

**Universidad del Sureste
Escuela de Medicina**

Materia: Salud Pública

Dr. Sergio Jiménez Ruiz

Tema : Terapia reflexología

Alumna: Guadalupe Elizabeth González González

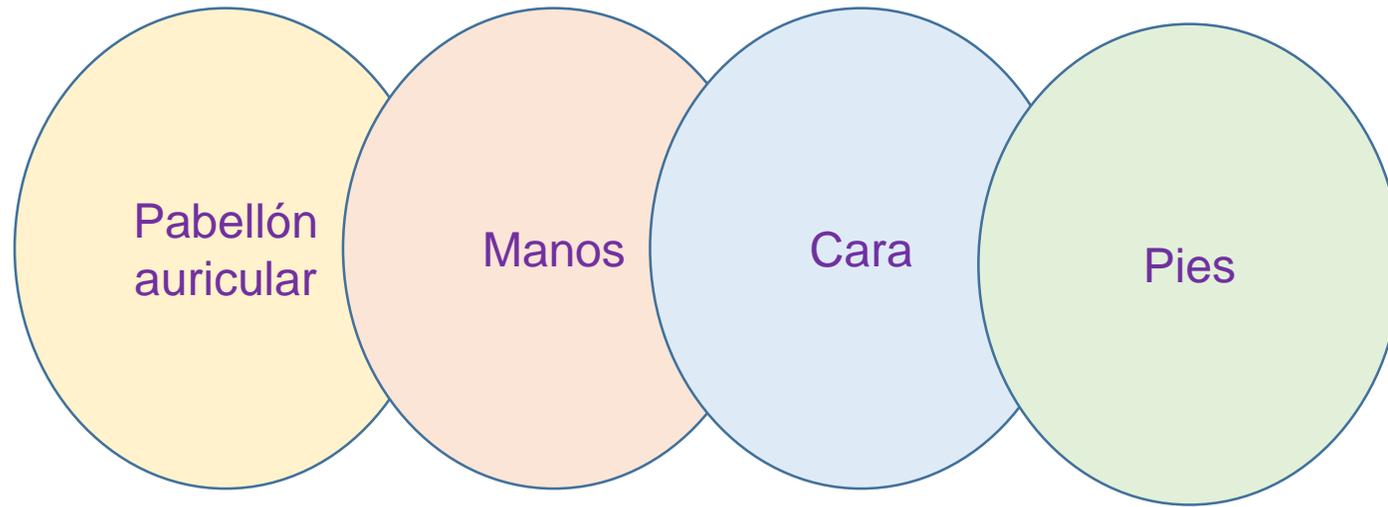
Lugar y fecha

Comitán de Domínguez Chiapas a 15/06/2020.

¿Qué es la reflexología?

- Medicina alternativa.
- Complemento de la medicina tradicional.
- Terapia natural que consiste en aplicar técnicas manuales, es decir presiones digitales sobre los puntos reflejos de pies y las manos, a fin de estimular el organismo para que realice su propio proceso de curación.

Dentro de estos microsistemas podemos mencionar:



A través de la estimulación de las zonas reflejas afectadas se logra un equilibrio energético ,ya que los bloqueos de energía son la principal causa de distintas dolencias.



Reflexología holística

Terapia natural de abordaje psicocorporal que se basa en el estímulo manual de las áreas reflejas de los pies y manos y en la aplicación de técnicas verbales que facilitan la toma de conciencia del proceso terapéutico.



La reflexología como ciencia y arte

Como

Ciencia

Arte

Conocimientos

Metodologías

Técnicas

Capacidad del terapeuta

Observación e interpretación de signos

La habilidad para efectuar la precisión necesaria

Conce

Un reflejo es una respuesta estructural que representa un estímulo o parte del cuerpo con el cual esta relacionado por canales de comunicación o por canales de circulación sanguínea.

ZONAS REFLEJAS de los PIES

Basadas en el libro "La respuesta está en los pies" del Dr. Frederic Viñas

The diagram illustrates the reflex zones on the feet, showing the internal organs and body parts that correspond to specific areas of the foot. The diagram is divided into several sections:

- Top Section:** Shows the reflex zones on the top of the feet, corresponding to the internal organs and body parts listed in the legend.
- Bottom Section:** Shows the reflex zones on the bottom of the feet, corresponding to the internal organs and body parts listed in the legend.
- Central Section:** Shows the internal organs and body parts, with arrows indicating their corresponding reflex zones on the feet.
- Legends:** Lists the internal organs and body parts corresponding to the reflex zones on the feet.

