



Mi Universidad

NOMBRE DEL ALUMNO: Abner Uribe Hernández Méndez

TEMA: medicina tradicional de la salud

PARCIAL: Semi escolarizado

MATERIA: enfermería y practicas alternativas de salud

NOMBRE DEL PROFESOR: Ervin silvestre castillo

LICENCIATURA: Enfermería

CUATRIMESTRE: 8

MEDICINA TRADICIONAL Y SALUD

avituales

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. Si se instauran durante el tiempo suficiente, las costumbres se vuelven tradiciones

La medicina es una ciencia encargada del estudio de la vida y muerte de los seres humanos, se especializa en todas las áreas que hacen referencia en cuanto a su salud, diagnóstico, tratamiento y prevención de las enfermedades.

En otras palabras, es el arte que se ocupa del mantenimiento de la salud o de curar y prevenir afecciones y dolencias en un individuo.

Existe un conocimiento adquirido a través del tiempo para trabajar con las plantas

Que es
es la suma de conocimientos técnicos y prácticas fundamentadas en las teorías creencias y experiencias propias de diferentes culturas y que se utilizan para mantener la salud tanto física como mental

La salud y la enfermedad son parte integral de la vida, del proceso biológico y de las interacciones medio ambientales y sociales.

La llamada medicina alternativa o neuropatía se ha convertido en una opción normalizada para conseguir salud sin costes secundarios.

Más allá de reconocer sus propiedades curativas es tratar su concepción espiritual, anímica y benefactora. Poco a poco, y sin hacer ruido, las diferentes disciplinas englobadas dentro de la naturopatía o medicina natural, han conquistado la confianza de miles de personas.

Ejemplos de plantas

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.

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

Diente de león

Esta flor bonita y delicada es rica en vitamina A y C, además de magnesio, hierro, potasio, fósforo, zinc, calcio y fibra, e incluso tiene más proteínas que la espinaca. Es eficiente contra los malestares digestivos, de riñones y la diabetes.

Eucalipto

Esta planta es muy eficaz contra problemas respiratorios y fiebre. Sus hojas tienen propiedades mucolíticas (disminuye la secreción nasal), antisépticas y broncodilatadoras. Por lo tanto, se puede usar para tratar bronquitis, rinitis o sinusitis.

Espinaca

Dentro de sus nutrientes destacan el manganeso, magnesio, fósforo, hierro, potasio y calcio, además de varias vitaminas como la A, B, C, K y un alto contenido de ácido fólico. Estas propiedades ayudan al transporte del oxígeno en los tejidos, mejoran la visión, aumentan la fuerza muscular (como a Popeye) y favorecen la digestión.

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.

Hierba de sanjuán

Se uso es cutáneo para tratar heridas en la piel como la dermatitis. También, ingerida es una gran aliada contra la depresión leve a moderada.

Hinojo

Jengibre

Lavanda

Manzanilla

Menta

Romero

Te ayuda a la producción de leche materna en la lactancia. Por otro lado, es excelente en el tratamiento contra los problemas digestivos, como la diarrea, los gases o cólicos.

Se usa para tratar diferentes tipos de problemas estomacales, por ejemplo, las náuseas, mareos, malestar estomacal, cólicos, diarrea o gases. No obstante, lo puedes preparar en una infusión para bajar de peso

Esta flor es conocida por su delicado aroma y sus propiedades únicas. Por ejemplo, el aceite se ha usado como sedante y antiespasmódico. En cambio, ingerido en infusión calma los nervios y el estrés. Su uso cutáneo elimina el mal olor en pies y combate infecciones en la piel.

Es de las plantas medicinales más populares por sus efectos sedantes y antiinflamatorios, además de ser útil para tratar cólicos menstruales y la artritis. También, puedes usarla para disminuir la mucosa en los ojos o curar heridas externas causadas por piquetes de insectos o golpes

Es una de las plantas medicinales más efectivas contra el mal aliento, ya que mata las bacterias que lo ocasionan. Por otro lado, su uso interno ayuda contra el nerviosismo, el insomnio, la tos, la migraña y los calambres.

Se usó medicinal es para tratar problemas urinarios y de hígado. Por otro lado, combate la calvicie, oscurece el cabello y es un gran aromatizante.

