

Materia:

Interculturalidad II

TERAPIA REFLEXOLOGÍA

Docente

Dr. Jiménez Ruiz Sergio

Presenta:

Polet Viridiana Cruz Aguilar

2- B

Comitán de Domínguez Chiapas

INDICE

- Definición de reflexología
- Principios fundamentales
- La reflexología esta basada
- Terapia holística
- Principios fundamentales de la holística
- Entonces que es la reflexología holística?
- Como ciencia
- Como arte
- Reflexología sintomática
- Objetivo de la reflexología sintomática
- Modalidad de Reflexología holística
- Concepto de área refleja
- Una área refleja
- Distribución de las áreas reflejas
- Vías de conexión
- Mecánica natural de depuración
- Proceso de acto curación y reequilibrio
- Problemas latentes
- Camino de evolución
- Aspecto orgánico
- Área emocional
- Camino a la evolución
- Crisis curativa
- Mecanismos de limpieza
- Síntomas de condiciones pesadas
- Agravamiento a una condición
- Cambios de estado de animo
- Mayor actividad onírica
- Precauciones
- Control de lectura
- Bibliografías

Definición de reflexología



Terapia natural que aspira a promover el restablecimiento del equilibrio energético del organismo.

PRINCIPIOS FUNDAMENTALES

1. Hay áreas en los pies y en las manos en la que esta reflejado todo el organismo
2. El estado en el que se encuentran estas áreas se expresa el equilibrio en el que se encuentra los órganos o partes del cuerpo
3. El estímulo de las áreas mediante técnicas manuales determinadas afectadas a los órganos y partes del cuerpo que allí se reflejan y facilita su movilización del equilibrio

La reflexología esta basada

En el estimulo manual de las áreas reflejadas de los pies y manos

Objetivo:

Facilitar al organismo su proceso de homeostasis



Terapia holística



Todas aquellas terapias alternativas en las que se busca estimular el poder de sanación natural del organismo.

Se considera al ser humano como una unidad del cuerpo, mente y espíritu, a diferencia de la medicina tradicional que se ocupa únicamente de la parte física.



Principios fundamentales de la holística

- Ambos pies reflejan a la totalidad y representan tanto el aspecto físico como el estado emocional y energético de la persona
- La combinación de las técnicas manuales con técnicas verbales de acompañamiento facilita el registro personal del proceso terapéutico y acelera e incrementa los resultados.
- Las técnicas verbales toman conciencia del proceso terapéutico como a la decodificación de los mensajes corporales

¿Entonces que es la reflexología holística?

Terapia natural de abordaje psico-corporal,
que se basa en el estímulo manual de las
áreas reflejas de los pies y manos y
aplicación de técnicas verbales





“La reflexología a su vez es una ciencia y un arte”

Como ciencia



- Posee un conjunto de conocimientos, metodologías, técnicas y resultados que pueden comprobarse por medio de comparaciones y estadísticas

Como arte



- Depende de la capacidad terapéutica para observar e interpretar los signos de la evolución del tratamiento ayuda para aplicar los casos puntuales

- Proponen una forma de tratamiento de los síntomas que es útil, tanto como autoayuda

Reflexología sintomática



- Se basa en el estímulo manual de las áreas reflejas de los pies y las manos



Objetivo de la reflexología sintomática

- Aliviar un síntoma que se presente en un momento determinado

Modalidad de Reflexología holística

- El estímulo manual de las áreas reflejas de los pies
- El estímulo verbal por medio de preguntas , señalamientos, observaciones o descripciones como tienen como objetivo principal la apertura de conocimiento

Concepto de área refleja

Reflejo: Respuesta rápida de estructuras biológicas a un estímulo determinado fuera del control de voluntad



