



Nombre del profesor:

Nancy Domínguez Torres



Materia:

Enfermería y Practicas Alternativas de
Salud

Grado: 8vo cuatrimestre

Grupo: A

Pichucalco; Chiapas 12 de marzo del 2021

PADECIMIENTOS TRADICIONALES Y SUS ACCIONES HERBOLARIOS, MISTICOS, ETC

Padecimientos digestivos

Reflujo Gastroesofágico: Cuando el ácido del estómago retrocede a tu esófago (una condición conocida como reflujo gástrico), sientes un dolor ardiente en el centro del pecho. Esto suele ocurrir después de comidas o durante la noche. Si presentas acidez estomacal, mal aliento, erosión en los dientes, náusea, dolor en el pecho o problemas para tragar o respirar.

Los principales remedios caseros para tratar el reflujo se preparan a partir de alimentos que neutralizan la acidez del estómago, haciendo que el contenido del estómago sea menos ácido y a su vez menos agresivo para el esófago. Algunos alimentos que ayudan a neutralizar la acidez son: agua de limón y el té de jengibre, de manzanilla, el jugo de sábila.

Cálculos biliares: Los cálculos biliares son depósitos que se forman en tu vesícula y se pueden formar si ésta no se vacía adecuadamente, si los niveles de colesterol son elevados o si existen muchos residuos de bilis.

Diente de León. Esta planta se conoce de forma popular por combatir problemas digestivos, Rábano negro, Aceite esencial de menta piperita, Alcachofa, Cúrcuma, Cardo Mariano.

Enfermedad celíaca o celiarquía: La celiarquía es una seria sensibilidad al gluten, una proteína localizada en el trigo, el centeno y la cebada. Al comer gluten, el sistema inmunológico comienza a atacar al cuerpo, dañando el proceso de absorción de los nutrientes de las comidas que se ingieren.

Se puede comer papa, arroz, soya, amaranto, quinua, trigo sarraceno o harina de frijol en lugar de harina de trigo.

Padecimientos respiratorios

Insuficiencia respiratoria: Afección en la cual su sangre no tiene suficiente oxígeno o tiene demasiado dióxido de carbono. A veces puede tener ambos problemas. Cuando respira, sus pulmones se llenan de oxígeno.

La menta, el eucalipto, el tomillo, el anís, la miel, el limón, la cebolla son un buen remedio natural.

Rinosinusitis: Inflamación de las fosas nasales y de los senos paranasales caracterizada por el bloqueo, la obstrucción y/o la congestión nasal sumado a la secreción nasal o rinorrea que puede drenar por la parte anterior o posterior de la nariz.

Agua salina uno de los primeros pasos para tratar la rinitis alérgica es eliminar el moco de la nariz con la ayuda de un lavado nasal de solución salina, vapor, jengibre, cúrcuma, ajo, vinagre de manzana, ortiga, aceite de tracción.

Bronquitis aguda: Inflamación de los **bronquios** grandes (vías aéreas de tamaño mediano) en los pulmones que por lo general es causada por virus o bacterias y que puede durar varios días o semanas.

Agua y sal según creencias, la ingesta de un vaso de agua con sal puede contribuir con el alivio de algunas molestias de la bronquitis, jugo de limón, eucalipto, orégano.

Padecimientos circulatorios

Aterosclerosis: Acumulación de grasas, colesterol y otras sustancias dentro y sobre las paredes de las arterias (placa), lo cual puede restringir el flujo sanguíneo.

El ginkgo biloba tiene capacidades antioxidantes, lo que podría ayudar a reducir la actividad de la EM. No se conocen demasiados efectos secundarios graves en esta planta medicinal. El principal efecto negativo del ginkgo biloba es que puede impedir la coagulación sanguínea.

Arritmias: Es un trastorno de la frecuencia cardíaca (pulso) o del ritmo cardíaco.

Toma una taza de infusión de agripalma, espino blanco y angélica (una cucharadita **de** la mezcla a partes iguales). Aprovecha para beberla tragando bien a pequeños sorbos.

Inflamación de los ganglios linfáticos: Puede indicar una infección, como el VIH o la mononucleosis, o un trastorno del sistema inmunitario, como el lupus o la artritis reumatoide.

Hierbas específicas para el sistema linfático, como caléndula, hinojo, equinácea, diente de león, jengibre, limón, cúrcuma entre otras.

Padecimientos nerviosos

Epilepsia: Trastorno cerebral en el cual una persona tiene convulsiones repetidas durante un tiempo. Las convulsiones son episodios de actividad descontrolada y anormal de las neuronas que puede causar cambios en la atención o el comportamiento.

Té de valeriana, uno de los remedios naturales para la epilepsia.

Demencia: Grupo de síntomas que afectan la memoria, el pensamiento y las habilidades sociales lo suficientemente graves como para interferir en tu vida diaria. No se trata de una enfermedad específica, hay varias enfermedades que pueden provocar demencia.

Ginkgo biloba, ginseng, cúrcuma, azafrán, licopodio chino sirven para prevenir,

Neuropatías diabéticas: Tipo de daño neurológico que puede ocurrir como consecuencia de la diabetes. Esta enfermedad suele afectar con mayor frecuencia a las piernas y los pies. Para algunas personas, los síntomas son leves. Para otras, pueden ser dolorosos, debilitantes y hasta mortales.

Los aceites esenciales de menta, manzanilla romana y lavanda pueden ser beneficiosos para tratar la neuropatía en personas con diabetes.

