


## Tema: Cuadro Sinóptico

- 
- **NOMBRE DEL ALUMNO:** Exar Rubeli García Hernández
  - **DOCENTE:** Felipe Antonio Morales Hernández
  - **CARRERA:** Lic. Enfermería
  - **CUATRIMESTRES:** 8 "B"
  - **MATERIA:** Enfermería y Practicas Clínicas de Salud

**COMITÁN DE DOMINGUEZ CHIAPAS, A 14  
FEBRERO DE 2021**

# Concepto de costumbre y tradición

costumbre

es un 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, y forman parte de su idiosincrasia particular y de su identidad familiar, regional o nacional

Usos y costumbres

Usos y Costumbres a un modelo de prácticas que, dentro de un grupo social, permite normar la convivencia y ejercer un cierto sentido de orden y justicia, a pesar de que no se trata de un marco jurídico formal, como lo son las leyes contenidas en una Constitución Nacional

Costumbre en derecho

es también una de las fuentes del derecho en el sentido de que, desde los tiempos del Derecho romano, ya se entendía que la manera tradicional y ancestral de hacer las cosas gozaba de cierto carácter de ley dentro de una comunidad determinada

ejemplos de costumbres

celebraciones religiosas

Como el Misachicoll del norte argentino, donde se pasean por el pueblo los santos familiares o las imágenes católicas

Fiestas típicas locales

Como la manera particular de celebrar el carnaval de las distintas regiones hispanoamericanas, disfrazándose de diablos, pintándose unos a otros con pintura, o arrojándose harina, espuma o agua

prácticas rituales corporales

Como la perforación de los lóbulos de las orejas de las mujeres en la mayoría de las sociedades al nacer, o la costumbre de estirarse el cuello, perforarse la nariz o alargarse el cráneo de algunas etnias africanas, vinculadas con el paso hacia la adultez o con la aceptación en la comunidad al nacer

Costumbres de México más célebres

celebración del día de los muertos

En la que se les brinda bebida y comida a los familiares ya desaparecidos, bajo la premisa de que se les ha otorgado una noche para volver al mundo de los vivos y visitar a los suyos

bendición de los tamales

Que se lleva a cabo durante su cocción, como una forma de encomendarlos a Dios,

Las piñatas

Tradición compartida con otras naciones latinoamericanas, son figuras de cartón rellenas de caramelos o pequeños souvenirs que se cuelgan de una cuerda en los cumpleaños infantiles

**Recursos humanos sobanderos hueseros**

Medicina tradicional

Los remedios que se ofrecen pueden variar desde un simple ritual espiritual, a una maniobra de ajuste de huesos, pasando por la utilización de hierbas. Y aunque algunos de estos métodos de hecho producen alivio, durante el embarazo es importante tener precaución

Hueseros y sobadores

solucionan estos 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

Aunque las hierbas sobre la piel no tienen el mismo efecto que ingeridas, nunca está de más consultar nuestra tabla de hierbas durante el embarazo, para asegurarte de que no puedan afectar negativamente al bebé

Yerberos y curanderos

Los yerberos, o las personas que trabajan en las boticas, ofrecen remedios naturales para combatirlas. Aunque sean remedios tradicionales no olvides que hay hierbas que no se recomiendan en el embarazo.

Hay otras tradiciones más espirituales como las "limpias" o los rituales contra el mal de ojo que puedes practicar si te hacen sentirte más tranquila

curandero

Debe ser del sexo masculino y prepararse durante cinco años con constantes ayunos. Durante ese tiempo debe hacerse de sus utensilios de trabajo para las futuras curaciones. Se trata de flechas a las que se atan plumas y cada flecha representa la enfermedad que se debe curar

yerberos

Debe ser del sexo masculino y prepararse durante cinco años con constantes ayunos. Durante ese tiempo debe hacerse de sus utensilios de trabajo para las futuras curaciones. Se trata de flechas a las que se atan plumas y cada flecha representa la enfermedad que se debe curar

Son ellos los encargados de llevar a cabo las limpias, en las que además de las plantas y sus derivados, se valen de incienso, tabaco, veladoras y oraciones



**parteras  
prehispánicas**

En el pasado, el oficio de las parteras formó parte la cosmovisión de la civilización prehispánica, por tanto, su función cobró también una dimensión ritual y social

En ese momento las parteras tenían una primera participación como consejeras espirituales y médicos.

**El parto**

Cuando el momento del parto llegaba, la madre se transformaba en una guerrera, ya que se consideraba que libraba una lucha entre la vida y la muerte

El momento del parto era llamado —la hora de la muerte||, donde se pensaba que la madre renacía del lugar de los muertos

**Puerperio**

Si una mujer moría durante el parto, la comadrona inmediatamente comenzaba los actos funerarios de honor de una mártir de guerra

En el fondo, el embarazo reiteraba a todos los involucrados el sentido de lo masculino y de lo femenino, de la vida y de la muerte, que para los mesoamericanos no eran los extremos opuestos de una línea, sino dos momentos de un ciclo que no debía interrumpirse jamás