Internal Organs and Body Parts:

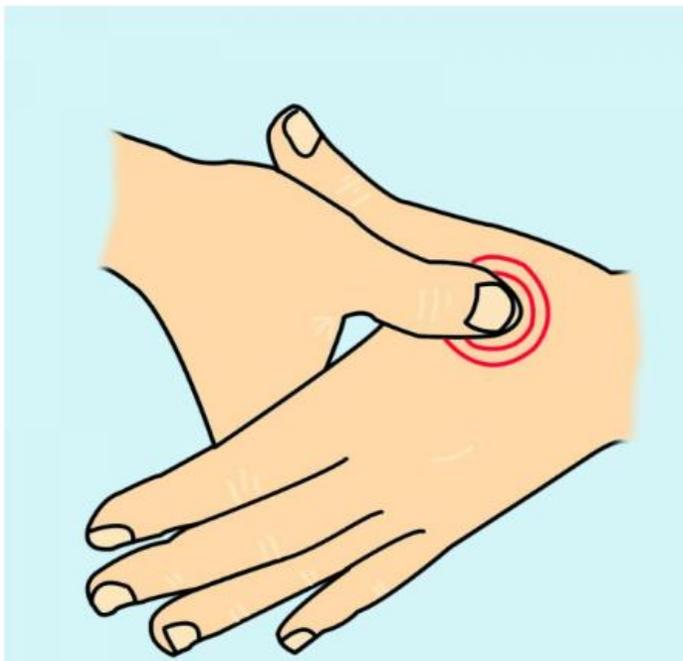
- Mama
- Vesícula biliar
- Bronquios
- Esternón
- Tráquea-Esófago
- Laringo
- Cavidad buco-naso-faríngea
- Dentadura
 - a: incisivos
 - b: caninos
 - c: premolares
 - d: molares
 - e: tercer molar (muela del juicio)
- Dentadura
 - a: incisivos
 - b: caninos
 - c: premolares
 - d: molares
 - e: tercer molar (muela del juicio)
- Bóveda craneal
- Dentadura
 - a: incisivos
 - b: caninos
 - c: premolares
 - d: molares
- Base craneal
- Amígdala
- Ojo
- Oído
- Tiroides
- Esófago
- Cardíaco
- Corazón
- Estómago
- Plexo solar
- Suprarrenal
- Reñón
- Páncreas
- Bazo
- Colon transversal
- Colon descendente
- Uterero
- Intestino delgado
- Sigma
- Bajo vientre
- Columna vertebral:
 - Cervical
 - Dorsal
 - Lumbar
 - Sacro-cóccix
- Cara interna de los dos pies
- Cara externa de los dos pies
- Ovario
- Codo
- Hombro
- Dentadura
 - a: muelas del juicio
 - b: segundos molares
 - c: terceros molares
- Pared abdominal
- Pared torácica
- Trompa de Falopio
- Cadera

Other Reflex Zones:

- VESÍCULA BILIAR**
- BRONQUIOS**
- OJOS**
- CABEZA-HIPÓFISIS**
- RIÑÓN SUPRARRENAL**
- COLUMNA VERTEBRAL Y ZONA LUMBAR**
- RODILLA**
- GARGANTA**
- AMÍGDALAS**
- OÍDOS**
- ESTÓMAGO**
- PLEXO SOLAR DIAFRAGMA**
- ÁREA GENITAL**
- ANO-RECTO**

Un reflejo es una respuesta estructural que representa un estímulo o parte del cuerpo con el cual esta relacionado por canales de comunicación o por canales de circulación sanguínea.

Estimulo de las áreas reflejas



El pulgar y el índice son los dos de mayor uso.



