



**Nombre de alumnos: Salma Jacqueline Morales Santizo**

**Nombre del profesor: E.E.P Silvino Dominguez**

**Nombre del trabajo: Resumen.**

**Materia: Enfermería y prácticas alternativas de salud.**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Grado: 8°**

**Grupo: A**

Comitán de Domínguez Chiapas Enero 2022.

## Medicina tradicional zoque

En muchas culturas sobre todo de las más antiguas son conocidos múltiples usos de elementos naturales para utilidad medicinal, tal vez en las generaciones más jóvenes no es tan representativa como en los abuelos o personas mayores que han vivido desde pequeños la aplicación de remedios naturales para cualquier maleza que presentaran, era lo más normal contar con huertos constituidos de diversas plantas que servían para consumo familiar al aliviar dolencias. En la cultura zoque se puede mencionar usos como:

- a) La corteza del árbol de mulato sirve como remedio para la tifoidea y los nacidos.
- b) Para el dolor de estómago un té de hinojo.
- c) Para la diarrea la hierbabuena.
- d) Cólicos lo efectivo es un té de flor de mayo.
- e) La cola de caballo le servirá para la inflamación intestinal.
- f) Para la tifoidea el coco.
- g) Las hojas de candox sirven para controlar la diabetes.
- h) La sábila para el colesterol.

La hierbabuena, la flor de mayo, el hinojo, el laurel, el guaco, la árnica son de las especies que más propiedades tienen dentro de la medicina tradicional zoque, muchas de las enfermedades que se presentan en la actualidad son tratadas únicamente con medicamentos farmacéuticos que claramente ayudan a aquellas molestias, sin embargo, culturas como esta nos muestran cómo puede facilitarse la mejoría de una persona con el uso de plantas que probablemente tenemos en el hogar o están en el huerto de nuestros abuelos. Entre otras que podemos conocer están para:

- Diarrea: guaco, estafiate, cuatro hinojos, hierbabuena, laurel, guayaba, sanalotodo, limón, coralillo, cuaulote, salvareal, hinojo, flor de mayo, estafiate, hierbabuena, limón, sávila, lanté, coralillo.
- Inflamación intestinal: Cola de caballo, sávila, sosa.
- Vómito: Guaco, papaya, hierbabuena, guayaba.

- Tifoidea: Pompushuti, suelda con suelda, coco, mulato, nopal, brasil, lanté, granada.
- Calor de estomago: mulato, cuchunuc.
- Gases del estomago: hinojo, estropajo, albahaca.
- Gastritis: Copalchi, cuaulote.
- Diabetes: Guaco, matiliguaste, candox, nopal, papaya, cundeamor, copalchi, brasil, hierbabuena, curarina de raíz, coralillo, camarón.
- Colesterol: Sábila.
- Nacidos: mulato.

Los ejemplos que se mencionaron son sólo algunos de la todos los beneficios que nos ofrece cada especie, en enfermedades que pueden ser controladas y no son de gravedad o de atención médica concurrida. También debemos atender cuando algo no nos hace del todo bien y consultar con un médico.

#### Bibliografía:

UDS universidad del sureste. 2022. Antología de Enfermería y prácticas alternativas de salud. PDF. Recuperado el 09 de enero del 2022.