



NOMBRE DEL ALUMNO:

Mayra Lisbeth Hernández Pérez

NOMBRE DEL PROFESOR:

Lic. Nancy Domínguez Torres

NOMBRE DEL TRABAJO

Padecimientos tradicionales y sus acciones herbolarias, místicos

MATERIA:

Enfermería y practicas alternativas de salud

GRADO:

Octavo cuatrimestre

GRUPO:

A

Pichucalco, Chiapas a 12 de marzo del 2021

PADECIMIENTOS TRADICIONALES Y SUS ACCIONES HERBOLARIOS, MISTICOS, CURANDEROS, PARTERAS

Sistema Digestivo.

Es el conjunto de órganos encargados del proceso de la digestión, es decir, la transformación de los alimentos para que puedan ser absorbidos y utilizados por las células del organismo.

- **Empacho:** También conocida como dispepsia, es una indigestión, producida por una ingesta excesiva de comida.
 - Causas: Comer rápido, ingerir alimentos muy grasos, comer en movimiento, comer cuando se está fumando, ingerir alimentos con exceso de alcohol, cafeína o picante
 - Síntomas: Náuseas, vómitos, diarrea, dolor de estómago, asco al pensar en la comida, acidez, flatulencias, lengua seca y blanquecina, cansancio, dolor de cabeza, malestar general, sudoración.
 - Tratamiento herbolario: Dieta absoluta, beber líquidos, tomar un antiácido, manzanilla o infusión de anís, reposo, alimentos suaves y de fácil digestión.
- **Estreñimiento:** Alteración del intestino que consiste en una excesiva retención de agua en el intestino grueso y el consiguiente endurecimiento de las heces, por lo cual se hace muy difícil su expulsión.
 - Síntomas: evacuación dolorosa, heces duras y secas, tres o menos evacuaciones a la semana.
 - Tratamiento: Comer más frutas, verduras y granos, abundante agua, hacer ejercicio, tomarse el tiempo necesario para evacuar, consumir laxantes.
- **Diarrea:** Alteración intestinal que se caracteriza por la mayor frecuencia, fluidez y, a menudo, volumen de las deposiciones.
 - Síntomas: Calambres o dolor en el abdomen, necesidad urgente de ir al baño, pérdida del control intestinal.
 - Tratamiento: eliminar el café, el alcohol, los zumos y frutas, los alimentos ricos en fibra, el chocolate, las carnes rojas o las verduras. Mantenerse hidratado, té de hojas de frambuesa, las hojas y rizomas de fresa, la salicaria o la florida.

Sistema Respiratorio.

Conjunto de órganos que poseen los seres vivos, con la finalidad de intercambiar gases con el medio ambiente.

- **Gripe:** Enfermedad infecciosa, aguda y contagiosa, causada por un virus, que ataca a las vías respiratorias y produce fiebre, dolor de cabeza y una sensación de malestar general.
 - Síntomas: fiebre, escalofríos, dolores musculares, tos, congestión, secreción nasal, dolor de cabeza y fatiga.
 - Tratamiento: té de limón, infusión preparada con té negro, limonada, aspirina y dos cucharadas de miel, te de jengibre, té de cebolla, te de ajo, también la baya del saúco es de uso popular para combatir los resfriados, sinusitis y la gripe.
- **Rinitis:** Inflamación de la mucosa de las fosas nasales.

- Síntomas: Picazón en la nariz, la boca, los ojos, la garganta, la piel o en cualquier área, problemas con el olfato, rinorrea, estornudos, ojos llorosos, nariz tapada (congestión nasal), tos, oídos tapados y disminución del sentido del olfato, dolor de garganta, círculos oscuros debajo de los ojos, hinchazón debajo de los ojos, fatiga e irritabilidad, dolor de cabeza.
- Tratamiento: Se puede tratar con agua salina, vapor (inhalación), té de jengibre, té de cúrcuma, té de ortiga.
- **Bronquitis:** Inflamación aguda o crónica de la mucosa de los bronquios.
 - Síntomas: tos con mucosa espesa y dificultad para respirar.
 - Tratamiento: Té de limón y miel, desayunar almendras con leche, infusiones con malva, aceite de eucalipto, orégano.

Sistema Circulatorio.

Sistema de transporte interno que utilizan los seres vivos para mover dentro de su organismo elementos nutritivos, metabolitos, oxígeno, dióxido de carbono, hormonas y otras sustancias.