Una área refleja

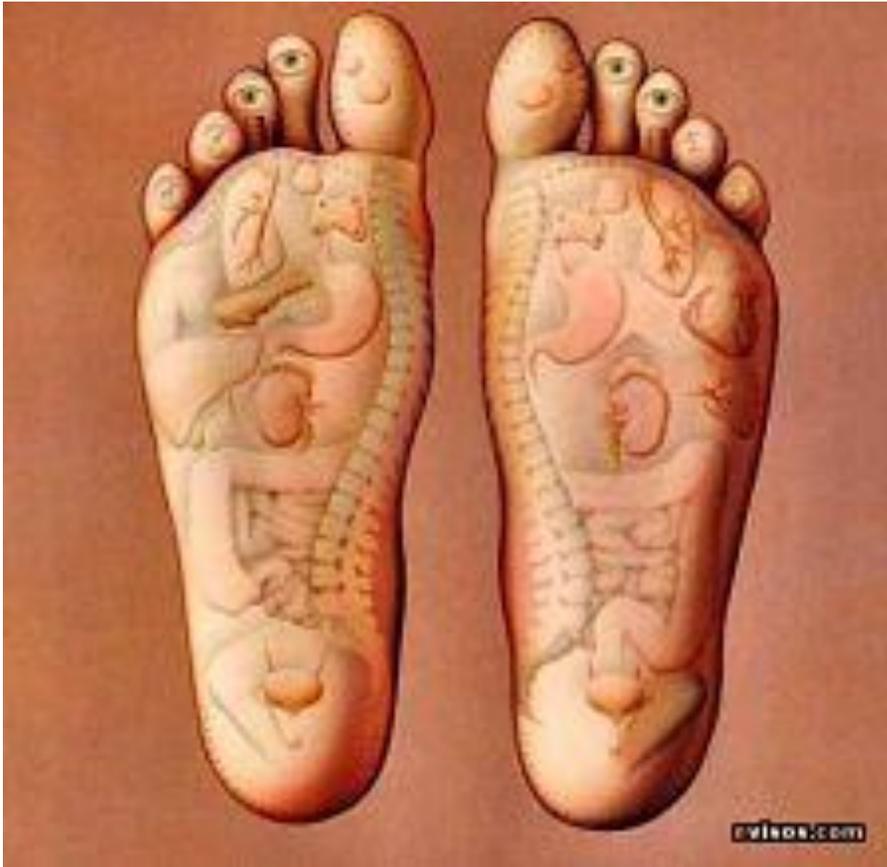
- Aquella que representa a un órgano o parte del cuerpo con el cual esta conectado por vía nerviosa o por canales de circulación energética



Distribución de las áreas reflejas

- Se distribuyen en un mapa que facilita la ubicación, reflejando el aspecto físico, como mental y emocional de la persona y su estado energético

Estimulo de las áreas reflejas



- Este estímulo solo se realiza en las manos del terapeuta.
- El primer pulgar y el índice son los de mayor uso para la tarea
- No se utiliza cremas o instrumentos de alguna naturaleza

En el contacto piel a piel, el reflexólogo puede detectar fácilmente las áreas problema y estimular con mayor precisión.

Ningún elemento reemplaza lo que el toque es capaz de hacer si se logra establecer una conexión

¿En qué consiste este contacto?

- Lograr la comunicación corporal en el cual el terapeuta recibe un mensaje del cuerpo del paciente y es capaz de decodificarlo, permitiendo emitir un mensaje susceptible de provocar en el otro una respuesta determinada

Las vías de conexión

- El sistema coordina y regula la comunicación de las distintas estructuras y funciones del organismo y permite la aparición de múltiples reacciones reflejas en nuestro cuerpo

Mecanismos naturales de depuración

- La reflexología promueve mecanismos de limpieza en el organismo.
- Por las vías naturales de eliminación se desecha toxinas y en el plano anímico se expresan emociones guardadas.
- Permite que la naturaleza encuentre el camino libre para lograr la homeostasis

Proceso de auto curación y reequilibrio

- Se puede ver como la naturaleza busca su equilibrio
- En el ser humano se ve trabado por el alto grado de intoxicación que propone la cultura, plano físico como mental
- La reflexología actúa en contra lo que esta quieto o estancado y provoca una movilización de la persona

Problemas latentes

La información que brinda los pies con sus áreas congestionadas o con signos de dolor, le da al reflexólogo la capacidad de trabajar sobre ellas, aun cuando el paciente no tenga indicios de que existe algún tipo de desorden o desequilibrio en el órgano que ellas reflejan

Camino de evolución

Afecta al aspecto orgánico de la persona como sus aspectos psíquicos y emocionales

