



Mi Universidad

Súper Nota

Nombre del Alumno: Eleazar Lázaro Alvarado

Nombre del tema: Medicina tradicional mexicana

Nombre de la Materia: Enfermería y prácticas alternativas de salud

Nombre del profesor: Mariano Walberto Balcázar Velasco

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Parcial: 1er Módulo

Cuatrimestre: 8vo Cuatrimestre

Grupo: "B"

Medicina tradicional mexicana

Medicina tradicional Zoque

Los Zoques, Tzoque, Soque o simplemente Zoc, son un grupo de indígenas que se encuentran actualmente en territorio mexicano. La mayor parte se ubica en el estado de Chiapas. Principalmente en los municipios de Copainalá, Coapilla, Tapalapa, Ocotepec, Francisco León, Ostucán, Chapultenango, Solosuchiapa y Amatlán.

Socialmente se organizan en caseríos o aldeas formadas por familias nucleares y mixtas. En las familias extensas, los integrantes aptos se ayudan entre sí para realizar las actividades cotidianas de agricultura.

Los Zoques desarrollan la agricultura como actividad principal para su subsistencia. Los cultivos predominantes son el maíz, frijol, chile y calabaza. El café, el cacao, el plátano, el mamey y la guayaba son productos que utilizan para comercializar en las comunidades aledañas.



Tratamientos Zoques

Fiebre

Momo Hierba Santa: Se machacan varias semillas y se cuecen en medio litro de agua. Se toma como agua de tiempo para que se quite la calentura.

Tratamientos Zoques

Tos

Mora: Para la tos cocer en un litro de agua un pedazo de raíz de mora y cuatro o seis hojas de guayabo agrio. Tomar tres veces al día hasta que calme la enfermedad.

Aguacate: Se hierven 12 hojas en 1 litro de agua y se bebe como té hasta que se quite la tos.



Tratamientos Zoques

Control de diabetes

Chaya de montaña: Para controlar la diabetes. Se muelen 20 hojas tiernas en un litro de agua con limón y se toma como agua de tiempo.

Tratamientos Zoques

Dolor de estómago

Ajo: En ½ litro de agua se cuecen 3 o 4 dientes de Ajo; se bebe poco a poco hasta sentirse bien.

Altamisa: Se hierven desde 2 hasta 4 ramitas en ½ litro de agua. Se bebe 2 o 3 veces, depende cómo se sienta el enfermo.



Tratamientos Zoques

Diarrea

Cola de caballo: Hervir una rama en 1 litro de agua; tomarla como agua de tiempo.

Canela: Hervir 5 rajas de Canela en ½ litro de agua; se toma como agua de tiempo.



Medicina tradicional Tzotzil

Los Tzotziles y Tzeltales son dos grupos indígenas que forman parte de la antigua cultura maya, y que en la actualidad siguen conservando sus costumbres y tradiciones, las que dan sustento a su cultura e identidad. Estos grupos étnicos habitan la zona denominada Altos de Chiapas, una zona mayoritariamente indígena y de difícil acceso por su ubicación geográfica. Los Tzotziles y Tzeltales aún conservan sus ancestrales prácticas terapéuticas en lo que a medicina tradicional se refiere y está conformada por una visión del mundo o cosmovisión ajena a la cultura occidental. La medicina tradicional indígena Tzotzil y Tzeltal perdura y se sigue practicando por los médicos tradicionales y la población en general. La medicina tradicional se ha enriquecido con los conocimientos traídos por los españoles y la raza africana; en otras palabras se trata de un sincretismo médico además, ha cumplido un papel fundamental en la preservación de la salud para muchas generaciones.



Tratamientos Tzotzil

Dolor de estómago

Si el dolor de estómago es muy intenso, se recomienda colocar en el área dolorida un emplastro preparado con hojas hervidas de chijilte (sauco). Como complemento del tratamiento, los terapeutas aconsejan seguir una dieta alimenticia durante todo el curso de la terapia, régimen que contempla evitar el consumo de alimentos como la carne, los refrescos, el café, y todas aquellas comidas que contengan chile.

Tratamientos Tzotzil

Diarrea y disentería

Hojas de meste: las hojas machacadas y hervidas solas o mezcladas con cáscara de guayaba silvestre (*Psidium guineense*), cáscara de nance (*Byrsonima crassifolia*), semilla de aguacate y la hierba (*Tagetes nelsonii*), se administra como té.



