



**Mi Universidad**

*Nombre del Alumno: Raúl Jiménez Pinto*

*Nombre del tema: Súper Nota*

*Parcial: 1er módulo*

*Nombre de la Materia: Enfermería y Prácticas Alternativas de la Salud*

*Nombre del profesor: Alfonso Velázquez Ramírez*

*Nombre de la Licenciatura : Enfermería Cuatrimestre: 8vo cuatrimestre*

*Lugar y Fecha de elaboración: Pichucalco Chiapas 05 de Febrero de 2025*

## ¿Qué es la costumbre?

La costumbre es un conjunto de prácticas o hábitos que se adquieren mediante la repetición y la constancia. Pueden pertenecer a un ser humano o a una sociedad entera, y forman parte de su idiosincrasia particular y de su identidad familiar, regional o nacional.

**Ejemplo:** Fiestas típicas locales. Como la manera particular de celebrar el carnaval de las distintas regiones hispanoamericanas, disfrazándose de diablos, pintándose unos a otros con pintura, o arrojándose harina, espuma o agua. O como la celebración del Halloween o día de todos los muertos, en Estados Unidos, con el disfraz de los niños para pedir dulces en el barrio.

## ¿Qué es la tradición?

Las tradiciones pueden tratarse de costumbres, usos, pautas de convivencia o consideraciones en torno a lo religioso, lo jurídico, lo cultural, etcétera.

**Ejemplo:** • El día de los muertos. Celebrado en México y otras naciones herederas del pasado mesoamericano, supone una gran y colorida celebración que se lleva a cabo cada 1 o 2 de noviembre, para honrar la memoria de los difuntos y, supuestamente, traerlos de vuelta brevemente a la vida. Esta fiesta tiene una decoración, gastronomía y disfraces muy propios.

## Usos y costumbres

En diversos países se conoce como Sistema de Usos y Costumbres a un modelo de prácticas que, dentro de un grupo social, permite normar la convivencia y ejercer un cierto sentido de orden y justicia, a pesar de que no se trata de un marco jurídico formal, como lo son las leyes contenidas en una Constitución Nacional.

## Costumbres en derecho

La costumbre es también una de las fuentes del derecho en el sentido de que, desde los tiempos del Derecho romano, ya se entendía que la manera tradicional y ancestral de hacer las cosas gozaba de cierto carácter de ley dentro de una comunidad determinada.

## Hueseros y sobadores

Los “Hueseros” o sobadores Mayas, creen que tienen una habilidad innata y que su vocación es un llamado divino, que sus manos “actúan por medio de sueños” y usan en su trabajo objetos sagrados llamados “baq”.

Los hueseros Mayas practican un arte eminentemente manual, caracterizado por la habilidad de las manos para indagar y tener acceso a la información del cuerpo. Los hueseros dicen que sus manos pueden directamente detectar los problemas del cuerpo. Ellos refieren a menudo cómo sus manos sencillamente «conocen» el cuerpo, tanto en la superficie como por debajo de ésta, y que cuando ponen sus manos sobre un cuerpo doliente, las manos actúan por propia cuenta y localizan las áreas con problemas. Los hueseros no «guían» sus manos en torno a una lesión o alrededor de ésta; son las manos las que los guían a ellos.



**Una de las molestias más comunes durante el embarazo son los dolores de espalda debido al peso del bebé en el vientre. Los hueseros y sobadores solucionan estos problemas con ajustes similares a los que hacen los quiroprácticos o bien con algún masaje. Hay que tener precaución con los ajustes, ya que durante el embarazo tus tejidos están más relajados por la acción de las hormonas y un ajuste violento puede producir más daño que alivio.**



## Yerberos y Curanderos

Vestigios de la sabiduría milenaria de los antiguos pueblos, así como la herencia curativa de los actuales nahuas y huicholes, siguen vivos en sus comunidades y en las hierbas que sobreviven en los mercados y los laberintos de Guadalajara, San Andrés, Cohamiata, Mazamitla, San Martín de las Flores, entre otros lugares, donde las plantas medicinales y otras formas alternativas de tratar la salud del cuerpo y del alma siguen siendo fuente de esperanza y vitalidad.



El malestar más común durante los primeros meses del embarazo suelen ser las náuseas. Los yerberos, o las personas que trabajan en las boticas, ofrecen remedios naturales para combatirlas. Aunque sean remedios tradicionales no olvides que hay hierbas que no se recomiendan en el embarazo. Debes tener especial cuidado si has tenido abortos en el pasado porque quizás seas más sensible a estas sustancias.

