica pertenece a la Medicina Tradicional Náhuatl, lo cual quiere decir que sus orígenes tienen miles de años y la podemos definir como una medicina alternativa que integra prácticas y creencias de diferentes culturas con el fin de ser un apoyo complementario para el bienestar de las personas¹.

En cuanto al significado de temazcal, proviene de la palabra náhuatl "temazcalli", (temaz-sudor, calli-casa), el cual también lo podemos entender como casa de vapor (Figura 1)².

Es importante comentar que se le conoce como ritual tanto para la persona que lo lleva a cabo, mejor conocido como temazcalero, como para la persona que desea vivir la experiencia debido a que se requiere de una preparación antes, durante y posterior a su ejecución.

Te contaremos un poco de qué se trata y después tú decidirás si es una experiencia que te gustaría vivir, y en caso de que ya lo hayas hecho, si te gustaría repetirla.

Contemplando que uno de los objetivos principales del temazcal es reencontrarse con uno mismo y su forma arquitectónica representa el vientre materno, la persona que desee vivir el temazcal deberá tener presente que deberá trabajar con sus emociones y pensamientos, y también con su cuerpo, ya que la respiración es fundamental³.



Figura 1. Representación de la cultura en los Nahuas.

Se hace la recomendación de tener incluso una preparación alimenticia previa debido a que el cuerpo debe de estar lo más puro y limpio posible para comenzar con el proceso de sanación, como lo hacen llamar los expertos en este tipo de ritual (Figura 2).



Figura 2. Sesión de temazcal contemplando los elementos: fuego, tierra, aire y agua.

Y hablando de los especialistas, ellos también deben llevar una preparación que se basa en el estudio profundo de las terapias que forman parte de la Medicina Tradicional y/o complementaria, además de las jornadas de prácticas que deben realizar para perfeccionar su técnica o terapia. Podríamos pensar que para estas personas basta con el conocimiento que es transmitido de generación en generación, pero te sorprendería saber que existen quienes, sin tener relación alguna con esta cultura, desean aprenderlo y formar parte de los expertos.

1. OMS. (2014). Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2014-2023. Organización Mundial de la Salud.
2. Clavijero, F. (3 de Mayo de 2017). Universidad Nacional Autónoma de México. Obtenido de Textos de Medicina Nahuatl: https://historicas.unam.mx/publicaciones/publicadigital/libros/textos/medicina_nahuatl.html
3. García, A. (2012). Una experiencia telemática del ritual de temazcal. Valencia, España: Universidad Politécnica de Valencia.

Contemplando esto, la carrera de Terapia Física Área Turismo de Salud y Bienestar, adquiere conocimientos básicos en Medicina Tradicional, siendo el ritual de Temazcal uno de los temas que se abordan, logrando difundir su significado y el valor, lo que nos permite que, si es nuestro interés, posterior a nuestros estudios en la institución, busquemos diplomados o algún otro estudio sobre este tipo de terapias.

Por otro lado y para ya no saturarte con tantos datos, queremos compartirte que en el Estado de Morelos contamos con lugares y establecimientos que cuentan con el ritual o servicio de Temazcal. Seguro identificas al pueblo mágico Tepoztlán, en donde el hotel La Buena Vibra (Figura 3) ofrece como uno de sus servicios el ritual, pero no es el único; diversos SPAS como lo es Misión del Sol y el hotel Camino Real Sumiya, ubicados ambos en Jiutepec, Mor, cuentan con dicho servicio, y para los que desee encontrar un temazcal en Cuernavaca, podemos hacerte mención de que el Temazcal Xochipilli Cuernavaca o Haramara SPA, podrían ser alguna de las opciones que te gustaría consultar.



Figura 3. Temaxcalero.

Para concluir este artículo, queremos invitarte a que conozcas más sobre nuestras tradiciones que incluye los rituales de la Medicina tradicional que han sido y sigue siendo parte de nuestra cultura y valorada tanto por los mexicanos como por los turistas extranjeros.

