



Nombre del alumno: Lupita Montes de Oca Trujillo

Nombre del profesor: Felipe Antonio Morales

Nombre del trabajo: cuadro sinóptico

Materia: enfermería y practicas alternativas de salud

Grado: octavo

Grupo: "C"

Comitán de Domínguez Chiapas a 04 de Febrero de 2021.

Concepto de costumbre y tradición

Costumbre

¿Qué es?

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

Pertenecen a...

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.

De manera...

- Formal (institucionalizadas)
- Informal (libres)

Por otro lado, pueden ser consideradas como “buenas costumbres” o “malas costumbres”, dependiendo del margen de aprobación social que tengan dentro de la comunidad

Son...

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.

Tradición

¿Qué es?

Conjunto de bienes culturales que se transmite de generación en generación dentro de una comunidad.

¿De que trata?

Se trata de aquellas costumbres y manifestaciones que cada sociedad considera valiosas y las mantiene para que sean aprendidas por las nuevas generaciones, como parte indispensable del legado cultural.

Es...

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



Recursos humanos: sobanderos, hueseros, parteras empíricas, curanderos

Hueseros y sobadores

Una de las molestias más comunes durante el embarazo son los dolores de espalda debido al peso del bebé en el vientre.

Los hueseros y sobadores solucionan estos problemas con ajustes similares a los que hacen los quiroprácticos o bien con algún masaje.

Yerberos y curanderos

El malestar más común durante los primeros meses del embarazo suelen ser las náuseas, los yerberos, o las personas que trabajan en las boticas, ofrecen remedios naturales para combatirlos.

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

Al igual que el mará'kame, el curandero entre los mexicaneros y tepehuanos de Durango tiene la facultad de enfrentar y curar varias enfermedades, particularmente cuatro consideradas como deliriosas.

Yerberos

Son quienes poseen el conocimiento milenario de la herbolaria a través de la cual remedian ciertos males.

En base a este conocimiento preparan infusiones, pomadas, aceites y lociones para curar o prevenir la enfermedad, 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.

Las 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 ningún caso el nacimiento de un individuo era visto como un asunto aislado, por el contrario, era un acontecimiento que involucraba a toda la comunidad.

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.

El vientre de la madre era visto como la transformación de la putrefacción en vida, del mismo modo que lo hacía la diosa Tlazotéotl, quien devoraba la inmundicia para luego parir nuevos seres traídos del Mictlán

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.

Acónito

Es una planta que se debe tratar con especial cuidado, ya que es un potente veneno si no se administra adecuadamente. Si no es el caso, se puede usar como analgésico para tratar las migrañas o dolor de muelas

Aloe vera

Es una de las plantas medicinales más comunes, la cual se ha usado desde hace más de cinco mil años, 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

Tiene múltiples propiedades beneficiosas para nuestra salud, por ejemplo nutrientes como vitamina C, fibra y antioxidantes. También, 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.

Ajo

Es un indispensable en las cocinas mexicanas, que además de ser un perfecto condimento, se usa como antimicrobiano y antiséptico. También, es un alimento rico en vitamina C, B6 y manganeso, por ello, reduce la presión arterial, disminuye los niveles de colesterol, y previene la formación de coágulos que pueden llegar a tapar arterias y venas.

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.

Hierbabuena

Es otra de las plantas ancestrales, la cual usaban los egipcios y romanos para tratar los problemas estomacales. Por ejemplo, la colitis y los cólicos espasmódicos, también el dolor de cabeza y muscular, el asma y el estrés.

Ruda

Por vía oral se utiliza para aliviar dolores menstruales, parásitos intestinales y problemas digestivos.

No obstante, su uso externo sirve para tratar la conjuntivitis y los piojos.

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, empleados por la medicina tradicional para tratar enfermedades y lesiones físicas, emocionales y espirituales.

Es probable que el masaje fuera el primer método terapéutico empleado por el hombre, o dicho de otra manera, “la sobada” sería la primera expresión de la medicina, fue y ha sido desde siempre un recurso natural “de primera mano” para tratar el dolor

Tipos

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

Técnicas de masaje

Técnicas manuales:

- ✓ Terapia manual de zonas (lo que hoy conocemos como reflexoterapia)
- ✓ Técnicas de los hueseros tradicionales que tratan esguinces, torceduras, fracturas
- ✓ Ajustes quiroprácticos, osteopáticos y de presopuntura.

Técnicas de los sobadores tradicionales:

- ✓ 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, 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.

Bibliografía

UDS. (2020). *plataformaeducativauds*. Obtenido de *plataformaeducativauds*:
file:///C:/Users/LUPITA/Desktop/antologia%20de%20enfermeria%20y%20practicvas%20de%20salud.pdf