云南是一个拥有丰富民俗文化和旅游资源的地区，为了保护这些资源以推动旅游业的可持续发展，可以采取以下方法：

1. 加强宣传教育，提高公众意识：通过宣传、教育和文化活动等方式，加强公众对云南民俗风情旅游资源的重要性和价值的认识，促进公众参与保护工作。

2. 建立完善的管理机制：设立保护机构，建立旅游资源管理制度，加强对云南民俗文化遗产的保护和管理。

3. 加强保护区域的环境保护：保障区域的生态环境稳定和清洁，限制开发和污染。

4. 合理规划旅游开发项目：制定严格的规划和标准，合理利用旅游资源，加强对旅游企业的管理和监管。

5. 促进旅游产业发展：通过旅游开发和保护相结合的方式，发展旅游产业，提高当地居民的收入水平，增加居民对旅游资源的保护意识。

6. 加强对文化产业从业人员培训：加强对民俗文化遗产保护知识的教育和培训，提升从业人员的专业素养，为保护云南民俗文化遗产提供人才支撑。