¡Así que ahora ya lo sabes, visita algún lugar que mantenga viva nuestras tradiciones y no te pierdas la experiencia del ritual de temazcal!

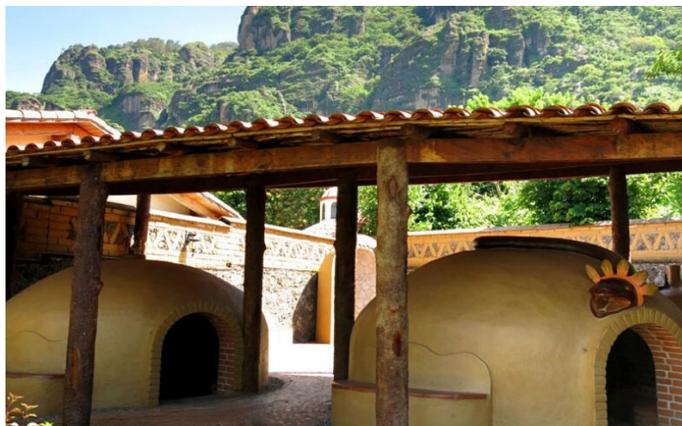


Figura 4. Temazcal del Hotel La Buena Vibra en Tepoztlán, Morelos.

4. Macina, L. (2007). *El temazcalli mexicano. Su significación simbólica y su uso terapéutico pasado y presente*. México : Plaza y Valdés.

Visita académica al Hotel & Boutique Casa de Campo

Del Río Rendón Janitzzy
Juárez Sámano Perla Diana

Cuando se habla del turismo de salud y bienestar no solo se debe hacer referencia a que las personas salen del estado o país en el que viven, basta con el simple hecho de salir de la rutina o viajar para relajarse a algún lugar que te brinde esa sensación de bienestar ya que es parte fundamental de lo que podrías hacer para y por tu salud¹. Es muy común que se piense que para realizarlo se necesita gastar mucho dinero o se deba recorrer una gran distancia, pero eso es una idea errónea que el presente artículo desea aclarar para que pongas en práctica el turismo de bienestar lo antes posible.

Es primordial saber que la salud no solo implica que no tengamos algún tipo de enfermedad, sino que tanto nuestro cuerpo, nuestra mente y las emociones se encuentren en equilibrio; al lograr esto podemos lograr un bienestar completo que ayude en mejorar la calidad de vida². Es en esta parte en donde nosotros como profesionales del área entramos en acción para poder apoyar a los turistas, clientes o pacientes a lograrlo.

El día lunes 7 de noviembre de 2022, los grupos de 1ºA y 1ºB de la carrera de Terapia Física área de Turismo de Salud y Bienestar de la UTEZ tuvieron la oportunidad de visitar el Hotel & Boutique Casa de Campo ubicado en el centro de Cuernavaca, Morelos (Figura 1); en dicha visita se nos impartió una capacitación sobre el tema de aromaterapia y cómo dicha terapia influye en el bienestar de las personas y como parte de una visión más amplia hacia nuestra área.



Figura 1. Hotel & Boutique Casa de Campo.



Figura 2. . Presentación del tema "Aromaterapia".

Al llegar al lugar nos recibió la amable recepcionista del establecimiento quien se encargó de orientarnos al espacio en donde se daría la capacitación. Para comenzar, la licenciada y gerente del hotel, Elena Pineda, se presentó ante nosotros junto con Verónica Mir, especializada en aromaterapia, quien impartió y llevó a cabo su valiosa presentación dándole un enfoque hacia nuestra futura profesión.

El tema abordado fue la aromaterapia (Figura 2), que según la autora, Tisserand Maggie, escritora del libro *Aromaterapia para mujeres: esencias para la belleza, la salud y el bienestar espiritual*, comenta que la aromaterapia "es una terapia total que, con ayuda de aceites esenciales ejerce influencia sobre procesos físicos, espirituales y mentales (Tisserand, 2001). Para explicarlo mejor, los aceites esenciales son parte de la medicina alternativa o terapéutica natural, que provienen exclusivamente de la vida vegetal"³.