- **Arritmias:** Falta de regularidad o alteración de la frecuencia de los latidos del corazón.
 - Síntomas: Mayormente es asintomático, pero cuando los tienen puede presentarse: palpitaciones, dolor en el pecho, desmayos o mareos.
 - Tratamiento: infusión de majuelo/espino blanco, guayaba sirve como tónico cardiaco, ginkgo, la berberina el Agracejo, melisa que tiene la propiedad de tranquilizarse el músculo cardiaco y restablece el ritmo normal del corazón, pitahaya.
- **Hipertensión:** Presión excesivamente alta de la sangre sobre la pared de las arterias.
 - Síntomas: Dolor de cabeza fuerte, náuseas o vómitos, confusión, cambios en la visión, sangrado nasal.
 - Tratamiento: Té de ajo, consumir Omega 3, té de espino blanco, aceite de oliva, consumir avena, magnesio, apio, té verde, té blanco, té roibos, disminuir la sal.

Sistema Nervioso.

Conjunto de células especializadas en la conducción de señales eléctricas y está formado por neuronas y células gliales.

- **Epilepsia:** Enfermedad del sistema nervioso, debida a la aparición de actividad eléctrica anormal en la corteza cerebral, que provoca ataques repentinos caracterizados por convulsiones violentas y pérdida del conocimiento.
 - Síntomas: Confusión temporal, episodios de ausencias, movimientos espasmódicos incontrolables de brazos y piernas, pérdida del conocimiento o conciencia, síntomas psíquicos, como miedo, ansiedad o déjà vu.
 - Tratamiento: la menta; aumentan los niveles de carbamacepina y fenitoina, el eucalipto; reduce el efecto del fenobarbital y el jugo de uvas; puede aumentar los niveles de carbamacepina. El uso de aceites de animales puede interferir con la absorción de algunos medicamentos, por lo cual no se recomiendan.
- **Esclerosis múltiple:** Enfermedad autoinmunitaria que afecta el cerebro y la médula espinal (sistema nervioso central).
 - Síntomas: Los síntomas varían debido a que la localización y magnitud de cada ataque. Síntomas musculares: Pérdida del equilibrio, espasmos

musculares, entumecimiento o sensación anormal en cualquier zona, problemas para mover los brazos y las piernas, problemas para caminar, problemas con la coordinación y para hacer movimientos pequeños, temblor en uno o ambos brazos o piernas, debilidad en uno o ambos brazos o piernas. Síntomas vesicales e intestinales: Estreñimiento y escape de heces, dificultad para comenzar a orinar, necesidad frecuente de orinar, urgencia intensa de orinar, escape de orina (incontinencia). Síntomas oculares: Visión doble, molestia en los ojos, movimientos oculares incontrolables, pérdida de visión (usualmente afecta un ojo a la vez). Entumecimiento, hormigueo o dolor. síntomas cerebrales y neurológicos: Disminución del período de atención, de la capacidad de discernir y pérdida de la memoria, dificultad para razonar y resolver problemas, depresión o sentimientos de tristeza, mareos o pérdida del equilibrio, pérdida de la audición. Síntomas sexuales: problemas de erección, problemas con la lubricación vaginal. Síntomas del habla y de la deglución: lenguaje mal articulado o difícil de entender, problemas para masticar y tragar.

- Tratamiento: Ginkgo biloba, Echinacea, Hipérico, corazoncillo o hierba de San Juan, La valeriana, Ginseng y Arándanos rojos.

Sistema Endocrino

También llamado sistema de glándulas de secreción interna, es el conjunto de órganos y tejidos del organismo, que secretan un tipo de sustancias llamadas hormonas.

- **Diabetes:** Enfermedad crónica e irreversible del metabolismo en la que se produce un exceso de glucosa o azúcar en la sangre y en la orina; es debida a una disminución de la secreción de la hormona insulina o a una deficiencia de su acción
 - Síntomas: Aumento de la sed y de la micción, fatiga, visión borrosa, pérdida de peso inesperada, aumento del hambre, llagas de curación lenta e infecciones frecuentes, encías rojas e inflamadas, hormigueo o entumecimiento en las manos o los pies.
 - Tratamiento: Canela, aloe vera: tomar como jugo o infusión con grandes propiedades anti glucémicas, hojas de curry (Masticarlas), jengibre: preparar en té, rayada, bebida o como aderezo, Nopal, te verde, te de savia, hoja de guayaba, planta de arandano, cúrcuma, hojas de mango, ajo, cebolla, Gonseng, eucalipto, estevia.
- **Hipotiroidismo:** surge cuando la glándula tiroides no produce la suficiente cantidad de hormonas.
 - Síntomas: fatiga, aumento de la sensibilidad al frío, estreñimiento, piel seca, aumento de peso, hinchazón de la cara, ronquera, debilidad muscular, nivel de colesterol en sangre elevado, dolores, sensibilidad y rigidez musculares, dolor, rigidez o inflamación de las articulaciones, períodos menstruales irregulares o más intensos de lo normal, afinamiento del cabello, ritmo cardíaco lento, depresión, memoria deficiente, glándula tiroides agrandada (bocio).
 - Tratamiento: infusión de menta y melisa, Consumir alimentos ricos en bociogenos, Batido de rábanos con limón.