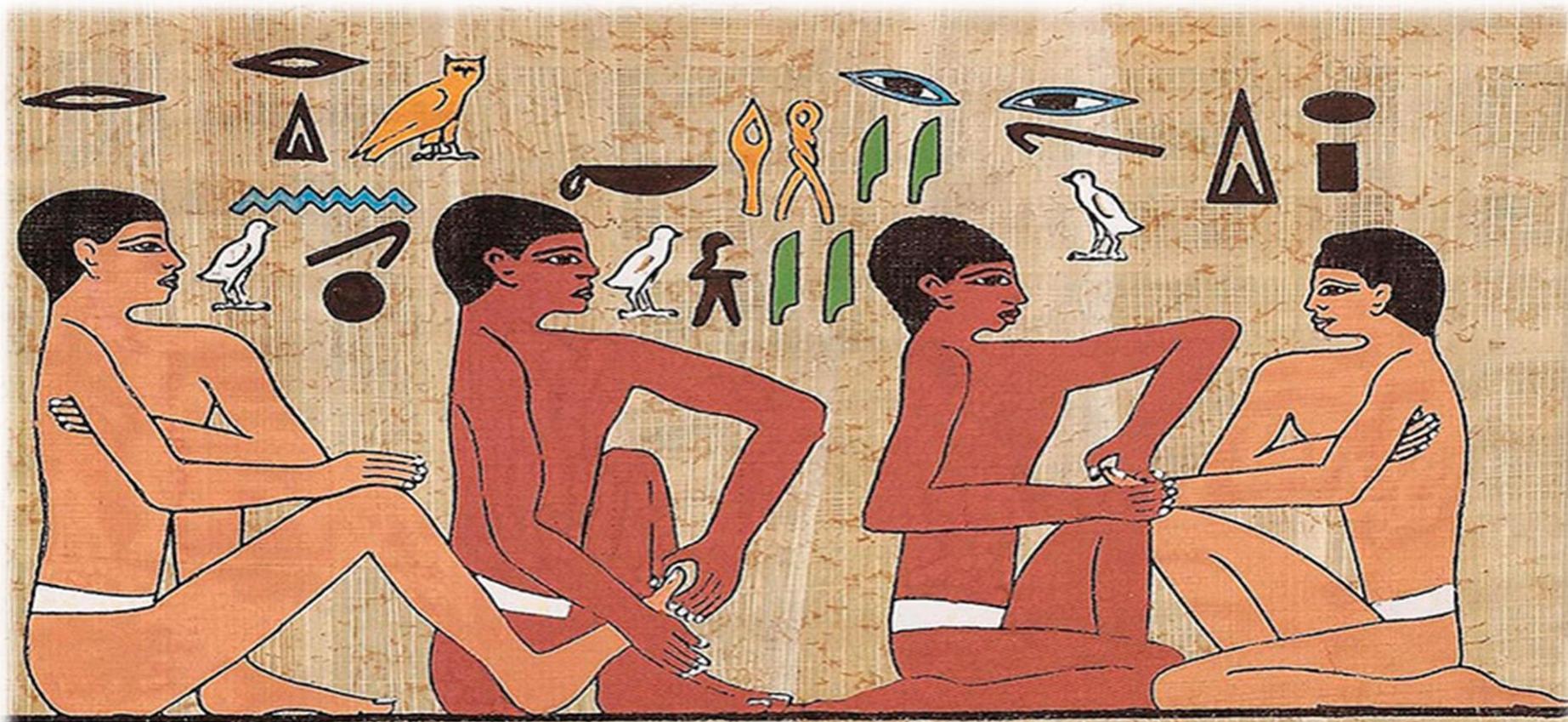
No se utilizan cremas ,aceites o instrumentos de ninguna naturaleza

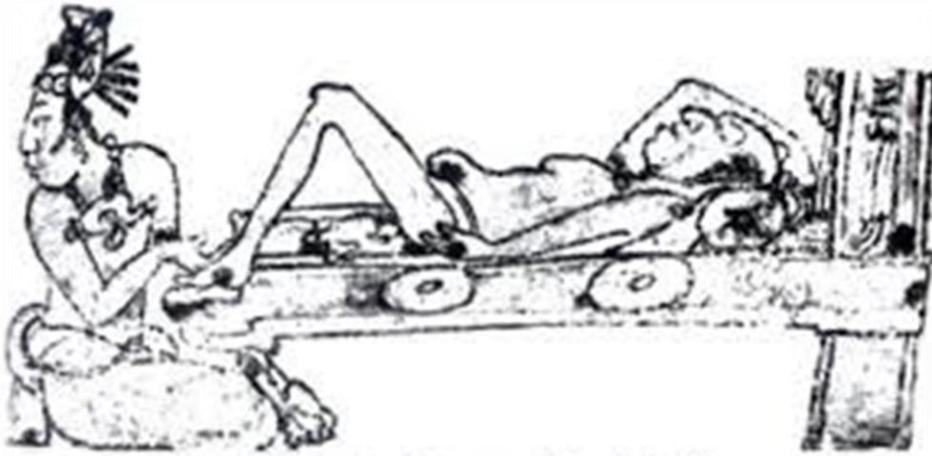
Orígenes de la reflexología

Las técnicas de la reflexología y la atención prestada en los pies se encuentra documentadas en las culturas de todo el mundo.