1. Deloitte. (2018). *Turismo médico y turismo de bienestar. Más allá de la espera*. Deloitte.

2. OMS. (7 de Abril de 1948). Organización Mundial de la Salud. Recuperado el 16 de Diciembre de 2022, de <https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions#:~:text=C2%BF-C3%B3mo%20define%20la%20OMS%20la,ausencia%20de%20afecciones%20o%20enfermedades%2%BB>

3. Tisserand, M. (2001). *Aromaterapia para mujeres: esencias para la belleza, la salud*. Barcelona, España: Ediciones Paidós.



Figura 3. Charla motivacional de la Gerencia del Hotel.

La ponente nos compartió algunos de los conceptos básicos de esta peculiar terapia, que al ser un tratamiento terapéutico la hace más interesante para todos ya que nos permite lograr muchos beneficios sin que tengamos que poner en riesgo nuestra salud, siempre y cuando sea un profesional quien lo realice.

Uno de los tantos beneficios que nos llamó la atención como futuros profesionales del área de la salud y del bienestar, ya que se habló del beneficio de la prevención, un concepto base en nuestra profesión. De igual manera, pudimos notar cómo todo iba relacionándose de acuerdo con las clases impartidas en nuestra institución, por ejemplo, la importancia del conocimiento previo en ciencias como la anatomía y fisiología humana para así llevar a cabo su adecuado uso.

Asimismo, la ponente nos contó acontecimientos de su vida que la llevaron a motivarse a impartir esta maravillosa terapia y logró contagiarnos a todos el entusiasmo por tratar a nuestros pacientes y a nosotros mismos con esta alternativa en el área de la salud; incluso nos compartió un poco del aroma de estas esencias naturales, con el objetivo de percibir e identificar la sensación que nos provocaría a través de nuestro olfato y también de nuestro tacto ya que nos comentó que la consistencia de las sustancias con aroma en nuestra piel es algo muy importante en lo que debemos fijarnos a la hora de trabajar con dichas esencias.

Al terminar la presentación, tanto la ponente como la gerente del hotel nos regalaron un par de palabras para motivarnos a seguir y crecer dentro del mundo del Turismo y del Turismo de Salud y Bienestar (Figura 3).

La gerente del hotel, Elena Pineda, cuenta con una Licenciatura en administración de empresas y basada en su experiencia nos compartió sus conocimientos y experiencias como encargada de la administración del hotel y como parte de esto, pudimos realizar algunas preguntas para conocer un poco más sobre sus funciones, resaltando la actitud como parte fundamental para ser contratados en este tipo de empresas.

Ella nos comentó que de hecho suele darles trabajo a personas que a pesar de no tener experiencia tienen mucha actitud y para ella es lo primordial en un centro de trabajo.

Bien se sabe que una persona con actitud destaca más que el resto, pero debemos tener cuidado pues tanto es bueno como puede ser perjudicial tanto en su vida personal como en su profesión; pero gracias a la actitud nos atrevemos a hacernos preguntas como "¿Me quedaré con el trabajo? o, ¿Y si alguien es mejor que yo y no me quedo con el puesto?"; estos cuestionamientos como muchos otros en ocasiones pueden ser por la falta de seguridad que tenemos en nosotros mismos y lo único que debemos tener presente es que todos tenemos diferentes habilidades, capacidades y oportunidades para lograr trabajar en lo que nos gusta, no olvidando que el esfuerzo, la responsabilidad y el compromiso serán parte de la clave para lograrlo.