Si de todas formas estás encontrando alivio en algunos remedios caseros, pregúntale a tu doctor si considera que es seguro tomarlos, o si pueden tener efectos contraindicados con medicamentos de otro tipo que estés tomando

### Yerberos

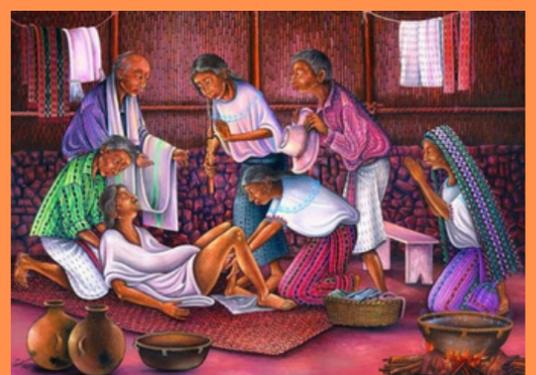
Son quienes poseen el conocimiento milenario de la herbolaria a través de la cual remedian ciertos males. En base a este conocimiento preparan infusiones, pomadas, aceites y lociones para curar o prevenir la enfermedad. Son ellos los encargados de llevar a cabo las limpias, en las que además de las plantas y sus derivados, se valen de incienso, tabaco, veladoras y oraciones. Por lo general, las limpias se desarrollan frente a un altar, sacudiendo con ramas — y en algunas ocasiones golpeando— al paciente.



curandero entre los mexicanos y tepehuanos de Durango tiene la facultad de enfrentar y curar varias enfermedades, particularmente cuatro consideradas como peligrosas. Debe ser del sexo masculino y prepararse durante cinco años con constantes ayunos. Durante ese tiempo debe hacerse de sus utensilios de trabajo para las futuras curaciones. Se trata de flechas a las que se atan plumas y cada flecha representa la enfermedad que se debe curar.

## Parteras Mexicanas

En el mundo nahua la partería fue vista como un ejercicio sagrado. Actualmente cada vez más mujeres eligen a las parteras tradicionales para seguir su embarazo. En la actualidad, 96% de los partos en territorio mexicanos son atendidos en hospitales de segundo nivel. Sin embargo, en las zonas marginadas y alejadas de los asentamientos urbanos, aún es común la atención obstetricia por parte de las parteras. El origen de la matonería es tan antiguo como la humanidad. No obstante, las distintas culturas han conservado una serie de conocimientos tradicionales vinculados al embarazo. Este es el caso de México, país en el que las parteras tienen una relación estrecha con el mundo indígena.



## Parto a la hora de la muerte

Cuando el momento del parto llegaba, la madre se transformaba en una guerrera, ya que se consideraba que libraba una lucha entre la vida y la muerte. El momento del parto era llamado —la hora de la muerte||, donde se pensaba que la madre renacía del lugar de los muertos. El vientre de la madre era visto como la transformación de la putrefacción en vida, del mismo modo que lo hacía la diosa Tlazotéotl, quien devoraba la inmundicia para luego parir nuevos seres traídos del Mictlán.

Tlazotéotl, diosa transformadora de la putrefacción en vida. El lugar de alumbramiento era el temazcal, en él las parteras medicaban a las madres con distintas hierbas para acelerar el proceso de nacimiento. Si el trabajo de parto se complicaba, las matronas solicitaban permiso de los padres para despedazar el producto. En caso de que los abuelos se negaran, la matrona preparaba a la madre para su paso hacia una nueva forma de vida. La asistencia al temazcal también tenía el significado de acceder a las entrañas mismas de la Madre Tierra. —Es una cueva, una barranca, lo que hay en nosotras (ca oztotl ca te/xxitl intotech ca)||, eran palabras comunes que las mujeres utilizaban para emparentar el vientre femenino con la tierra.



**Recursos materiales naturales: plantas, animales, semillas, algodón, lociones, aceites, agua, pomada.**

**Herbolaria: plantas medicinales**

La herbolaria se basa en la presencia de compuestos químicos con acciones farmacológicas en las especies vegetales, que constituyen los ingredientes primarios que los laboratorios farmacéuticos utilizan en sus medicamentos comerciales patentados.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que 80 por ciento de la población del planeta utiliza plantas medicinales para satisfacer o complementar sus necesidades de salud.

### VAPORRUB

Su nombre científico es *Plectranthus hadiensis*. Es utilizada como descongestionante, para tos seca y disminuye síntomas de resfriado. Se puede cultivar en macetas o en jardines al aire libre, crece rápidamente y es muy fácil de cuidar.



## **BUGAMBILIA**

El género Bougainvillea, es utilizado como expectorante. Ayuda a eliminar la mucosidad alojada en las vías respiratorias altas. Mejora el sistema respiratorio colaborando con el correcto funcionamiento de los pulmones y de su capacidad de oxigenar el cuerpo. Es amplio su uso medicinal tradicional en los estados del centro y sur del territorio mexicano, principalmente en casos de infecciones respiratorias como tos, asma, bronquitis y gripa.



## **HOJA SANTA Y OMEQUELITE**

**Una de las molestias más comunes durante el embarazo son los dolores de espalda debido al peso del bebé en el vientre. Los hueseros y sobadores solucionan estos problemas con ajustes similares a los que hacen los quiroprácticos o bien con algún masaje. Hay que tener precaución con los ajustes, ya que durante el embarazo tus tejidos**La Hierba santa (Piper auritum) ayuda a disminuir la fiebre, es relajante, ayuda al buen funcionamiento intestinal y disminuye el dolor estomacal. Desde la época prehispánica era muy popular por sus usos medicinales, de hecho se dice que su nombre fue otorgado por los sacerdotes españoles que quedaron impresionados con sus propiedades para tratar diferentes malestares. están más relajados por la acción de las hormonas y un ajuste violento puede producir más daño que alivio.



## **BARQUILLA O MAGUEY**

La Tradescantia spathacea, llamada popularmente maguey morado, es una especie herbácea perteneciente a la familia de las commelináceas, que se utiliza para disminuir el dolor de estómago. También es antiséptica y desinflamatoria.