Aspecto orgánico

- Se puede observar que el efecto de un tratamiento reflexológico propicia, en el que lo propicia, en el que lo recibe, una mejoría o remisión de su conducción para una mejor calidad de vida

En el área emocional

- Las personas se torna mas consciente de sus sentimientos y sensaciones y va facilitando el canal de expresión de los mismos



Camino de evolución

- Cuando se abren nuevos espacios para la circulación de la energía la persona comienza a experimentar nuevas sensaciones y también en contactarse mas y de diferente manera con su cuerpo, emociones y sentimientos
- Por lo tanto esta terapia es un camino de autoconocimiento ya que promueve una apertura en la conciencia

Crisis curativa



- Conjunto de síntomas que constituyen una reacción defensiva del organismo ante una afección y son el resultado de la acción inmediata de la fuerza energética del individuo



Mecanismos de limpieza del organismo

- Movimiento y expulsión de los fluidos del cuerpo
- Cambios de coloración, olor y/o cantidad de orina
- En la defecación: cambios en cantidad, frecuencia, coloración, olor y consistencia
- Secreción de flujo vaginal
- Adelanto del ciclo menstrual : mas abundante
- Sueño y cansancio
- Suduración

Síntomas de las condiciones pesadas

- Afecciones del pasado vuelven a manifestarse
- Es difícil que la persona vuelva a padecerlo en el futuro

Agravamiento de una condición

- Por movilización en el área problemática pueden agudizarse los síntomas:

Por ejemplo: un cliente consulta por padecer una fuerte lumbalgia y en las horas posteriores a la sesión se incrementa considerablemente el dolor y la molestia

Aun que no es agradable se considera positiva ya que se muestra que el estímulo se dirigió directamente al punto de conflicto

Cambios del estado de animo

- Pueden aflorar sentimientos y emociones que estuvieron tapados.
- Ejemplo: luego de recibir una sesión de reflexología o al cabo de varias sesiones se siente invadida por esta sensación aun cuando un momento aparente

Mayor actividad onírica

- Mas cantidad de sueños, con mayor sensación de vivencia y posibilidad de recordarlos. Esto habla de un mayor contacto con el inconsciente

Precauciones

- La reflexología, como activa la autorregulación del organismo, tiene escasas contraindicaciones y estas hacen referencia a problemas muy concretos del área donde se efectuó el estímulo
- Requiere de si mismo de la humildad necesaria para abstenerse de hacerlo, si aun no se encuentra la suficiente capacitación

Precauciones:



- **Después de haber ingerido alimentos:**

Dependiendo de la calidad y cantidad de los mismos, se recomienda esperar entre una hora y un hora y media

Después de haber ingerido una comida la energía se concentra en el estómago y el estímulo puede generar sensaciones de náuseas o dolor en el área

Precauciones



- **Enfermedades crónicas o aguda:**

Sin diagnóstico preciso y síntomas pocos claros, las reacciones que promueven la reflexología podrían confundir aun mas los síntomas y generar conclusiones equivocadas

La acción de la terapia permite lo que es se manifieste por esta razón puede llegar a esclarecerse una patología de diagnóstico impreciso pero antes las persona a de ser atendida por facultativos

Precauciones



- **Proceso febril:**

Se puede aplicar muy suave, en corto tiempo y con mas frecuencia, siempre y cuando el cuadro tenga un diagnostico preciso.

Es importante saber entre una infecci3n simple con aumento de temperatura corporal, tal como el resfriado, de una enfermedad infecciosa mas seria con fiebre alta y puede ser una reacci3n posible la de la crisis curativa

- En ningún caso se debe que presionar en áreas donde hay inflamaciones agudas de las venas y los ganglios linfáticos.
- El reflexólogo autorizado puede realizar algunas técnicas de contacto sutil que no incluyan presiones ni manipulaciones

Reflexología

VERYGREEN

La reflexología es una terapia natural que aspira a promover el restablecimiento del equilibrio energético del organismo. Esta especialidad terapéutica se basa en tres principios fundamentales:

- 1- Hay áreas en los pies y en manos en que está reflejado todo el organismo.
- 2- El estado en que se encuentran estas áreas reflejas expresa el grado mayor o menor de desequilibrio en el que se encuentran los órganos o partes del cuerpo allí representados.
- 3- El estímulo de estas áreas mediante técnicas manuales determinadas afecta a los órganos y partes del cuerpo que allí se reflejan y facilita su movilización en la búsqueda del equilibrio.