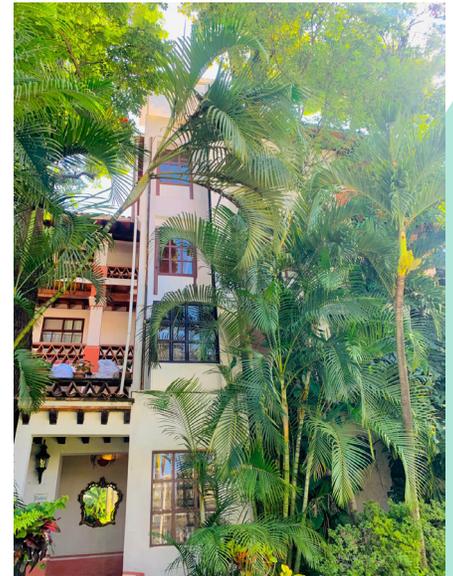


Figura 4. Recorrido por el Hotel.

Al término de la plática motivacional, la gerente nos regaló un recorrido por el hotel, contando la historia detrás de él y mostrándonos cada detalle del lugar que, aunque para el público o los clientes puede pasar desapercibido, para el hotel tiene mucha importancia ya que debe estar en perfectas condiciones para recibir a los huéspedes (Figura 4).

Por otro lado, nos manifestó lo importante que es tener un espacio limpio y sobre todo acogedor, un concepto muy importante en la calidad del servicio turístico y hotelero, que según la Real Academia Española, la calidad se define como la “propiedad o conjunto de propiedades inherentes a algo, que permiten juzgar su valor”; y tomando esto en cuenta, los que nos dedicamos o dedicaremos a realizar servicios, tanto la calidad como la atención al cliente debe estar en primer lugar ya que es algo que siempre se podrá juzgar (Figura 5 y 6)

Al concluir la visita, nos llevamos una experiencia más para nuestra formación, ya que es importante conocer el campo laboral más allá de estudiarlo en el salón que claro, van de la mano, pero vivir la experiencia nosotros mismos en un lugar en el probablemente trabajaremos nos ayuda a comprender y valorar nuestra profesión, como lo dijo una de las ponentes, “hay que probar de todo para tener nuestra propia experiencia y así transmitir nuestro conocimiento en los tratamientos de nuestros pacientes y clientes”

Como conclusión, me gustaría comentar que considero fundamental el implementar este tipo de visitas académicas en cualquier carrera universitaria, ya que nos abre una perspectiva más realista de lo que podemos llegar a pensar.

Sobre todo en el área de Turismo de Salud y Bienestar, una carrera con un amplio campo laboral basado en la aplicación de diversas técnicas, tratamientos y alternativas que deben ser ejecutadas brindando un servicio de calidad y ayudando a las personas a mejorar su calidad de vida y su bienestar.



Figura 5. Habitación con estándares de calidad.

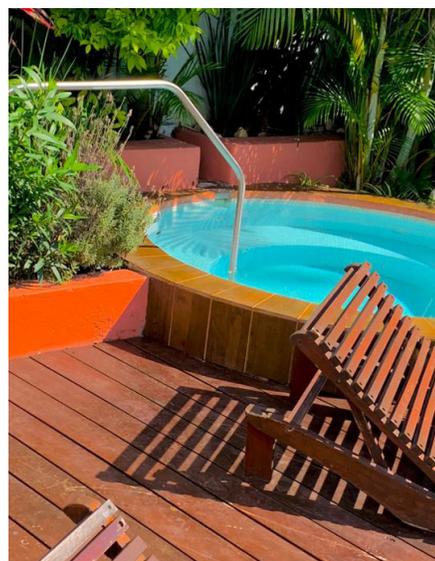


Figura 6. Tina de hidromasaje del SPA

Campañas de Turismo de Salud y Bienestar

Salinas Castro Cynthia

Para todas y todos nosotros como estudiantes, las prácticas dentro y fuera de la institución resultan fundamentales porque nos ayudan a sentirnos con mayores competencias y habilidades cuando de enfrentar el mundo laboral se trata, es por eso que en este artículo nos gustaría platicarte cómo ha sido la experiencia de las campañas que a lo largo del año abrimos para el público, incluyendo a estudiantes de todas las carreras y al personal en general de la UTEZ (Figura 1).

