



**Nombre de alumnos: Yélice Gabriela
Hernández Maldonado**

**Nombre del profesor: Felipe Antonio Morales
Hernández**

Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico

Materia: Enfermería y prácticas alternativas de salud

Grado y grupo: 8vo "A"

14 de febrero de 2021

**Concepto de
costumbre y tradición**

Costumbre

Conjunto de prácticas o hábitos que se adquieren mediante la repetición y la constancia

Pueden pertenecer a un ser humano o a una sociedad entera

Entre las costumbres de una comunidad particular se encuentran:

- Danzas folklóricas
- Formas de artesanía
- Su música popular
- Su gastronomía
- Ritos religiosos y fiestas locales

Tradición

Es algo que se hereda y que forma parte de la identidad

Parte de lo tradicional

- El arte característico de un grupo social
- Su música
- Sus danzas
- Sus cuentos
- Gastronomía y otras cuestiones

Costumbre y tradición

Una costumbre es una práctica que puede crearse e implantarse a través de la práctica ritual y reiterada de sus acciones; mientras que una tradición no puede crearse de la nada, sino que requiere de la aceptación y la perpetuación de una costumbre a lo largo del tiempo.

**Recursos humanos:
sobanderos, hueseros,
parteras empíricas,
curanderos**

**Medicina
tradicional**

Durante muchos siglos la salud de la comunidad en la cultura tradicional latina dependió de curanderos, yerberos, sobadores y hueseros, entre otros

**Hueseros y
sobadores**

Solucionan problemas con ajustes similares a los que hacen los quiroprácticos o bien con algún masaje

Los masajes de los sobadores, siempre que no impliquen maniobras fuertes, sí pueden ser indicados

**Yerberos y
curanderos**

Los yerberos, son quienes poseen el conocimiento milenario de la herbolaria a través de la cual remedian ciertos males, ofrecen remedios naturales para combatirlas.

El curandero tiene la facultad de enfrentar y curar varias enfermedades, particularmente cuatro consideradas como peligrosas

Parteras

En México, país en el que las parteras tienen una relación estrecha con el mundo indígena.

**Comadronas
contemporáneas**

Las matronas permiten tener un parto humanizado, sin violencia obstetricia y con acompañamiento terapéutico

Recursos materiales naturales: plantas, animales, semillas, algodón, lociones, aceites, agua, pomada

Herbolaria

Es el estudio de las propiedades y su uso en la farmacéutica. Por lo tanto, las plantas medicinales se emplean y conocen desde hace siglos para curar malestares

Plantas medicinales y para qué

- Albahaca → Mejora el sistema inmune y aumenta las defensas del cuerpo
- Aloe vera → Se unta para cicatrizar heridas, tratar quemaduras y piquetes
- Arándano → Trata problemas urinarios y ayuda a optimizar el equilibrio de las bacterias en el tracto intestinal
- Árnica → Se aplica una infusión en cualquier herida, raspón, golpe, desgarro muscular
- Ajo → lesiones por frío

Plantas medicinales y para qué

- Canela → Anticoagulante, remedios caseros para el acné
- Cardamomo → Ayuda a mejorar la digestión
- Clavo → Antiséptico contra las úlceras, las caries y las picaduras de escorpión
- Diente de León → Eficiente contra los malestares digestivos, de riñones y la diabetes
- Eucalipto → Eficaz contra problemas respiratorios y fiebre

Plantas medicinales y para qué

- Espinaca → Mejoran la visión, aumentan la fuerza muscular y favorecen la digestión
- Hierbabuena → Dolor de cabeza y muscular, el asma y el estrés, problemas estomacales
- Hierba de San Juar. → Trata heridas en la piel como la dermatitis
- Hinojo → Contra los problemas digestivos, como la diarrea, los gases o cólicos.

Métodos y medios para la atención de la salud: masajes, limpias, rezo u oración

Masajes tradicionales mexicanos

Conjunto de técnicas manuales y con complementos, empleados por la medicina tradicional para tratar enfermedades y lesiones físicas, emocionales y espirituales.

- Masaje otomí (ñatoo ñahñuu)
- Masaje zapoteco
- Masaje purépecha
- Masaje maya (tzetzal y tzotzil)
- Masaje wirrarika
- Masaje Nahua (tenoxca o mexica)

Rezanderos

Fungen como intermediarios entre los seres divinos y el paciente, y por lo general, llevan a cabo sus acciones petitorias en el interior de las iglesias

- Se hace frente a un altar o en cuevas, cerros y encrucijadas de caminos.
- Las velas son indispensables en su oficio
- Para que sea eficaz, debe ser un acto repetitivo, provocando muchas veces entrar en “trance” al rezandero

El ser humano esta compuesto por 3 partes:

- Alma
- Espíritu
- Cuerpo

El ser humano se componen de:

- Elementos materiales → Carne y los huesos. (Cuerpo)
- Elementos inmateriales → Espíritu que mueve el alma

BIBLIOGRAFIA

(Hernández, 2021)

(2021). En F. A. Hernández, *Antología ENFERMERIA Y PRACTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD* (págs. 34-69).