Padecimientos endocrinos

Hipertiroidismo: Ocurre cuando la glándula tiroides produce más hormonas tiroideas de las que su cuerpo necesita. Su tiroides es una pequeña glándula con forma de mariposa ubicada en la parte delantera de su cuello.

Jugo de rábano y limón. Este jugo está especialmente recomendado para las personas con hipertiroidismo, infusión de menta y melisa. La melisa, bálsamo de limón o toronjil es una de las plantas más apreciadas de la naturaleza por su efecto relajante, jugo de fresas y duraznos.

Hipotiroidismo: Ocurre cuando la glándula tiroides no produce suficientes hormonas tiroideas para satisfacer las necesidades del cuerpo.

Perejil, huevos, ajo (rico en yodo y selenio), jengibre, albaricoques, plátanos, almendras, berros.

Diabetes: Enfermedad en la que los niveles de glucosa (azúcar) de la sangre están muy altos. La glucosa proviene de los alimentos que consume.

Té de salvia. La salvia posee efecto hipoglucemiante, ayudando a disminuir el azúcar en la sangre, ayudando a controlar la diabetes e inclusive a regular el azúcar en la prediabetes, té de carqueja, té de pata de vaca, té de melón amargo, té de chanca piedra, té de planta de insulina. té de canela, té de moringa.

Padecimientos esqueléticos

Artritis: Mientras que envejecemos, nuestros tejidos articulares se vuelven menos resistentes al desgaste y comienzan a degenerar manifestándose como hinchazón, dolor, y muchas veces, la pérdida de la movilidad de las articulaciones.

Cúrcuma. La curcumina, presente en la cúrcuma, podría ser un remedio natural para la artritis psoriásica, capsaicina, sales de Epsom, aceite de pescado, jengibre, ejercicio, evitar o dejar de fumar terapia de masajes.

Osteoporosis: Hueso poroso la maldición de los adultos mayores, en especial, las mujeres. La dura, como pérdida calidad de los huesos depende del calcio. Cuando un exceso de calcio se disuelve de los huesos o no se reemplaza lo suficiente, los huesos pierden densidad y se fracturan con facilidad.

Batido de papaya con yogur. Un buen remedio casero para la osteoporosis es el batido de naranja y papaya con yogur, porque es rica en calcio y vitamina D que son nutrientes esenciales para la salud ósea, jugo de berro y levadura de cerveza, jugo de mora, batido de papaya con sésamo.

Osteomalacia: Huesos blandos si el suficiente calcio no es depositado durante el desarrollo la niñez temprana, los huesos no endurecen como pierda, si no gomosos. Tanto el calcio adecuado en la dieta y la vitamina D, principalmente, de la exposición del sol normal o suplementos, son necesarios para el desarrollo normal del hueso.

Espantos o Sustos

El susto es padecimiento que viene de una sorpresa ya sea positiva o negativa por ejemplo un accidente o algo que no esperamos, Por tal motivo al momento del evento el cuerpo suelta una energía que también se conoce como desguance se seca la boca tiemblan las piernas o el cuerpo, se debe expulsar al momento esa energía nociva para la salud y se expulsa de la siguiente manera a través ir a orinar, comer un bolillo seco, tomar un té amargo o en su caso tomar una cerveza esto evitara que sufras este padecimiento como es el susto pero te es al momento del suceso. Doce de estas ciento veinticuatro plantas están presentes de manera constante en la curación del susto; además de las señaladas anteriormente, éstas son: el pericón, la ruda, el huelle de noche, el mirto, el romero, el saúco y la albahaca. Se les reconocen importantes efectos tónicos, desparasitantes, sedantes nerviosos, antiespasmódicos, hipotensores, antitusígenos e hipoglucemiantes.

Empacho: Es el malestar que se siente cuando las digestiones son lentas o pesadas. El empacho usualmente aparece después de haber comido demasiados alimentos grasos, sobre todo frituras, carnes, quesos curados y postres de chocolate o nata.

Prepárate una infusión digestiva de anís con manzanilla para después de las comidas principales. Toma jengibre en cápsulas para el empacho. Para el empacho toma 3 tazas de infusión de yerba de lucera. Toma 20 gotas de extracto de alcachofa en 1 vaso de agua 3 veces al día, te ayudará a depurar las toxinas y a sentirte más ligero.

El mal de ojo: Es un malestar generalizado que comienza por agitación, cansancio, mala racha sin motivo justificado, en todos los asuntos que estamos tratando y va in crescendo acumulando malestares y molestias.

Se debe preparar una pequeña vasija (cazuelita de barro o metal) en la cual se echará alcohol y se prenderá. Según va ardiendo, la persona que supuestamente tiene mal de ojo irá cogiendo sal gorda y, pasándola por sus manos, la irá echando al fuego. Si los chasquidos de la sal gorda al irse quemando son muy fuertes, esto indica que la persona tiene mal de ojo, por el contrario, si los chasquidos son débiles, significa que la persona no tiene mal de ojo.

La caída de mollera: Es un padecimiento que, por su frecuencia, constituye una de las causas de demanda de atención más importantes de la población infantil totonaca.

Corregir la fontanela sumida, consiste en "sacudir al niño", maniobra que se ejecuta de la manera siguiente: se toma al pequeño por los pies y se le dan algunas sacudidas "de un lado a otro"; después se le golpean las plantas de los pies en forma de cruz. (Culturales, 2020)

BIBLIOGRAFÍA

Culturales, E. (12 de Mayo de 2020). *Uaemex*. Obtenido de Uaemex:
http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/70225/secme-6768_1.pdf?sequence=1