Tratamientos Tzotzil

Pérdida del alma

Para sacar el mal aire, golpeando con ella la parte afectada por el dolor; después ata la planta a la cruz que está fuera de la cabaña o la deja en el camino para que el primer caminante desprevenido absorba el "mal aire" que contiene (contagio). Si se trata de enfermedades del espíritu ocasionadas por una caída, el curandero mismo va al lugar donde ocurrió y ahí ofrenda una vela blanca y una de sebo de puerco, pone 3 plumas en el suelo, sacrifica una gallina a los dioses de la tierra.



Tratamientos Tzotzil

Dolor muscular

Hojas de mirto y las de chijalte: Los tzotziles, cuando hay dolor, asan las hojas de mirto y las de chijalte o sauco, las calientan al fuego hasta que sus puntas se quemen ligeramente y las colocan unos minutos en la parte dolorida. Asimismo, la ocupan en huesos rotos (quebradura), antes los enderezan y colocan en su lugar.



Tratamientos Tzotzil

Hinchazón e infección

se calientan tres piedras al fuego directo y se colocan dentro de un cubo con agua que contiene mesté, chojom, poslom, pr lu mal vomol, shpanyat y tuel vomol, exponiendo la parte afectada a los vapores, luego se cubre la zona con un trapo o se baña al paciente con hierbas calientes y se reza una oración.



Medicina tradicional Maya

La Medicina Maya se basa en una cultura, cosmovisión y espiritualidad propias. Equilibrio de mente y cuerpo, meridianos de energía, enfoques biodinámicas y holísticos; son conceptos que han ganado terreno en las últimas décadas. La llamada medicina alternativa o neuropatía se ha convertido en una opción normalizada para conseguir salud sin costes secundarios.

Existe un conocimiento adquirido a través del tiempo para trabajar con las plantas. Más allá de reconocer sus propiedades curativas es tratar su concepción espiritual, anímica y benefactora.



Tratamientos Mayas

Hipertensión y estreñimiento

Ciruela: La fruta sirve para combatir el estreñimiento y la hipertensión. Sus hojas se emplean para eliminar sarpullidos.

Tratamientos Mayas

Energías negativas

Limpias: pasar plantas, minerales o animales alrededor del cuerpo del enfermo, para sacar las energías negativas. El elemento empleado era desechado lejos de la vivienda e incluso la comunidad del enfermo.



Tratamientos Mayas

Zafaduras y fracturas

Huesero: Se encargaba de zafaduras, fracturas y contusiones musculares. Determinaban la posición del hueso, y actuaban para reunificarlo o encajarlo. Empleaban plantas para elaborar té, pomadas (para las que también usaban grasa animal), emplastos, cataplasmas y vapores que prescribían posteriormente al masaje y la presión ejercida para colocar el hueso en su lugar.



Tratamientos Mayas

Tos seca o húmeda

Jarabe de cebolla: se pica una cebolla blanca o morada de tamaño mediano. Se agregan dos cucharadas de miel o de azúcar morena. La cebolla se hidrata y con su jugo se forma el jarabe. A los 15 minutos se puede tomar la primera cucharada. En caso de bronquitis crónica, se agregan tres ajos picados al jarabe.



Tratamientos Mayas

Hemorragias

Guayaba: las hojas de esta fruta se utilizan para detener hemorragias, para bajar de peso e incluso la escabiosis. Se prepara en forma de té y se toma durante el día.



Medicina tradicional Olmeca

La civilización olmeca, considerada la cultura madre de Mesoamérica, ha dejado un legado ancestral que perdura y evoluciona en el México contemporáneo. Aunque los olmecas florecieron en la región del Golfo de México entre el 1400 a.C. y el 400 a.C., su impacto cultural sigue siendo palpable en diversas dimensiones de la vida mexicana actual.

La medicina olmeca, con sus conocimientos sobre plantas medicinales y prácticas curativas, ha dejado un legado en la medicina tradicional mexicana. Los curanderos y herbolarios contemporáneos a menudo incorporan elementos de la herencia olmeca en sus tratamientos, reconociendo la sabiduría ancestral en la búsqueda de la salud y el bienestar.



Tratamientos Olmecas

Colesterol

Ajo: Es considerado como un antiséptico y antiespasmódico, reduce el colesterol y la hipertensión, sirve como expectorante en afecciones respiratorias. La parte útil es el bulbo del cual se usan los gajos o dientes machacados, regularmente tomados en ayunas durante un periodo no máximo a tres días.

