



Universidad del Sureste

Escuela de Medicina

MATERIA:

INTERCULTURALIDAD Y SALUD II

DOCENTE:

SERGIO JIMENEZ RUIZ

PRESENTA:

ANDREA MONTSERRAT SANCHEZ LOPEZ

Lugar y fecha

Comitán de Domínguez Chiapas a 18/06/2020.

REFLEXOLOGÍA

La reflexología es una terapia natural que aspira a promover el reestablecimiento del equilibrio energético del organismo. Se basa en 3 principios fundamentales: 1) Hay áreas en los pies y en las manos en las que está reflejado todo el organismo. 2) El estado en el que se encuentran estas áreas reflejas expresa el grado mayor o menor del desequilibrio en que se encuentran los órganos o partes del cuerpo allí representados. 3) el estímulo de estas prácticas manuales de estas áreas determinadas, afecta a los órganos y partes del cuerpo que allí se reflejan y facilita su movilización y en la búsqueda del equilibrio. La reflexología holística agrega más principios fundamentales, en que:

- 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 refieren tanto a la toma de consciencia del proceso terapéutico como a la codificación de los mensajes corporales.

La reflexología es a la vez un arte y una ciencia. Como arte depende de la capacidad del terapeuta para observar e interpretar los signos indicadores de la evolución del tratamiento y de su sensibilidad y habilidad para efectuar la presión en las áreas reflejas que así lo requieran, y como ciencia, posee un conjunto de conocimientos, metodologías, técnicas y resultados que pueden comprobarse por medio de comparaciones y estadísticas.

La reflexología debe de aplicarse de manera sintomática con la idea de aliviar una determinada dolencia. 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 presente en un determinado momento. La reflexología consiste en: • El estímulo manual de las áreas reflejas de los pies, el estímulo verbal por medio de preguntas, señalamientos, observaciones o descripciones que tienen como objetivo principal en proporcionar una abertura de conciencia de lo que, a través de síntomas corporales, estilos o situaciones de vida, la persona puede aprender acerca de sí misma. 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. Las áreas reflejas se distribuyen en un mapa que facilita su ubicación. Esas zonas reflejan tanto el aspecto físico como mental y emocional de la persona. El estímulo se realiza únicamente con las manos del terapeuta. El pulgar y el índice ~~so~~ son de mayor uso, donde las manos conforman el equipo de trabajo. No se utilizan cremas, aceites u/o instrumentos de ninguna naturaleza. Con tener contacto con la piel, se detecta más fácilmente, áreas problemáticas o/y estimularlas con mayor precisión. Ningún elemento reemplaza lo que el toque es capaz de hacer si se logra establecer una conexión. Consiste en lograr una comunicación corporal en el que el terapeuta reciba un mensaje del cuerpo del paciente.

Las vías de conexión pueden ser el sistema nervioso y es quien coordina y regula la comunicación de las distintas estructuras y funciones del organismo. En reflexología sirve o se utiliza para como vehículo del estímulo. Los órganos que poseen más cantidad de vías nerviosas tienen más posibilidades de ser afectados al trabajar las áreas reflejas, como puede ser el corazón. También en reflexología hace un recorrido a través de los canales por la medicina tradicional china. La reflexología tiene también relación con otras terapias como puede ser, la acupuntura, la auriculoterapia, la digitopuntura, la manopuntura, reflexoterapia verbal, y reflexología de los pies. La reflexología promueve mecanismos de limpieza. Por las vías naturales de eliminación de toxinas, por lo que permite que la naturaleza encuentre el camino libre para lograr la homeostasis. También actúa como lo que está quieto o estancado en contra de ellos y provoca una movilización en la persona. Afecta tanto el aspecto orgánico al tener una mejora al tener una remisión de su condición, o poder acceder a una mejor condición de vida, y afecta en el aspecto emocional, una persona se torna más consciente de sus sentimientos y emociones y se facilita el canal de expresión de los mismos. Esta terapia es un camino de autoconocimiento. Los mecanismos de limpieza del organismo pueden ser: movimientos y expulsión de los fluidos del cuerpo, cambios de coloración, olor y cantidad de orina, en la defecación, secreciones del flujo vaginal, sueño, cansancio, sudoración con cambio de cantidad.

BIBLIOGRAFÍA

Alicia López Blanco. Manual de reflexología. Método Holístico. RobinBook. España. (2001).