

-
- Materia: enfermería y practicas alternativas de salud
 - Carrera: Lic. En enfermería
 - Cuatrimestre: 8° cuatrimestre
 - Alumno: Edison moisés Pimentel cruz
 - Catedrático/a: Felipe Antonio Morales



2.1 Concepto de costumbre y tradición

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

La tradición

Por lo tanto, es algo que se hereda y que forma parte de la identidad.

Un grupo social, con su música, sus danzas y sus cuentos, forma parte de lo tradicional, al igual que la gastronomía y otras cuestiones.

Costumbre y tradición

La frontera entre una costumbre y una tradición no es siempre muy clara. Por lo pronto, las tradiciones son costumbres que se preservan en el tiempo y que gozan de aceptación

plena en la comunidad que las practica, ya que las toma como parte de su identidad ancestral.

Ejemplos de costumbres

- Las celebraciones religiosas.
- Fiestas típicas locales.
- Prácticas rituales corporales.

En diversos países se conoce como Sistema de 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

2.2 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 combatirlas

Aunque sean remedios tradicionales no olvides que hay hierbas que no se recomiendan en el embarazo. Debes tener especial cuidado si has tenido abortos en el pasado porque quizás seas más sensible a estas sustancias.

Las parteras

Si bien la conservación del saber indígena ha sido una consecuencia del aislamiento económico, también ha permitido que la esencia de la tradición partera llegue hasta nuestros días.

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.

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 peligrosas.

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.

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

1. 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

2. Albahaca

Ha demostrado tener propiedades antioxidantes, antimicrobianas y antivirales. Debido a eso, mejora el sistema inmune y aumenta las defensas del cuerpo. Además

Además, combate el cansancio, favorece la buena digestión, reduce la ansiedad, y lo más importante: repele a los molestos mosquitos. Sin embargo, la conocemos por ser el ingrediente estrella en la comida italiana por su grato aroma.

Arándano

A diferencia de las anteriores, este es un fruto y no una planta como tal. Aun así, tiene múltiples propiedades beneficiosas para nuestra salud

Árnica
Solo tiene uso externo, ya que por vía oral es altamente tóxica. Sin embargo, es reconocida por ser analgésica y antiinflamatoria. Por consiguiente

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.

Salvia
Esta amiga color lila es perfecta para calmar todo el sistema nervioso. Además, ayuda contra los resfriados y la tos, combate las infecciones bacterianas y fúngicas (hongos).

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

Clasificación de las técnicas de masaje

Las diferentes técnicas son amplias y variadas, todos buscan re establecer el equilibrio integral (cuerpo, alma y espíritu), no obstante

También es cierto que todos buscan un objetivo prioritario, sea físico (corporal), anímico (alma o psicológico) o espiritual (energético)

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.

las oraciones

es solicitado igualmente para participar en funerales, ceremonias petitorias, de bendición de la tierra, novenarios y velación de santos

Por lo general, los rezanderos gozan de gran prestigio y estatus en las comunidades indígenas, y suelen tener un cargo religioso.

El Chimaltonalli

aura o campo magnético, refleja el estado de equilibrio/desequilibrio que tienen los 3 centros anímicos. El chimaltonalli es un escudo protector,

que cuando está en buen estado, no permite que las energías del exterior penetren en el interior. Sin embargo si hay un desequilibrio interior, este afectará el chimaltonalli y no tendrá la fuerza suficiente para protegerse de las fuerzas externas.

(uds, 2006)

Bibliografía

uds. (2006). *ENFERMERÍA Y PRÁCTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD*. comitan chiapas : uds.