**Comadronas  
contemporáneas**

la actualidad cada vez son más las mujeres que demandan los servicios de las parteras, según los testimonios, las matronas permiten tener un parto humanizado, sin violencia obstétrica y con acompañamiento terapéutico

Entre las ventajas que tiene la asistencia de una comadrona se encuentra el parto en el hogar, la movilidad y el acompañamiento familiar

**Recursos  
materiales  
naturales  
plantas,  
animales,  
semillas**

- 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
- Acónito** Es una planta que se debe tratar con especial cuidado, ya que es un potente veneno si no se administra adecuadamente.
- Albahaca** combate el cansancio, favorece la buena digestión, reduce la ansiedad, y lo más importante: repele a los molestos
- Aloe vera** Se extrae el gel que contiene la planta y este se unta para cicatrizar heridas, tratar quemaduras y piquetes. Además, ayuda a reducir la inflamación
- arándano** se utiliza para tratar problemas urinarios y ayuda a optimizar el equilibrio de las bacterias en el tracto intestinal y contrarrestar los síntomas del resfriado
- árnica** se aplica una infusión en cualquier herida, raspón, golpe, desgarró muscular o lesiones por frío, y olvídate de las molestias
- ajenjo** Esta planta milenaria, es conocida por mejorar la salud y rendimiento del sistema digestivo
- ajo** reduce la presión arterial, disminuye los niveles de colesterol, y previene la formación de coágulos que pueden llegar a tapan arterias y venas
- belladona** La belladona relaja los músculos del tracto respiratorio, por lo cual es de gran alivio para quien padece asma o tos convulsiva
- canela** es un potente anticoagulante, por lo cual favorece la circulación sanguínea.
- caléndula** ayudar a agilizar el sistema digestivo, combatir los dolores menstruales, y tratar distintos problemas en la piel
- cardamomo** ayudar a agilizar el sistema digestivo, combatir los dolores menstruales, y tratar distintos problemas en la piel, boca seca o mal aliento.
- clavo** u uso más común es contra las úlceras, las caries y las picaduras de escorpión, ayuda a aliviar las náuseas y el dolor de estómago
- Diente de león** Es eficiente contra los malestares digestivos, de riñones y la diabetes.



- eucalipto Esta planta es muy eficaz contra problemas respiratorios y fiebre
- espinaca ayudan al transporte del oxígeno en los tejidos, mejoran la visión, aumentan la fuerza muscular y favorecen la digestión
- Hierbabuena la colitis y los cólicos espasmódicos, también el dolor de cabeza y muscular, el asma y el estrés.
- Hierba de san juan Se uso es cutáneo para tratar heridas en la piel como la dermatitis
- hinojo Para problemas digestivos, como la diarrea, los gases o cólicos
- jengibre las náuseas, mareos, malestar estomacal, cólicos, diarrea o gases
- lavanda Ingerido calma los nervios y el estrés, uso cutáneo elimina el mal olor en pies y combate infecciones en la piel
- manzanilla puedes usarla para disminuir la mucosa en los ojos o curar heridas externas causadas por piquetes de insectos o golpes
- menta ayuda contra el nerviosismo, el insomnio, la tos, la migraña y los calambres.
- orégano refuerzan el sistema inmunológico y sirve como antiinflamatorio
- Perejil se usa contra el asma, la tos, conjuntivitis e ictericia
- romero la calvicie, oscurece el cabello y es un gran aromatizante.
- ruda se utiliza para aliviar dolores menstruales, parásitos intestinales y problemas digestivos
- salvia ayuda contra los resfriados y la tos, combate las infecciones bacterianas y fúngicas
- Té verde es rico en antioxidantes y mejorar la salud cardiaca y del hígado
- tilo Su uso más común es como sedante y para combatir el insomnio, es muy útil contra los resfriados y problemas digestivos
- tomillo Esta planta es útil para destruir hongos y bacterias como el pie de atleta

# Métodos y medios para la atención de la salud

Masajes tradicionales mexicanos

es hablar de un conjunto de técnicas manuales y con complementos, empleados por la medicina tradicional para tratar enfermedades y lesiones físicas, emocionales y espirituales

etnia

- Masaje otomí
- Masaje zapoteco
- Masaje purépecha
- Masaje maya
- Masaje wirrarika
- Masaje Nahua

El masaje es una forma de diagnóstico y también tratamiento.

diagnostico

Cada cuerpo revela su historia a través de las posturas, a través de las tensiones musculares y las zonas dolorosas

tratamiento

El masaje es parte del tratamiento integral\* de las lesiones físicas, en los procesos de rehabilitación y recuperación de los individuos

El masaje es parte del tratamiento

Terapia manual de zonas  
Técnicas de los hueseros tradicionales que tratan esguinces  
Ajustes quiroprácticos, osteopáticos y de presopuntura

Técnicas de los sobadores

- Tronada de anginas
- Sobada de empacho
- Masaje para embarazadas

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

Equilibrio y alternativa

alma

es la parte anímica del ser, formado por la psique y las emociones

cuerpo

la energía vital que impulsa al alma

espíritu

la materia donde se aloja el alma y el espíritu

## BIBLIOGRAFIA:

ANTOLOGIA UDS/  
II UNIDAD/  
F.A.M.H./ C.S.