Los hombres de la antigüedad era que el calzado no oprimían sus pies y que las desigualdades del terreno les brindaban un masaje natural y habitual.

Hace 5 mil años se conocía en la india y en la China una forma de tratamiento mediante digetopresion ,pero no se tienen registros de como se llevaba acabo.





Terapia de masajes. Vaso maya. Foto: Justin Kerr.

Se han encontrado registros de la aplicación de la reflexología en grabados sobre piedras de la civilización maya ,pero se cree que el primer pueblo americano que la practico fue el inca.

En el siglo XX se dio un contexto científico a la reflexología que antiguas civilizaciones habían practicado en forma intuitiva y que poco a poco va ganando muchísimos adeptos en el comienzo del siglo XXI.



Beneficios y aplicaciones

- Provoca el desbloqueo energético.
- Favorece la relajación.
- Alivia el estrés.
- Estimula los impulsos nerviosos.
- Eleva las defensas del organismo.
- Es excelente como medicina alternativa.
- Ejerce una influencia armonizadora y sanadora en trastornos digestivos, emocionales, genéticos ,ginecológicos, musculo esqueléticos, y respiratorios.

Beneficios y aplicaciones

- Provoca el desbloqueo energético
- Carece de efectos secundarios.
- Activa la circulación sanguínea.
- Reestablece el funcionamiento orgánico y hormonal.
- Provoca cambios en sentimientos, pensamientos y conductas negativas.

Elevar las defensas del organismo



Quienes reciben tratamiento reflexológico suelen observar que sus defensas están más altas si las comparan con otras etapas de su vida.

La reflexología de pies y su relación con otras reflexoterapias

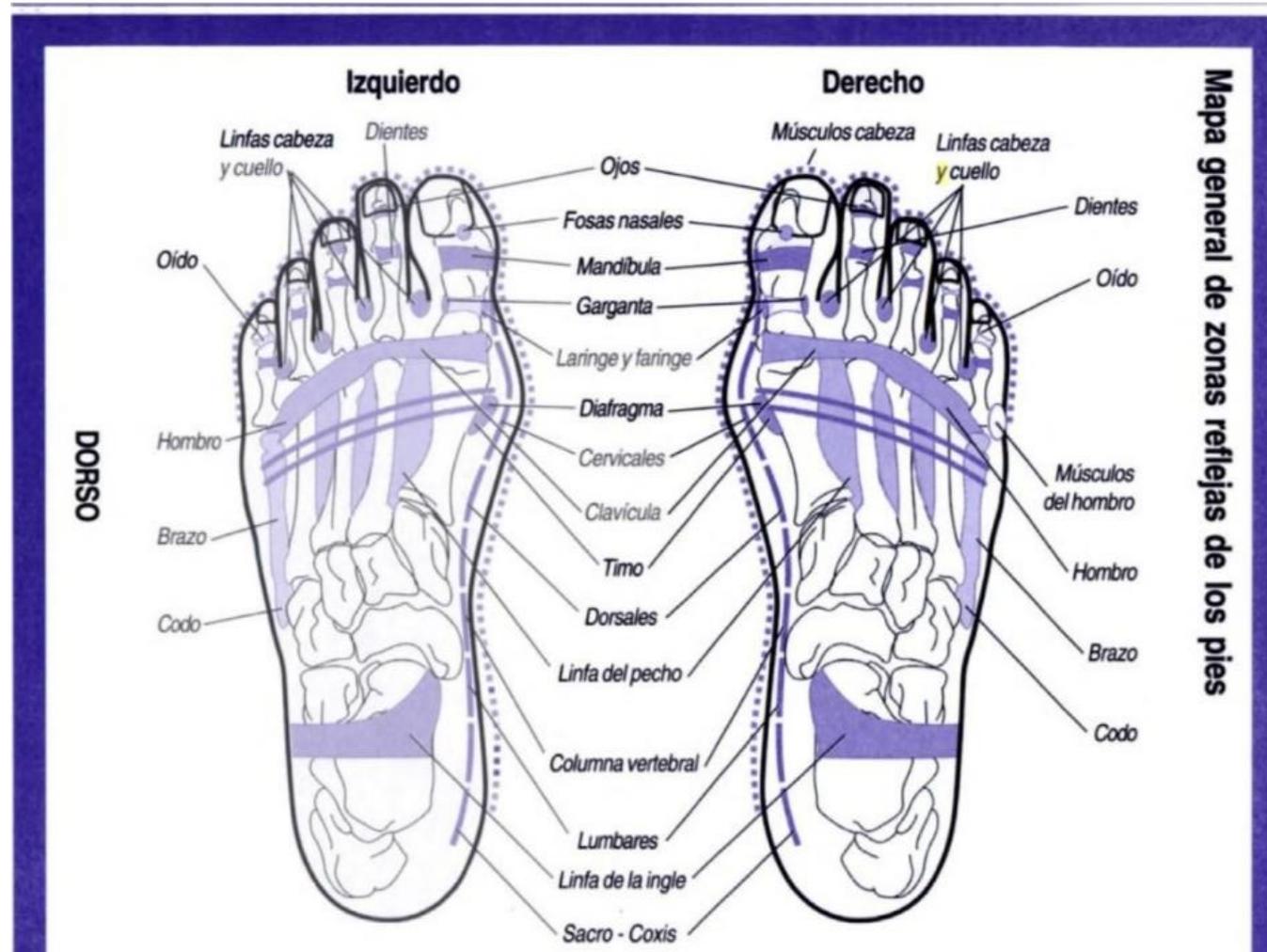
- La acupuntura
- La auriculoterapia
- La digitopuntura
- La manocupuntura
- La reflexoterapia vertebral
- La reflexología de pies, por su mayor difusión se conoce como con el nombre genérico de reflexología. Otros nombres que recibe son: *terapia de las zonas reflejas, reflexología podal ,podoreflexologia y reflexoterapia.*

