

# **UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**SAN CRISTOBAL DE LAS CASAS CHIAPAS**

**MATERIA: INTERCULTURALIDAD Y  
SALUD II**

**DOCENTE: MTRA DULCE LÓPEZ  
VAZQUEZ**

**ALUMNO: MARCOS GONZÁLEZ  
MORENO**

**SEMESTRE Y GRUPO: 2ºA**

**TEMA: “REFLEXOLOGÍA”**



# REFLEXOLOGÍA

Manipulación firme y delicada de ambos pies para estimular sus puntos reflejos

Los pies también reflejan el estado de la mente, el cuerpo y el alma mediante la textura y condición de sus plantas

## OBJETIVO

Aliviar la tensión del cuerpo.

Sosegar el flujo de conciencia.

Serenar las emociones.

Reencontrarse a nivel espiritual.

## BENEFICIOS

Rejuvenece el cuerpo

Disipa los impedimentos emocionales

Mantiene un estado saludable natural.

Establece un estado de paz interior en el cual puede recuperarse

## OFRECE

Una forma agradable de relajación.

Alivio del miedo, la ansiedad y la frustración.

Un rejuvenecimiento que revitaliza la mente, el cuerpo y el alma.

Un aumento de la vitalidad y confianza.

Una mejora de la calidad del sueño.

La reflexología mejora la conciencia de uno mismo

La reflexología ofrece al cuerpo, la mente y el alma nueva libertad, coordinación y energía.

Que la reflexología relaja el cuerpo para convertirlo en un canal por el que viajan las vibraciones benéficas de la curación.