El Turismo de Salud y Bienestar va más allá de solo promocionar la salud por medio de diferentes técnicas y procedimientos, ya que a través de nuestra experiencia, podemos afirmar que el estar en contacto con un paciente que requiera alguna terapia para poner en equilibrio su salud física, mental y emocional, nos hace tener más destrezas y afianzar nuestros conocimientos.

Queremos contarles un poco sobre la práctica profesional que hemos tenido a lo largo de estas campañas, cómo han influido en nuestra formación académica y cómo hemos puesto en marcha los conocimientos y técnicas que adquirimos en clase.

Este proyecto se inició como parte de la materia Integradora, pretendiendo que como estudiantes desarrollemos habilidades como la empatía, la seguridad y la confianza a la hora de realizar un procedimiento, y por otra parte, a través de esta actividad logramos difundir nuestra área, ofertando servicios como masajes relajantes, holísticos, con varas de bambú, tratamientos faciales y corporales, entre otros, que les dan a conocer a las personas este tipo de turismo y, al mismo tiempo, cuidar y mantener su salud física, mental y emocional, llegando a



Figura 1. Bienvenida del equipo de campaña.

obtener un equilibrio entre estas tres (Figura 2)¹.

Hemos tenido la fortuna de atender a un gran número de personas con el objetivo de mejorar su salud y para poder realizarlas debemos tener preparación completa que se basa esencialmente en el correcto diagnóstico, en la aplicación de las técnicas adecuadas y adaptadas a las necesidades de la persona y en la atención integral que le brindamos al principio y término del servicio².

Previo a las campañas, nos damos a la tarea con el grupo de llegar a un acuerdo sobre los equipos que se van a armar, qué tratamientos ofreceremos, cómo se llamarán, en qué días se llevarán a cabo y qué temática tendrá, además ponemos un sello personal que nos ayude a identificarnos.



Figura 2. Ambientación del lugar como parte de los conocimientos adquiridos.

1. Cordero, D. Y Suarez, R. (2010). Tesis en Investigación de Mercados, Estudio sobre los motivadores de uso de los spas, Escuela superior politécnica del litoral, instituto de ciencias matemática de Ecuador (9)

Para la planeación de la campaña, cada equipo tiene que realizar su propia agenda, gestionar la programación de citas, realizar un inventario de qué productos se utilizarán, contar con los documentos necesarios para la protección y seguridad del paciente, el tipo de tratamiento, etc. (Figura 3).

Pero como sabemos, no es fácil adquirir esas habilidades de las que tanto hablamos; las primeras campañas que tuvimos fueron de gran valor para cada uno de los estudiantes, ya que pudimos identificar nuestras áreas de oportunidad, así como todas las capacidades que tenemos para dar solución a los diferentes tipos de problemas o urgencias que se nos presentaron (Figura 5).

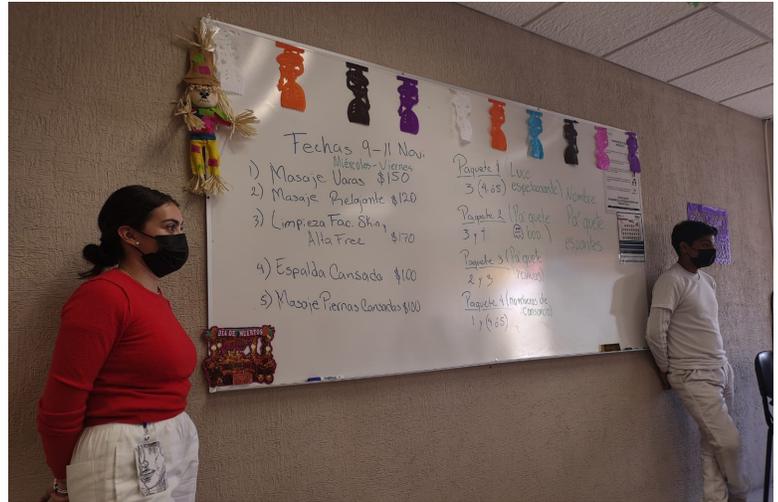


Figura 3. Planeación de campaña.