Tratamientos Olmecas

Antiinflamatorio

Albahaca: Se le atribuyen propiedades antiespasmódicas y antiinflamatoria (Sánchez et al., 2000). Esta planta es usada para rituales, además favorece la expulsión de gases del tubo digestivo. Las hojas constituyen la parte útil y se preparan en forma de té. También se usa para enfermedades otorrinológicas (dolor de oído), el modo de preparación es distinto ya que las hojas se machacan y el agua que sale de ello se pone en el oído.



Tratamientos Olmecas

Dolor e infección

Naranja: Se usa para la infección vaginal, dolor de corazón, dolor gastrointestinal, la tos y la gripa. El uso principal de las hojas es en infusiones. La parte útil son las hojas, las cuales son preparadas en té, y para problemas respiratorios las hojas son hervidas y usadas en baños.

Tratamientos Olmecas

Antiviral y analgésico

Noni: Sirve como antiinflamatorio, reduce el dolor e hinchazón en heridas, es eficaz contra migraña y tensiones por dolores de cabeza. Ayuda al mejoramiento general del sistema inmune, inhibe el crecimiento de tumores cancerosos.



Tratamientos Olmecas

Bronquitis y diarrea

Oregano: La hoja en cocimiento se bebe como agua de tiempo para la bronquitis y la semilla en cocimiento sirve para controlar la diarrea. Es usado contra el catarro, como expectorante, antiasmático, antimicrobiano y antiepiléptico, la parte útil es la hoja, y en conjunto son preparadas en té.

Medicina tradicional Azteca

Dominada por unas leyes rígidas y cercenadas por numerosos tabúes, la civilización de los aztecas o mexicas supo desarrollar, sin embargo, una medicina y una farmacopea eficaces basadas, en gran parte, en el conocimiento empírico. La magia, sobre todo, estaba muy presente en los métodos curativos de los médicos aztecas, porque la enfermedad solía atribuirse al hechizo de algún brujo inicuo y hacía falta, por tanto, una acción mágica para contrarrestarla.

Pero la terapéutica azteca también estaba basada en conocimientos empíricos como la importancia de la higiene, de los baños de vapor, de la desinfección y de las sangrías, y sobre las propiedades de los minerales y de las plantas, conocimientos que se adquirieron según un proceso no muy distinto del que hubiera empleado la ciencia actual.



Tratamientos Aztecas

Achiote: con esta planta combatían los dolores de cabeza, la inflamación de las amígdalas, la insolación, escoriaciones bucales, la ictericia y asma.

Tratamientos Aztecas

Nopal: las hojas de este árbol contribuían a expulsar parásitos intestinales, fortalecer los pulmones, tratar la diabetes y aumentar la leche materna.



Tratamientos Aztecas

Maguey: las pencas de esta planta se usaban para tratar la sífilis, la gonorrea acelerar la cicatrización de heridas, como antiséptico del estómago y el intestino y laxante.

Tratamientos Aztecas

Heridas

Cuando alguien sufría una herida, primero, para evitar las infecciones, la limpiaban orinando directamente sobre ella (la orina de una persona sana es esterilizante) y aplicando plantas astringentes y sustancias derivadas del huevo. Para detener la hemorragia cubrían la herida con hierbas coagulantes y cicatrizantes y, si era necesario, la suturaban con cabello humano o con unas «grapas» naturales que obtenían de las mandíbulas de un tipo de hormiga.

PLANTAS MEDICINALES ASTRINGENTES



Té verde



Roble



Romero



Abrótano h.



Aloe vera



Milenrama



Tratamientos Aztecas

Cálculos renales

Chayote: las hojas este árbol se empleaba contra la arterioesclerosis y los cálculos renales. Cociendo 6 hojas en un litro de agua. Tomar durante el día.

Bibliografía

- https://www.researchgate.net/profile/Javier-Gutierrez-Jimenez/publication/259366033_Plantas_medicinales_zoques_Padecimientos_gastrointestinales_y_respiratorios/links/59dd9768458515f6eff0207b/Plantas-medicinales-zoques-Padecimientos-gastrointestinales-y-respiratorios.pdf
- <https://www.lasnuevemusas.com/la-medicina-en-la-cultura-maya/>
 - <https://www.lifeder.com/medicina-azteca/>
- <http://www.medicinatradicionalmexicana.unam.mx/apmtm/termino.php?l=3&t=baccharis-vaccinioides>