



Nombre de alumno: Marli Paola Vázquez López

Nombre del profesor: Felipe Antonio morales

Materia; enfermería y prácticas alternativas de salud

Nombre del trabajo; cuadro sinóptico

Grado; 8

Grupo; C

CONCEPTO DE COSTUMBRE Y TRADICION

¿Qué es costumbre?

- La 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.

- Las costumbres son formas de comportamiento compartidas por una comunidad y que la distinguen de otras.
- Se transmiten de generación en generación de manera oral, mediante la práctica o como instituciones.

Ejemplos de costumbres

- Celebraciones religiosas
- Fiestas típicas locales
- Practicas rituales culturales.

- Costumbres de México;
- Celebración del día de muertos.
- La bendición de los tamales
- Las piñatas.

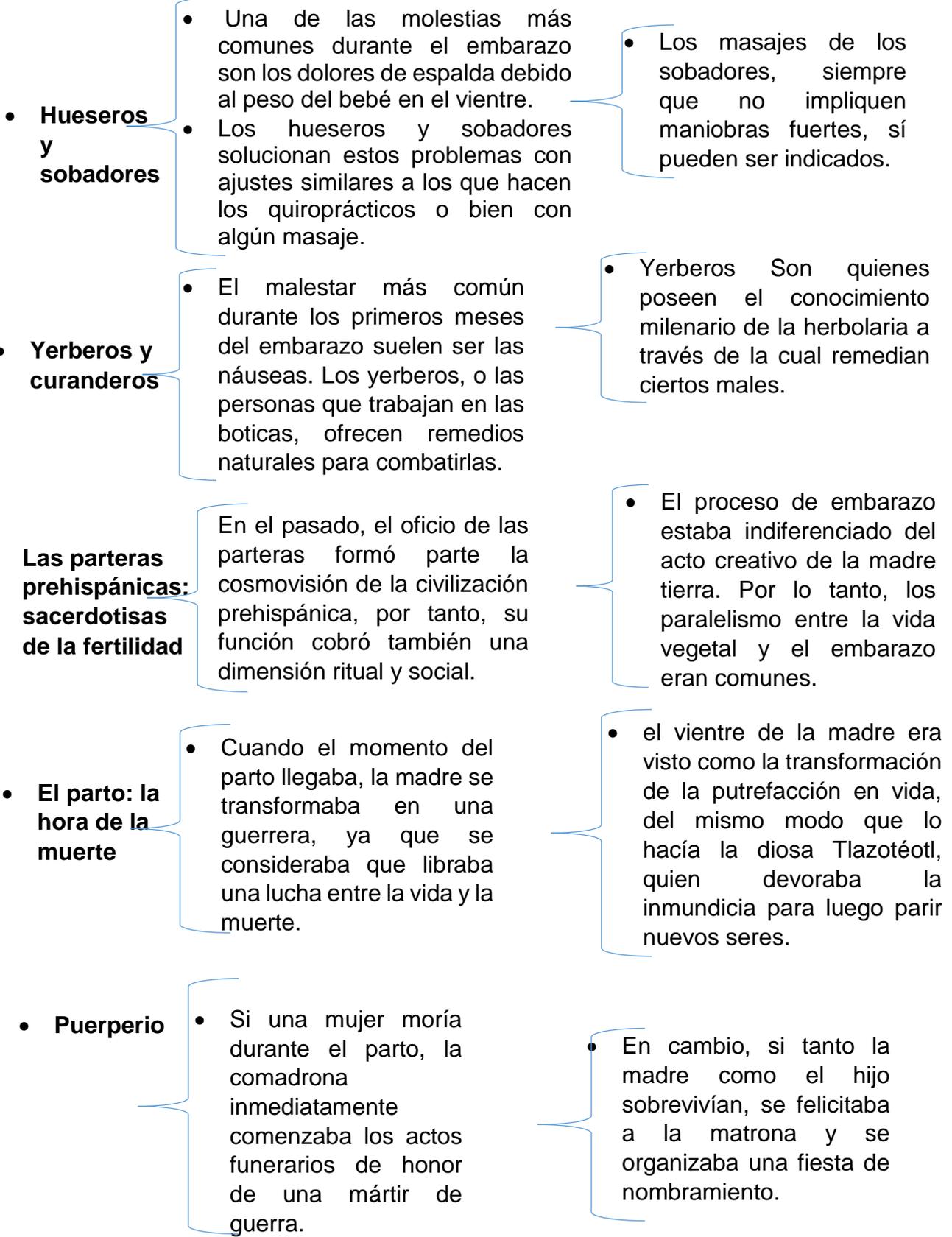
Tradicición

- Es algo que se hereda y que forma parte de la identidad. El arte característico de un grupo social, con su música, sus danzas y sus cuentos.

- forma parte de lo tradicional, al igual que la gastronomía y otras cuestiones.

- 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.



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

- **¿Qué es herbolaria?**

- La 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.

- Actualmente, las plantas medicinales se han popularizado para volver a lo natural y así evitar químicos en el cuerpo.

- **Plantas**

- Acónito Es una planta que se debe tratar con especial cuidado, ya que es un potente veneno si no se administra adecuadamente.
- Albahaca; mejora el sistema inmune y aumenta las defensas del cuerpo.

- Aloe vera; para tratar quemaduras y piquetes
- 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 es reconocida por ser analgésica y antiinflamatoria.
- Ajenjo Esta planta milenaria, es conocida por mejorar la salud y rendimiento del sistema digestivo.

- Ajo; previene la formación de coágulos que pueden llegar a tapar 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; se usa regularmente en tratamientos cosméticos, por ejemplo remedios caseros para el acné.
- Cardamomo; ayuda a mejorar la digestión.

- Clavo; Se utiliza, en su mayoría, como antiséptico. Sin embargo, su uso más común es contra las úlceras, las caries y las picaduras de escorpión. Además, ayuda a aliviar las náuseas y el dolor de estómago.

- **Otras plantas**

- Diente de león
- Eucalipto
- Espinaca
- Hierbabuena
- Hierba de san juan
- Hinojo
- Jengibre

- Lavanda
- Manzanilla
- Menta
- Romero
- Ruda
- Salvia
- Té verde
- Tilo
- Tomillo

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

- **Masajes tradicionales mexicanos**

- Hablar de masaje mexicano, es hablar de un conjunto de técnicas manuales y con complementos.

- El masaje es una forma de diagnóstico (interno y externo) y también tratamiento.

- **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.

- Esto se hace frente a un altar o en los lugares considerados sagrados como cuevas, cerros y encrucijadas de caminos.

- Complementan su oración con la quema de incienso o copal, huevos y aguardiente, así como algunas ofrendas. Las velas son indispensables en su oficio y varían en cantidad, tamaño y color, según el padecimiento o petición.

- Para que el rezo sea eficaz, debe ser un acto repetitivo y este puede durar varias horas, provocando muchas veces entrar en trance al rezandero.

- Desde el punto de vista de la medicina tradicional y alternativa, el ser humano está compuesto por 3 partes:

- Alma: es la parte anímica del ser, formado por la psique y las emociones
- Espíritu: la energía vital que impulsa al alma
- Cuerpo: la materia donde se aloja el alma y el espíritu.

- el espíritu, es la fuerza vital de la naturaleza, es la energía dinámica e indestructible de animales, plantas y humanos.

- el alma: características psicológicas y emocionales que dan esencia al ser humano, lo que lo hace único e irreplicable.

<file:///C:/Users/Usu/Desktop/antologias%208tavo/antologia%20%20enfermeria%20y%20practicass%20alternativas.pdf>