Por lo tanto la reflexología es una terapia natural que se basa en el estímulo manual de las áreas reflejas en los pies y en las manos con el objetivo de facilitarle al organismo su proceso de homeostasis. La reflexología holística agrega a los dos principios fundamentales mencionados a que:

4- Ambas pies reflejan la totalidad y representación tanto el aspecto físico como en estado emocional y energético de persona.

5- La combinación de las técnicas manuales con técnicas verbales de acompañamiento facilita el registro personal.

6- Las técnicas verbales refieren a la toma de conciencia del proceso terapéutico como a la decodificación de mensajes.

La reflexología es tanto ciencia y arte. Como ciencia, posee un conjunto de conocimientos, metodología, técnicas y resultados que pueden comprobarse por medio de comparaciones y estadísticas. Como arte depende la capacidad terapéutica.

La reflexología sintomática se basa en el estímulo manual de las áreas reflejas de los pies y de las manos con el objetivo puntual de aliviar un síntoma que se presenta en un momento determinado.

Concepto de área refleja: Un reflejo es la respuesta rápida de estructuras biológicas a un estímulo determinado, fuera del control de la voluntad. Un área refleja es aquella que representa a un órgano o parte del cuerpo con el cual está conectado por vía nerviosa o por canales de circulación energética, se distribuyen en un mapa que facilita su ubicación, reflejan tanto en las del aspecto físico como el mental y emocional de la persona y dan cuenta, además, de su estado energético.

Las vías de conexión: El sistema nervioso coordina y regula la comunicación de distintas estructuras y funciones del organismo y permiten la aparición de múltiples reacciones reflejas en nuestro cuerpo. Es esta regulación neuroendocrina la que influye a su vez en el flujo y movilización de circulación.

Mecanismos de limpieza del organismo: Flaqueo y expulsión de los fluidos en el cuerpo, en la defecación, secreción de flujo vaginal. Puede tener dor fuerte, Sudoración con cambio de cantidad u olor o en zonas diferentes a las habituales para esa persona, Seño, cansancio y Menstruación más abundante, Cambios de color.

Mayor actividad onírica: los pies representan o más cantidad de seño, con mayor sensación de vivencia y posibilidad de recordarlos, habla con el inconsciente.

Precauciones: La reflexología como activa la autoregulación del organismo, tienen escasas contraindicaciones y estas hacen referencia a problemas muy concretos de la zona donde se aplica el estímulo. Lo que sí deben observarse son algunas cuidados en los escasos que describiremos a continuación:

Después de haber ingerido alimentos. Dependiendo de la calidad y cantidad de los mismos, se recomienda, dentro de lo posible, esperar entre una hora y una hora y media. Si la persona es de ingestión lenta necesitará un lapso mayor. Después de una comida la energía se concentra en el estómago y el estímulo puede generar sensaciones de náuseas o dolor en el área o, en caso extremo, provocar un vómito.

Un proceso febril: En ese caso se debe que aplicar suavemente por corto tiempo y con más frecuencia siempre y cuando el cuadro tenga un diagnóstico preciso. Si se aplica de esta forma da un apoyo al sistema inmunológico del organismo, y no produce una sobreestimulación, es importante distinguir entre una infección simple con aumento de la temperatura corporal, tal como un resfriado, de una infección más seria con fiebre seria más alta. En este caso, por ser una reacción posible la de la "crisis críptica" podría derivarse las sintomatías.

En el reflexólogo experimentado ha adquirido la capacidad de graduar el tipo de estímulo adecuado, de seleccionar las áreas de trabajo y de evaluar y controlar las reacciones que derivan del tratamiento de reflexología:

Embarazos de riesgo, micosis pie de atleta y inflamación aguda.

Referencia

Blanco, A. L. (2001). LA REFLEXOLOGIA . En
MANUAL DE REFLEXOLOGIA . Barcelona: Robin
Book.