¿Cómo funciona la reflexología?

Ambos pies al igual que las manos, conforman una unidad y proyectan la imagen del cuerpo humano en posición sentada :hasta las rodillas en las extremidades inferiores y hasta el codo en las extremidades inferiores y hasta el codo en las extremidades superiores.

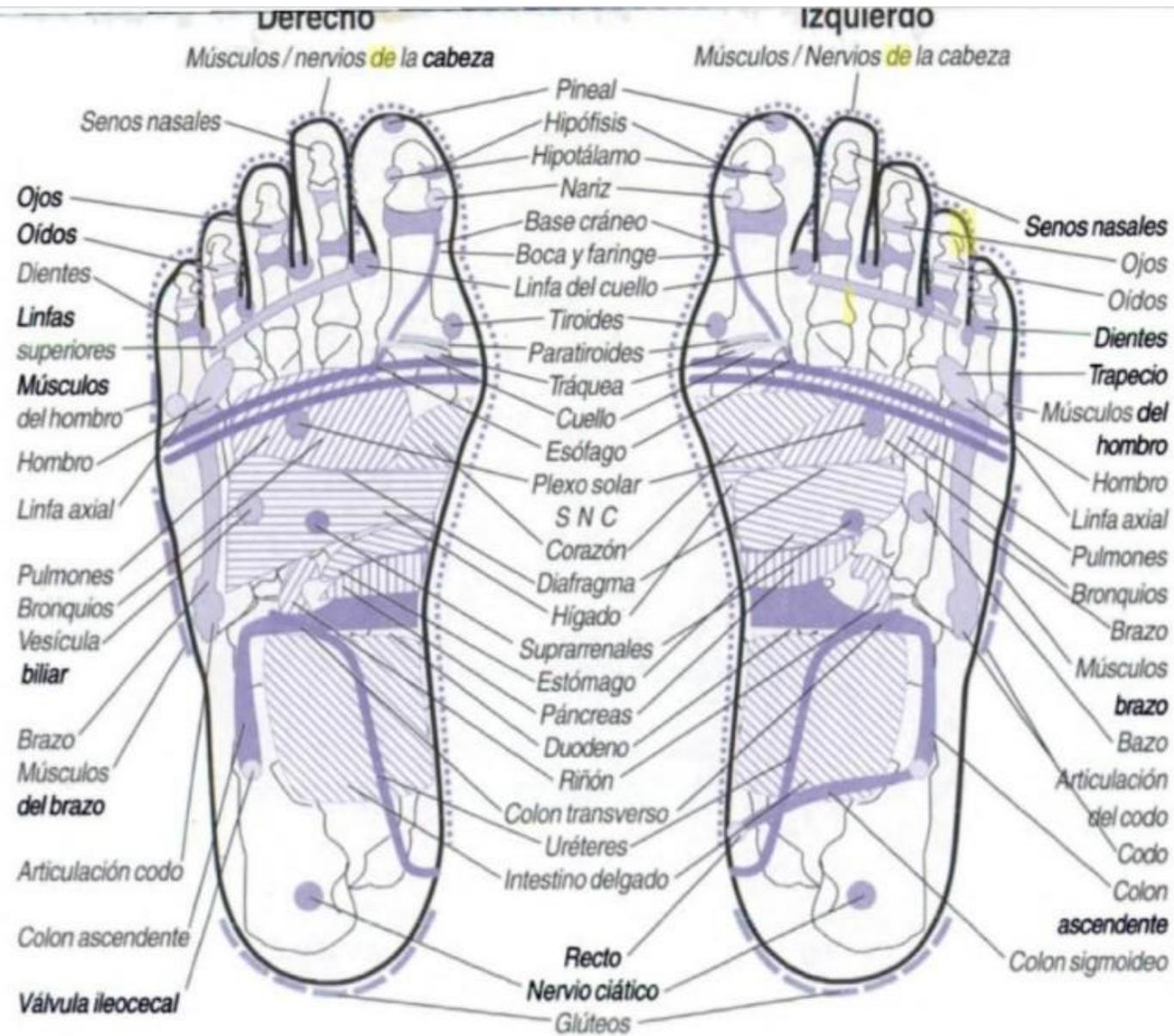


Zonas reflejas de los pies

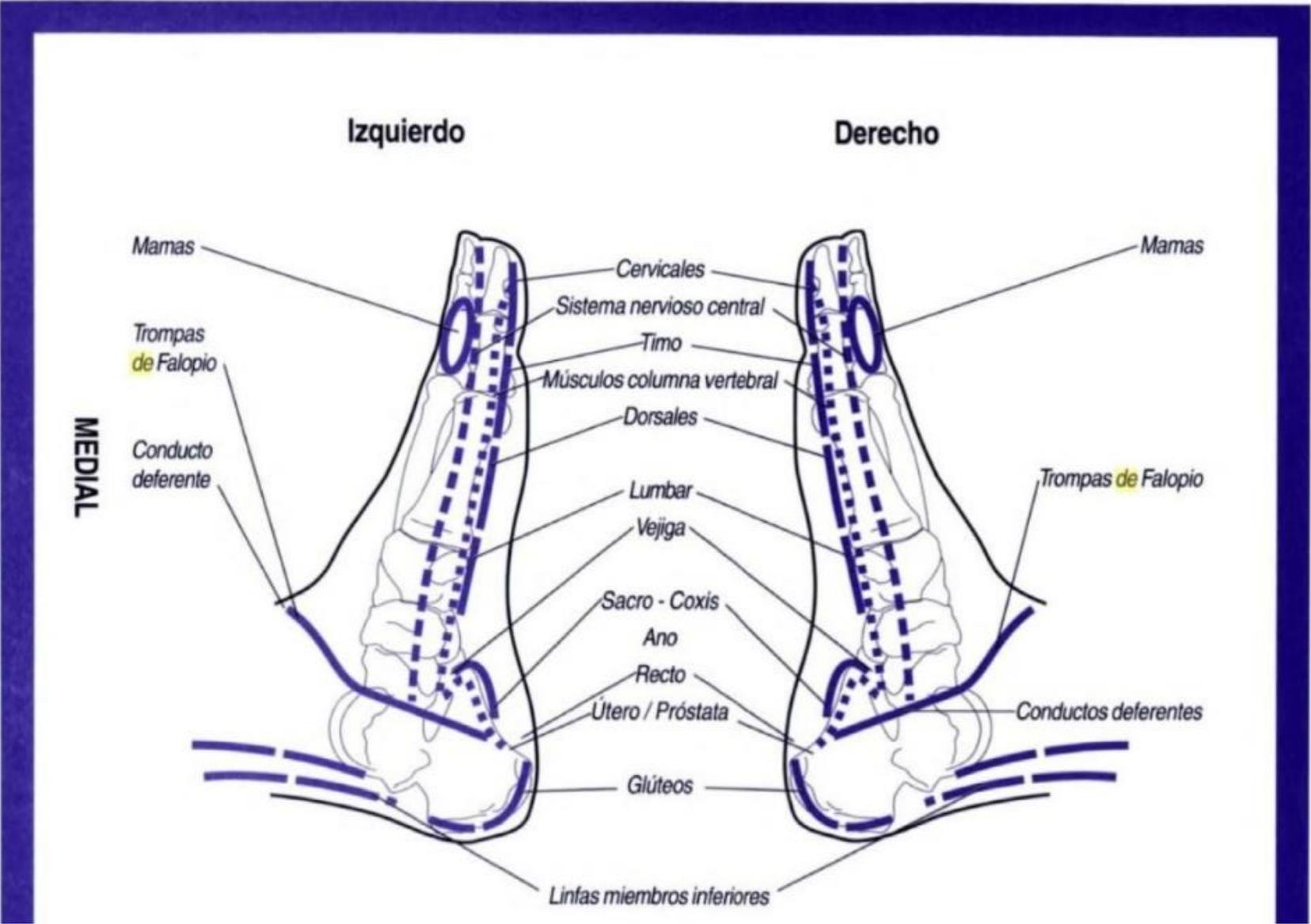


