



**NOMBRE DEL ALUMNO: ISELA YANET
HERNÁNDEZ MÉNDEZ**

**NOMBRE DEL DOCENTE: JOSUÉ
ALEJANDRO ROBLERO DÍAZ**

**NOMBRE DEL TRABAJO: COSTUMBRES,
TRADICIONES Y HERBOLARIA**

**NOMBRE DE LA MATERIA: ENFERMERÍA
Y PRÁCTICAS ALTERNATIVAS DE SALUD**

GRADO: OCTAVO CUATRIMESTRE

GRUPO: LEN10SSC0121-A

Costumbres y tradiciones



¿Qué es una costumbre?

La costumbre es un conjunto de prácticas o hábitos que se adquieren mediante la repetición y la constancia.

Características de las costumbres

- 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.
- Se preservan en el tiempo y que gozan de aceptación plena de la comunidad.



Ejemplos de costumbres

- Las celebraciones religiosas.
- Fiestas típicas locales.
- Prácticas rituales corporales.



¿Qué son las tradiciones?

Se transmiten de generación en generación, se apega y se valora el modo acostumbrado o heredado de hacer las cosas. Forman parte de las sociedades es decir los patrones y creencias que componen los pueblos.



características de las tradiciones

Usos, pautas de convivencia o consideraciones en torno a lo religioso, lo jurídico y lo cultural. Poseen un origen común o que comparten características históricas y culturales.



Ejemplos de las tradiciones

- El día de los muertos.
- Los diablos danzantes.
- Los diablos del carnaval.
- Las danzas del dragón.
- La fiesta de San Nicolás.





Herbolaria: Plantas medicinales y para que sirven



Antecedentes históricos relevantes

- Fueron utilizadas desde tiempos prehistóricos como medicinas.
- Se obtenía con tratamientos que requerían de alternativas naturales para sanar y tratar enfermedades.
- México posee una flora muy diversa.

¿Qué es la herbolaria?

Se basa en la presencia de compuestos químicos con acciones farmacológicas en las especies vegetales.



Tipos de plantas



Vaporub

Es utilizada como descongestionante, para tos seca y disminuye síntomas de resfriado.

Bugambilia

Ayuda a eliminar la mucosidad alojada en las vías respiratorias altas. Mejora el sistema respiratorio, colaborando con el funcionamiento de los pulmones y de su capacidad para oxigenar el cuerpo.



Hoja santa y omequelite

Ayuda a disminuir la fiebre, es relajante, ayuda al buen funcionamiento intestinal y disminuye el dolor estomacal.

Barquilla o maguey

Se utiliza para disminuir el dolor de estómago y también es antiséptico y desinflamatoria.



Hierba dulce

Ayuda a disminuir la presión arterial y la tos. La infusión de las hojas de hierba dulce es usada en la medicina popular como cicatrizante

Bibliografía

UDS. 2024. Antología de enfermería y prácticas alternativas de salud. Unidad 2. Pág.: 24-41.

Rcuperado el 12 de marzo del 2024.

[https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/4d77ee2a0eae65357583df5f24dcf791-LC-](https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/4d77ee2a0eae65357583df5f24dcf791-LC-LEN802%20ENFERMER%C3%8DA%20Y%20PR%C3%81CTICAS%20ALTERNATIVAS%20EN%20SALUD.pdf)

LEN802%20ENFERMER%C3%8DA%20Y%20PR%C3%81CTICAS%20ALTERNATIVAS%20EN%20SALUD.pdf