

**NOMBRE DEL ALUMNO:**

MARLENE LUCAS GONZALEZ

**NOMBRE DEL FOFESOR**

LIC: LUDBI ISABEL ORTIZ PEREZ

**CARRERA:**

ENFERMERIA

**MATERIA:**

ENFERMERIA Y PRACTICAS ALTERNATIVAS DE LA  
SALUD

**NOMBRE DEL TRABAJO:**

ENSAYO DEL TEMA:

“UNIDAD II Y III”

## **UNIDAD 2. 3**

La medicina tradicional ha resultado ser una práctica médica muy importante para la calidad de vida de las personas, desde hace mucho tiempo el ser humano ha hecho uso de diferentes recursos materiales, mágicos y religiosos que conocían para afrontar los padecimientos a los que estaban expuestos, todos estos comportamientos fueron evolucionando hasta llegar a la medicina científica, es por ello que es importante conocer todas estas prácticas que se realizaban y que aún se realizan.

De acuerdo con la organización mundial de la salud (OMS) la mayoría de la población de los países recurre a la medicina tradicional como fuente atención primaria en la salud.

### **RECURSOS MATERIALES NATURALES: PLANTAS, ANIMALES, SEMILLAS, ALGODÓN, LOCIONES, ACEITES, AGUA, POMADA.**

Las plantas medicinales son una parte fundamental de la medicina tradicional es importante conocer los tipos de plantas y para qué sirven. Algunas plantas más conocidas son; acónito se puede usar como analgésico para tratar las migrañas o dolor de muelas, Albahaca tiene propiedades antioxidantes, antimicrobianas y antivirales, aloe vera usada para cicatrizar heridas, tratar quemaduras y piquetes. El arándano es un fruto con vitaminas y fibra puede utilizarse para problemas urinarios al igual que estas plantas la árnica, ajeno, ajo, belladona, canela, caléndula, cardamomo, clavo, diente de león, eucalipto, espinaca, hierbabuena, hinojo y tomillo todas estas tienen diferentes efectos es muy importante conocerlos para no auto medicarse.

### **MÉTODOS Y MEDIOS PARA LA ATENCIÓN DE LA SALUD: MASAJES, LIMPIAS, REZO O ORACIÓN.**

Los masajes son conjuntos de técnicas manuales y con complementos, empleados por la medicina tradicional para tratar enfermedades y lesiones físicas, emocionales y espirituales. El primer método terapéutico empleado por el hombre para aliviar el dolor fue el masaje o sobada como antes le conocían. En México el masaje es una forma de diagnóstico y también un tratamiento para diagnosticar el cuerpo revela su historia a través de las posturas, a través de las tensiones musculares y las zonas dolorosas. El terapeuta debe entrenar sus sentidos (vista, olfato, tacto, oído, gusto e intuición), debe entonces observar al paciente de manera externa para encontrar las zonas físicas, emocionales y del espíritu que requieren

terapia y así iniciar el tratamiento dependiendo si son contusiones, hematomas, miositis, desgarres, esguinces y espasmos musculares.

Clasificación de las técnicas de masaje: existen diferentes técnicas de los masajes algunas de ellas son; **Masaje corporal** esta atiende la parte física del cuerpo humano incluye técnicas manuales, técnicas de los hueseros tradicionales que tratan esguinces, torceduras, fracturas y técnicas de los sobadores tradicionales. **Masaje anímico** atienden un padecimiento del alma (emociones y de la mente) incluye técnicas manuales acompañadas de rituales para tratar: Nerviosismo, vergüenza, angustia Incluye armonizaciones del chimaltonalli (Aura): Frotamiento con plantas y hierbas huevo, limón , Friega, restregada, soplado, rociados de bebidas .**Masaje espiritual** atiende un padecimiento de la energía vital, de los centros anímicos, del espíritu , Incluye todas las manipulaciones corporales acompañadas o no de actos rituales para atender un padecimiento energético o espiritual .

Rezaderos: la medicina tradicional participa también en un campo ritual normalmente estas se relacionan a una religión se realizan en una iglesia o lugar sagrado, el curandero hace presencia ante un altar donde realiza oración y quema incienso u otra ofrenda algunos utilizan velas según el padecimiento, el rezo debe ser repetitivo para que funcione. Las limpias son rituales que forman parte de nuestra cultura porque forma parte de la medicina tradicional de nuestro país y de otras medicinas tradicionales, se le conoce como limpia, al hecho de pasar algún elemento natural para brindarnos bienestar, su nombre más acertado es ARMONIZACIÓN, ya que la idea es equilibrar o armonizar nuestro cuerpo físico, nuestras emociones y nuestro espíritu. La medicina tradicional coincide que el humano está compuesto por alma, espíritu y cuerpo debido a esto persiste el equilibrio y la armonía de los 3 componentes dan como resultado la salud. El desequilibrio en alguno de los 3 componentes dará origen a la desarmonía ocasionando enfermedad, Esta teoría se asemeja a la concepción tradicional de la salud y la enfermedad. En su punto de vista el ser humano se compone de elementos materiales e inmateriales, 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. Independientemente del tratamiento que se le dé a la persona para sanar su cuerpo físico, es de vital importancia limpiar el chimaltonalli o cuerpo energético, la limpia o armonización, se refiere a una técnica que utilizamos en la Medicina Tradicional Mexicana

para equilibrar nuestra energía. Se hace con elementos naturales como un huevo de gallina, un ramo de plantas medicinales frescas, un limón, un ajo, etc. Estos elementos naturales contienen ciertas propiedades electromagnéticas que nos ayudarán a limpiar nuestro campo energético o chimaltonalli.