Asimismo, pudimos comprobar que, hablando internamente de la institución, se logró que la mayoría de los estudiantes y docentes conocieran lo que realizamos a través de nuestro profesionalismo, prácticas y protocolos aplicados en cada uno de los servicios, además de dar a conocer nuestro SPA UTEZ ZEN y, a través de un comparativo anual, queremos compartirles que durante los últimos seis meses el total de servicios realizados durante las campañas, se incrementaron los alcances comparándolos con años anteriores, lo cual nos genera una enorme satisfacción porque para nosotros quiere decir que nos están conociendo, que comienzan a confiar en nuestro trabajo y nosotros día a día ofrecemos servicios de mayor calidad (Figura 5).

Seguramente te identificarás con nosotros y con las emociones y sentimientos que generan las primeras prácticas, así que te invitamos a conocernos y conocer todo lo que podemos ofrecerte para hacerte sentir mejor, ya sea para relajarte antes o después de un examen, para mejorar algo de nuestra apariencia que no nos hace sentir más cómodos o simplemente para pasar un rato agradable de manera individual o con tu grupo de amigos y amigas. ¡Te esperamos pronto para que lo compruebes!



Figura 4. Primera campaña con motivo del día del padre.



Figura 5. Campaña de Turismo de Salud y Bienestar.

Conoce SPA UTEZ ZEN

Lic. Morante Serrano Alberto Daniel

El que conozcas y cuentes con un espacio de salud y bienestar, es sumamente importante hoy en día, ya que está diseñado especialmente para que puedas sobrellevar las pesadas rutinas en las cuales te desenvuelves cotidianamente; el estrés del trabajo, los estudios y las rutinas de vida abren un panorama perfecto para que estos espacios estén estructurados y desarrollados para renovarte en cuerpo, mente y espíritu, manteniendo en equilibrio estas tres partes que componen el balance de tu salud.

¿Imaginaste alguna vez que en tu preparación universitaria, sea cual sea la elección de tu carrera, te podías encontrar con un lugar donde puedas refugiarte para olvidar el estrés y tus presiones académicas y que puedas cuidar la estética y salud de tu piel?, pues ¿qué crees?, tenemos ese lugar perfecto dentro del campus de la Universidad Tecnológica Emiliano Zapata, justo en el edificio de Taller Pesado 1, a un costado de la paletería "La Michoacana", en la cual seguramente has comprado una rica paleta para el calor que constantemente se presenta en nuestra zona geográfica. Así es, cuentas con un SPA dentro de tu universidad.

SPA UTEZ ZEN, nace a principios del 2022, en la División Académica de Terapia Física, a través de la carrera de Turismo de Salud y Bienestar; pone al alcance este lugar para ti, la comunidad universitaria y público externo, donde encontrarán el espacio perfecto de bienestar para cuidarte, consentirte y mantener la estética y la salud de tu piel en óptimas condiciones.



Figura 2. SPA UTEZ-ZEN zona de tratamientos.



Figura 1. Representación SPA UTEZ ZEN

Para tu conocimiento un spa es un espacio donde nos podemos recuperar del estrés cotidiano o de un problema que nos lleva al agotamiento progresivo de nuestra fuerza vital, el spa es un establecimiento que ofrece tratamientos, terapias y sistemas de relajación, utilizando como base principal el agua¹.

1. Ledhesma, M. (2018). *Tipos de turismo: nueva clasificación*. Buenos Aires, Argentina: Organización Mundial del Periodismo Turístico.
2. García, C. G. (2017). *Turismo en salud: ¿una forma de medicalización de la sociedad?* Revista Lasallista de Investigación, 51-64.

