



Nombre de alumno: José Alejandro Villagrán Pérez

Nombre del profesor: Silvino Domínguez

Nombre del trabajo: Resumen

Materia: ENFERMERIA Y PRACTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 8°

Grupo: "B"

Comitán de Domínguez Chiapas a 07 de enero del 2022

Medicina tradicional zoque

La cultura zoque es una cultura que es milenaria, ya que existieron hablantes de una versión ancestral del idioma zoque fundaron la primera civilización mesoamericana en la parte veracruzana de la cuenca del Río Coatzacoalcos hace aproximadamente 3300 años.

Los olmecas, la denominada “cultura madre” de Mesoamérica, fueron los antepasados lingüísticos de los zoques tanto como de los popolucas en Veracruz y los mixes en Oaxaca. Juntas, estas culturas contribuyeron significativamente al desarrollo de la herbolaria de México y Mesoamérica.

Los olores y sabores de las plantas juegan un papel importante en el reconocimiento de su uso medicinal. Así, para un dolor de garganta o la tos se recomiendan remedios dulces, mentolados y un poco picantes o irritantes como el zacate limón, la canela, el eucalipto o la hoja de naranja. Contra la diarrea se toman decocciones de las astringentes (“tetelte” o “estítico”) hojas de guayaba o la corteza de nance. Para dolores estomacales sirven tecitos de hierbas amargas y aromáticas como el estafiate, el pericón o la hierbabuena. Plantas con un aroma y sabor neutrales o suavemente dulces – como la cola de caballo, el pelo de maíz o la madera del taray – sirven como diuréticos en caso de infecciones de las vías urinarias. Contra la diabetes, hierbateros zoques recomiendan tomar plantas amargas, como la verbena, el árnica, el nim, la corteza de guayacán, el cacaté, o la hierbamora.



Ejemplos de costumbres

¿Pero cómo sabe un médico tradicional si una planta es fría, caliente, o templada? La indicación más definitiva siempre proviene de la experimentación: si una sustancia causa síntomas de calor en una persona sana o produce efectos curativos en alguien sufriendo de frialdad, esta sustancia tiene que ser de calidad caliente. Sin embargo, sería peligroso experimentar con cualquier hierba sin ningún conocimiento previo. Por tanto, un hierbatero, antes de meter una nueva planta a la prueba, evalúa varios factores ecológicos y sensoriales para adivinar la calidad de una planta desconocida.

Así, plantas que crecen en las tierras bajas, calientes, en pleno sol, y en tierra seca y roja; que pierden sus hojas en época seca del año; que tienen una apariencia pálida o rojiza; que tienen las hojas y la corteza duras, ásperas, espinosas y/o resinosas; y que tienen un olor o sabor fuerte, repugnante, amargo, picante, irritante, o mentolado por lo general son calientes.

Las plantas frías son el contrario: suelen crecer en tierras altas, frías, en lugares húmedos, en la sombra o en cercanía al agua, y en tierra negra; son siempre verdes, de un color verde vivaz; muchas veces son suculentas o jugosas; al tocar son suaves y lisas; y por lo general tienen aromas y sabores ligeros y agradables, siendo un poco dulces o agrias.

Costumbres

El remedio más frecuentemente usado contra parásitos es el epazote (*Dysphania ambrosioides*; kisawa o onyuk en idioma zoque). Generalmente se prepara un té con un manojo de la hierba o medio manojo de su raíz. Pero usándolo regularmente como condimento con frijoles también puede ayudar contra lombrices. Otro desparasitante muy popular es el ajo (*Allium sativum*; asyus en zoque). Generalmente se prepara un licuado con cinco a diez dientes crudos en un litro de agua, leche o agua de coco y se toma en ayunas. A este licuado se pueden agregar

dos cucharas de las semillas o unas gotas de la leche de papaya (Carica papaya; tuna u otzo en zoque) o un manojito de las semillas de calabaza (Cucurbita spp.; nak pa'sun, pa'so, une o ukum en zoque). En Chiapas, también se recomienda comer las vainas crudas del huaje (Leucaena leucocephala; pakapaka en zoque) o tomar una decocción de una planta entera de la malva (Sida acuta o Sida rhombifolia; kan petkuy, tung an petkuy o ta' petkuy en zoque). En Oaxaca, para desparasitar algunos usan una decocción de dos pulgadas del bejuco tres lomos (Serjania triquetra; popo pujkuy poj en zoque), media vaina de la cañafístula (Cassia fistula o Cassia moschata; tzum kuy en zoque) y un pedacito de la corteza del guayacán (Acosmium panamense; tzus kuy en zoque).

Costumbres de México

Día de la virgen de Guadalupe

La devoción a la Virgen de Guadalupe está profundamente arraigada en el pueblo mexicano, por lo que la celebración de su día es una de las fiestas tradicionales más importantes y concurridas. Se celebra el 12 de diciembre, última fecha en la que la virgen se le apareció a San Juan Diego en el cerro El Tepeyac. Las celebraciones inician el 11 de diciembre a las 6:45 pm con una serenata popular a la virgen, así como otros homenajes a ella. Es costumbre que a las 12:00 am músicos y artistas le canten las tradicionales "mañanitas" a la virgen.

Danza de los voladores

Este es un ritual que tiene su origen en los tiempos prehispánicos en la región de Papantla, en el límite entre Veracruz y Puebla México. Sin embargo, también se realiza en otras regiones de la nación mexicana. Es un ritual lleno de simbolismo y misticismo. Se realiza desde hace cientos de años como un medio de comunicación con los dioses e invocar la lluvia en tiempos de sequías.

Día de la independencia

Se celebra el 16 de septiembre en cada rincón de México. Tiene su inicio en la noche del 15, cuando las personas comienzan a congregarse en las plazas principales y zócalos de cada ciudad o pueblo. El punto culminante es cuando el presidente (en el zócalo de la ciudad de México) o algún miembro del gobierno local (en el interior) simulan el famoso "Grito de Independencia", tocan la campana y ondean la bandera nacional, recreando lo hecho por el padre Hidalgo el 16 de septiembre de 1810. Para celebrarlo, todas las ciudades se visten de fiesta. En los alrededores de las plazas se encuentran puestos de comida en los que se ofertan platillos tradicionales representativos de la gastronomía mexicana, como los chiles en nogada y el mole poblano. La fiesta culmina cuando los asistentes gritan llenos de orgullo: "¡Viva México!"

El tequila

Es la bebida típica de México. Esta bebida alcohólica es oriunda del municipio homónimo del estado de Jalisco. Se obtiene a través de la fermentación y destilación del agave, una especie de planta, especialmente abundante en los estados Jalisco, Michoacán, Nayarit, Tamaulipas y Guanajuato. En las celebraciones mexicanas nunca falta el tequila. Los mexicanos prefieren beberlo a temperatura y, contrario a lo que probablemente se piensa, sin limón y sin sal. También lo usan para acompañar las comidas.

Bibliografías:

UDS. Universidad del Sureste. 2022. Antología de ENFERMERIA Y PRACTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD.PDF. Recuperado el 07 de enero de 2022