### UNIDAD III. PADECIMIENTOS MÁS FRECUENTES.

#### **PADECIMIENTOS: DIGESTIVO, RESPIRATORIO, CIRCULATORIO, NERVIOSO, ENDOCRINO, ESQUELÉTICO, MUSCULAR.**

**Padecimientos digestivos** la medicina tradicional ha empleado diferentes tipos de curas los padecimientos digestivos son muy frecuentes, uno de ellos es el empacho esta es una indigestión, producida por una ingesta excesiva de comida. Además de comer más de lo que tu estómago va a poder digerir con facilidad, otras causas por las que puedes sufrir una indigestión son; Comer demasiado deprisa, Comer alimentos muy grasos. Los síntomas del empacho son ; Náuseas ,vómitos ,diarrea , dolor de estómago, asco al pensar en la comida , acidez y flatulencias , Para prevenir el empacho es necesario comer más veces pero poco , beber mucha agua , masticar despacio , comer saludable . Para tratar el empacho se deben tomar en cuenta los siguientes consejos; Si tienes acidez, algún antiácido te puede ayudar a sentirte mejor, la manzanilla o la infusión de anís, pueden ayudarte a asentar el estómago o bien a vomitar. A veces, resulta muy complicado, pero al hacerlo te sentirás algo mejor, reposa no hagas ejercicio hasta que te encuentres mejor.

La diarrea también es un padecimiento muy común se le llama diarrea a las heces acuosas y blanda algunas causas de estas pueden ser contaminación por bacterias en alimentos o agua, Parásitos, intolerancia a ciertos alimentos, enfermedades del estómago .la diarrea puede causar deshidratación es importante encontrar la causa de esta para dar tratamiento en ello incluye beber agua, jugos para mantenerse hidratado. Estreñimiento esta enfermedad consiste en que la persona tiene menos evacuación o que es dolorosa para prevenirlo es necesario Comer más frutas, verduras y granos, que son ricos en fibra, beber abundante agua y otros líquidos , Acer suficiente ejercicio , tomarse el tiempo para evacuar cuando lo necesite , consumir laxantes solamente si el médico se los receta.

**padecimientos esquelético y muscular;** un padecimiento muy frecuente son las luxaciones esta es la perdida permanente de la relación anatómica de las superficies articulares, generalmente debida a un movimiento con rango mayor al normal con una dirección fuera de lo anátomo-funcional.las luxaciones se clasifican en parciales y completas según el agente

causal se califica como Traumáticas; Las ocasionadas por un trauma directo o indirecto , Complicadas Cuando además de la pérdida de la relación articular existe lesión habitualmente vascular o nerviosa . Patológica Es aquella que se presenta sin trauma o con trauma mínimo en una articulación con patología previa, como puede ser infecciosa, tumoral o neuromuscular, entre las más frecuentes, Congénita Aquella que se presenta por un defecto anatómico existente desde el nacimiento, Recidivante o iterativa Es la que se presenta con mínimos traumas en forma repetitiva después de haber sufrido una luxación aguda en condiciones patológicas no traumáticas, y voluntaria cuando el paciente la produce. El diagnóstico debe hacerse después de un estudio clínico y de gabinete completos. El tratamiento de las luxaciones traumáticas es la reducción o integración de la articulación. Debe considerarse como una urgencia y realizarla de preferencia un ortopedista después de ratificar la reducción por estudios radiográficos y según la articulación afectada, la inestabilidad residual y la edad del paciente, se debe inmovilizar el miembro afectado en posición funcional durante tres a seis semanas, para permitir una cicatrización de los ligamentos y la cápsula articular.

Fractura esta puede definirse como la interrupción de la continuidad ósea o cartilaginosa II, se clasifica en; fracturas habituales el factor fundamental es un único traumatismo cuya violencia es capaz de desencadenar una fractura en un hueso de cualquier calidad. Fracturas por insuficiencia o patológicas en estas fracturas el factor fundamental es la debilidad ósea. Fracturas por fatiga o estrés la fractura es el resultado de sollicitaciones mecánicas repetidas. Según la localización se clasifica en; epifisiarias, metafisiarias, diafisiarias. Según su relación con el medio ambiente: cerradas y abiertas.