Nos interesa que conozcas nuestra misión donde somos un SPA comprometido en formar profesionales con sentido humanista que otorguen servicios de calidad, mediante técnicas especializadas que brinden salud y bienestar a nuestros clientes-pacientes para mejorar su calidad de vida. Y nuestra visión reconoce que queremos ser el primer SPA dentro de una institución educativa con reconocimiento en el estado que brinde servicios integrales en el cuidado y estética a nuestros clientes-pacientes, manteniendo altos niveles de calidad, ética y compromiso a través de tratamientos personalizados.

Conoce las técnicas manuales profesionales, donde encontrarás una gama amplia de masajes terapéuticos, como lo son el masaje relajante, descontracturante, deportivo, neurosedante, y nuestro masaje estrella que es el de varas de bambú.

En el área de hidroterapia estética, donde con apoyo del agua como agente terapéutico, podrás encontrar el equilibrio perfecto para el cuidado y bienestar de tu cuerpo, los servicios y tratamientos que podrás encontrar van desde envolturas corporales hidratantes, hasta una experiencia bajo la regadera Vichy, que es nuestro servicio estrella. El espacio de cosmética donde encontrarás las terapias dermatofuncionales faciales y corporales más novedosas, comenzando con las limpiezas faciales profundas, terapias con electroestética con equipos como el ultrasonido, la radiofrecuencia y el láser. Continuando con una atención y diagnóstico oportuno para ofrecerte la mejor alternativa de tratamiento, y no olvidamos que tu cuerpo necesita un impulso para darle una imagen nueva y renovada y eso lo logramos con los tratamientos corporales diseñados especialmente para cubrir necesidades estéticas como lo es bajar algunas tallas, y mejorar tu aspecto en general.

El SPA cuenta con instalaciones de calidad y de vanguardia con 6 espacios para atención disponibles de lunes a viernes con un horario accesible de 10:00 am a 17:00pm.

La universidad se convierte en tu segunda casa y en todo hogar hay un lugar favorito y eso buscamos, que SPA UTEZ ZEN se convierta en tu lugar preferido.

Nos complace presentarte el mundo del Turismo de Salud y Bienestar, donde en cada tomo de nuestras futuras publicaciones, encontrarás y conocerás información interesante que mostrarán los múltiples matices que componen esta área tan demandante y que se encuentra en constante crecimiento, con noticias, estudios e información que serán de tu agrado, síguenos de cerca y espera nuestro siguiente volumen que estarán hechos especialmente para ti.

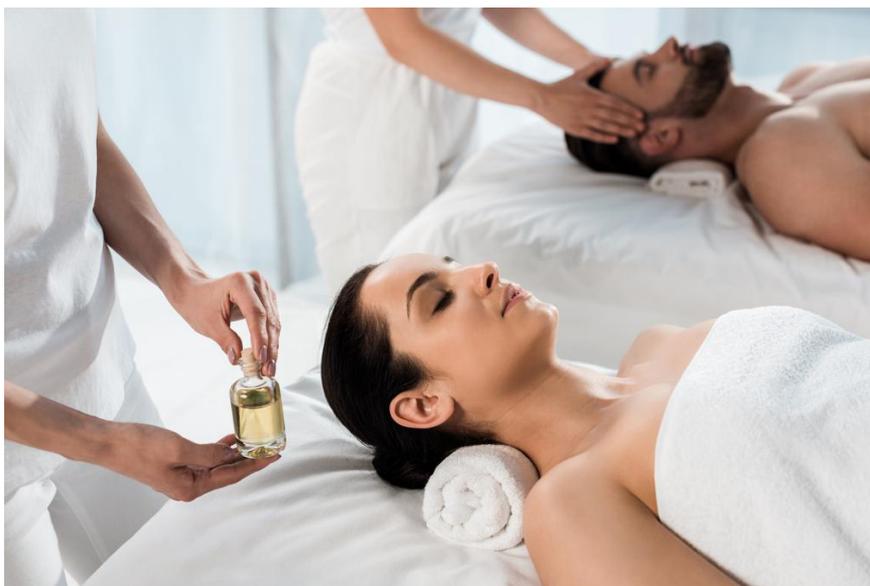


Figura 3. Turismo de Bienestar