




25 DE MARZO DEL 2021

REPORTE DE PRACTICA

NUTRICIÓN Y MEDICINA ALTERNATIVA

AZUCENA CARANZA TESPAN

UNIVERSIDAD DEL SURESTE
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN



INDICE

PRÁCTICA 1. Relación con las cremas y líquidos medicinales.....	2
OBJETIVO	2
MATERIALES E INGREDIENTES.....	2
DESARROLLO.....	3
TIEMPO ESTIMADO DE LA PRÁCTICA.....	3
EVIDENCIA DE FOTOS.....	4

PRÁCTICA 1. Relación con las cremas y líquidos medicinales

Resulta difícil definir la medicina alternativa, porque se trata de un campo muy amplio y en constante evolución. El NCCAM define la medicina complementaria y alternativa como un conjunto de sistemas, prácticas y productos que, en general, no se consideran parte de la medicina convencional.

La medicina alternativa como bien se ha mencionado en clase consta de muchos factores como cuerpo, alma, espíritu en la antigüedad estas partes estaban conectadas para poder definir la enfermedad o el malestar de la persona estas visitaban chamanes o hierberos ya que estos eran las personas indicadas para curar.

OBJETIVO

El objetivo de esta práctica es conocer la elaboración de productos curativos a base de hierbas, plantas, aceites esenciales, en conjunto con verduras. Con el fin de obtener un remedio natural que pueda sanar o curar algún malestar que se pueda tener, ya sea personal o hacia otras personas. Como el jarabe para la tos, un desinflamatorio y una crema tópica.

MATERIALES E INGREDIENTES

- Sábila
- Curcuma
- Aceite de coco
- Aceite esencial de limón
- Miel
- Cebolla morada
- Éter
- Alcohol
- Alcanfor
- Ruda
- Romero
- Albaca
- Frascos del cristal

DESARROLLO

Para iniciar esta práctica lo primero que se hizo fue elaborar el desinflamatorio y para esto se siguió un procedimiento que a continuación explicaremos: primero colocamos el éter en el frasco de vidrio luego se puso el alcohol, alcanfor y se siguió con las hierbas que fueron ruda, romero, albahaca se tapó el frasco para que se fusionaran todos los ingredientes.

Para el segundo método se empleó lo siguiente: lo primero que se hizo fue lavar las sábanas y cortarlas para posteriormente extraer su aloe luego se reservó en un recipiente para posteriormente utilizarlo

Después se colocó en la licuadora el aceite de coco 300ml se licuó por 3 minutos luego se le agregó la sábila y luego la Curcuma y se volvió a licuar por 3 minutos más luego se prosiguió a ponerlo en sus respectivos recipientes para después agregarle el aceite esencial de limón luego se llevó al refrigerador para su conservación.

Para el jarabe se llevaron a cabo los siguientes pasos: primero se lavó la cebolla morada luego se picó en cuadritos para colocarla en los frascos de vidrio luego se le colocó la miel hasta cubrir la cebolla finalmente se selló el frasco para conservar dejar macerar durante tres días antes de su uso.

TIEMPO ESTIMADO DE LA PRÁCTICA

El tiempo que se llevó la práctica fue de 5 horas.

EVIDENCIA DE FOTOS