Esguince, es una torcedura articular traumática que origina una distensión o una rotura completa de los tejidos conectivos estabilizadores.se clasifica en; Esguince de primer grado, caracterizado por dolor moderado, escasa inflamación, y motilidad normal. Esguince de segundo grado, en el que hay dolor, pérdida moderada de función, inflamación, y a veces inestabilidad ligera. Esguince de tercer grado, muy doloroso, gran inflamación, pérdida importante de función, e inestabilidad manifiesta. Los esguinces producen inflamación articular, -La inmovilización prolongada, por adherencias sinoviales y proliferación de tejido fibroadiposo, aumenta la rigidez articular y disminuye la resistencia tanto del tejido como de sus inserciones, recuperándose el 80% de la misma cuando ha transcurrido hasta un año de la inmovilización, el ejercicio físico mejora la resistencia a la rotura de forma más moderada que la inmovilización hace perderla.

## **PADECIMIENTOS RESPIRATORIOS**

Un padecimiento respiratorio muy común es la bronquitis esta es una inflamación del revestimiento de los bronquios que llevan el aire hacia adentro y fuera de los pulmones. se califica en aguda y crónica los síntomas son; tos, fatiga, dificultad para respirar. El tratamiento para esta afección depende del tipo de bronquitis que se está presentando además de cambios en el estilo de vida tales como: no fumar y evitar el humo de cigarrillo, lavarse las manos constantemente e ingerir una mayor cantidad de líquidos.

Neumonía es una infección en uno o ambos pulmones. Causa que los alvéolos pulmonares se llenen de líquido o pus. Puede variar de leve a grave, según el tipo de germen que causa la infección, su edad y su estado general de salud. Esta puede ser ocasionada por bacterias como *Streptococcus pneumoniae*, *Legionella pneumophila*, *Mycoplasma pneumoniae*, al igual que los virus Virus respiratorio sincitial. Algunos virus del resfrío común, SARS-CoV-2, el virus que causa COVID-19. Los síntomas incluyen; fiebre, escalofríos, tos, dificultad para respirar, dolor al toser, náuseas. Para su diagnóstico el médico preguntara sobre su historia clínica, examen físico, pruebas como radiografía del tórax, exámenes de sangre o prueba de esputo. El tratamiento para la neumonía depende del tipo de neumonía, qué germen la causa y qué tan grave es.

Tos ferina esta es una enfermedad bacteriana altamente contagiosa que ocasiona una tos violenta e incontrolable que puede dificultar la respiración. Es causada por una infección en las vías respiratorias por la bacteria *Bordetella pertussis*. Esta enfermedad se propaga fácilmente al estornudar, los síntomas de la infección a menudo duran 6 semanas, pero pueden durar hasta 10 semanas.

## **ESPANTOS O SUSTOS**

El susto es un fenómeno relacionado con los conceptos de pérdidas. Cada uno de ellos se refieren a diferentes tipologías y grados de agresividad del espanto. Según Nathan esto ocurre cuando el alma sale dejando otra esencia causando enfermedades. Es posible diagnosticar la extracción por medio de la vena. En tales casos, para evitar la muerte se necesita de un especialista que agarre la sombra y le permita regresar al cuerpo, sanando así a la persona.

## **TRASTORNO DE LA PIEL**

Un trastorno muy común es la dermatofagia es un trastorno psicológico que implica el hecho de morderse la piel. Estas pequeñas lesiones que originan las mordeduras, acaban causando el enrojecimiento de la piel, que puede sangrar, y la aparición de heridas. Los síntomas pueden incluir impulsividad. Un acto impulsivo implica no poder resistir la tentación de realizar una acción determinada, así como su consiguiente alivio y sensación de placer que experimenta la persona. . Ansiedad conductas de morderse dentro de un trastorno de ansiedad más global. Obsesiones y compulsiones. La dermatofagia suele asociarse con personas con un temperamento más bien nervioso y/o ansioso; también se relaciona con estados o momentos de tensión y estrés. Además, presenta características del espectro obsesivo-compulsivo y de los trastornos del control de los impulsos.

El uso de la herbolaria y otros métodos para curar son de gran utilidad incluso en nuevas investigaciones para la creación de nuevos tratamientos farmacológicos, la medicina tradicional es muy importante para todos los profesionales del área de salud los cuales nos vemos en situaciones en las que debemos sacar provecho de nuestro entorno y aliviar al paciente. La medicina alternativa a lo largo del tiempo ha demostrado su importancia en la vida, es inevitable dejarla pues forma parte de nuestra identidad, cultura y tradición.

#### **BIBLIOGRAFÍA:**

[www.conamed.gob.mx/gobmx/boletin/pdf/boletin13/medicina\\_tradicional.pdf](http://www.conamed.gob.mx/gobmx/boletin/pdf/boletin13/medicina_tradicional.pdf)

<https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/38477/LeyMarcoMedicinaTradicional.pdf>

Fuente: <https://concepto.de/costumbre/#ixzz6dPRpCe7C>

<https://www.diferencias.cc/costumbre-tradicion>