Planta

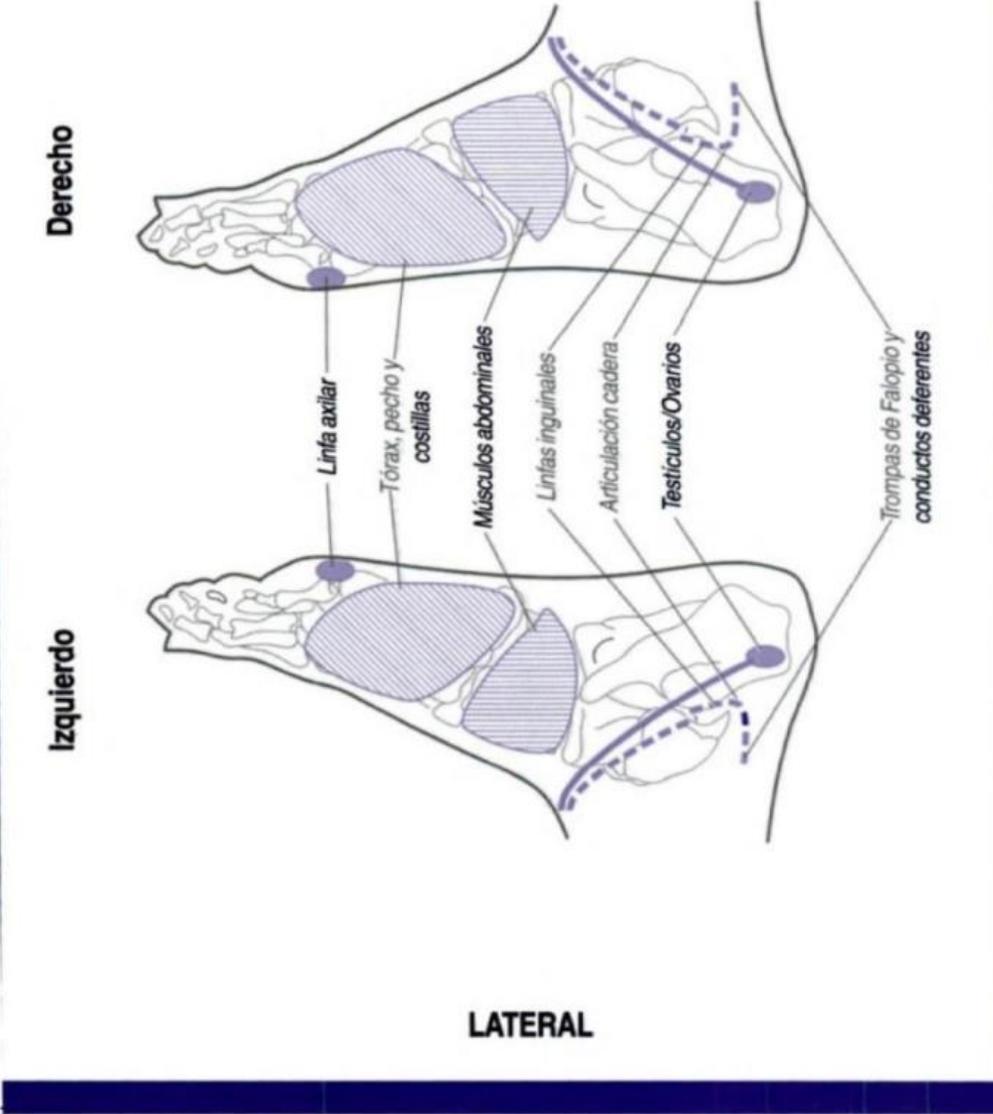
PLANTA



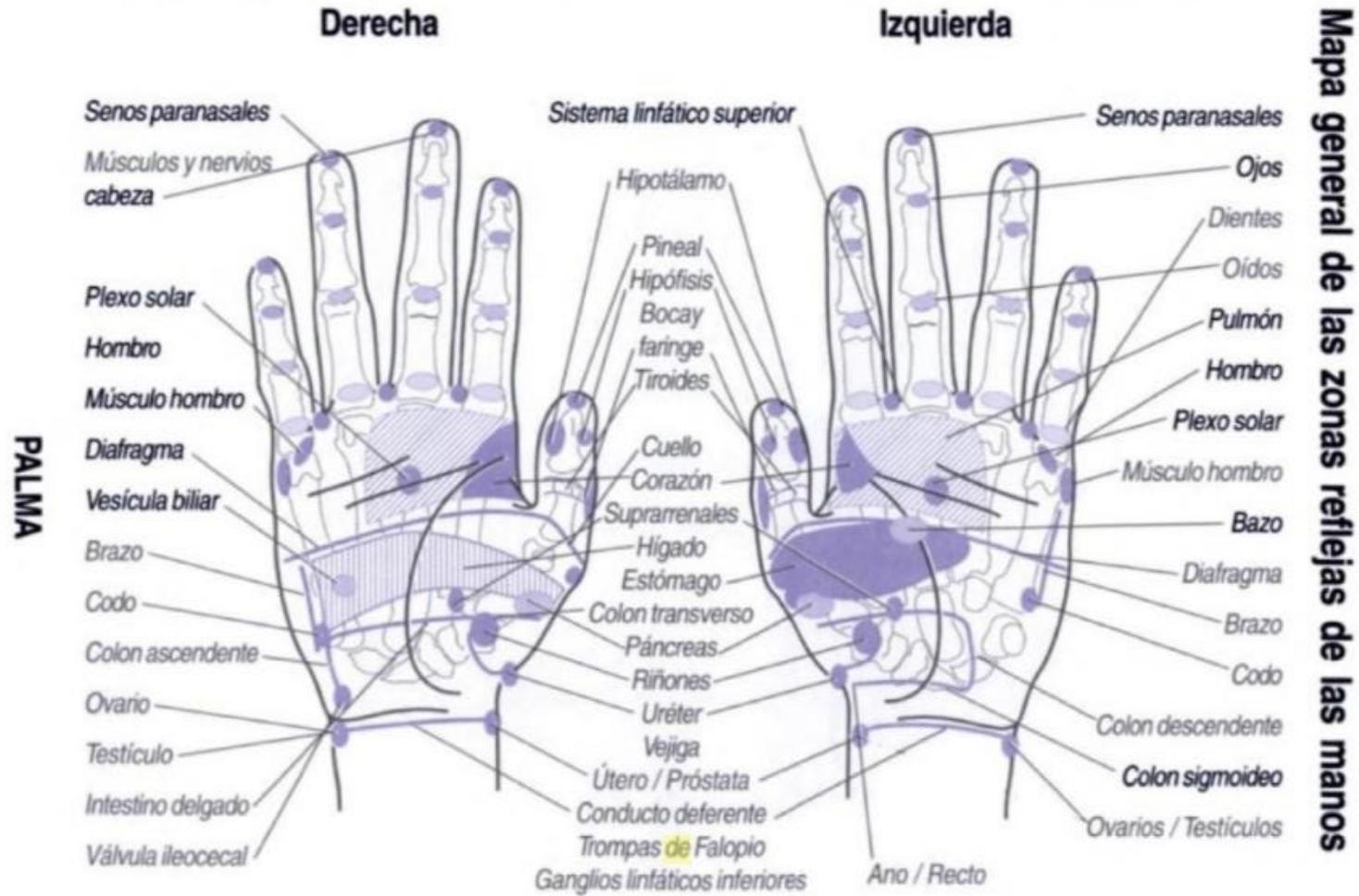
Medial



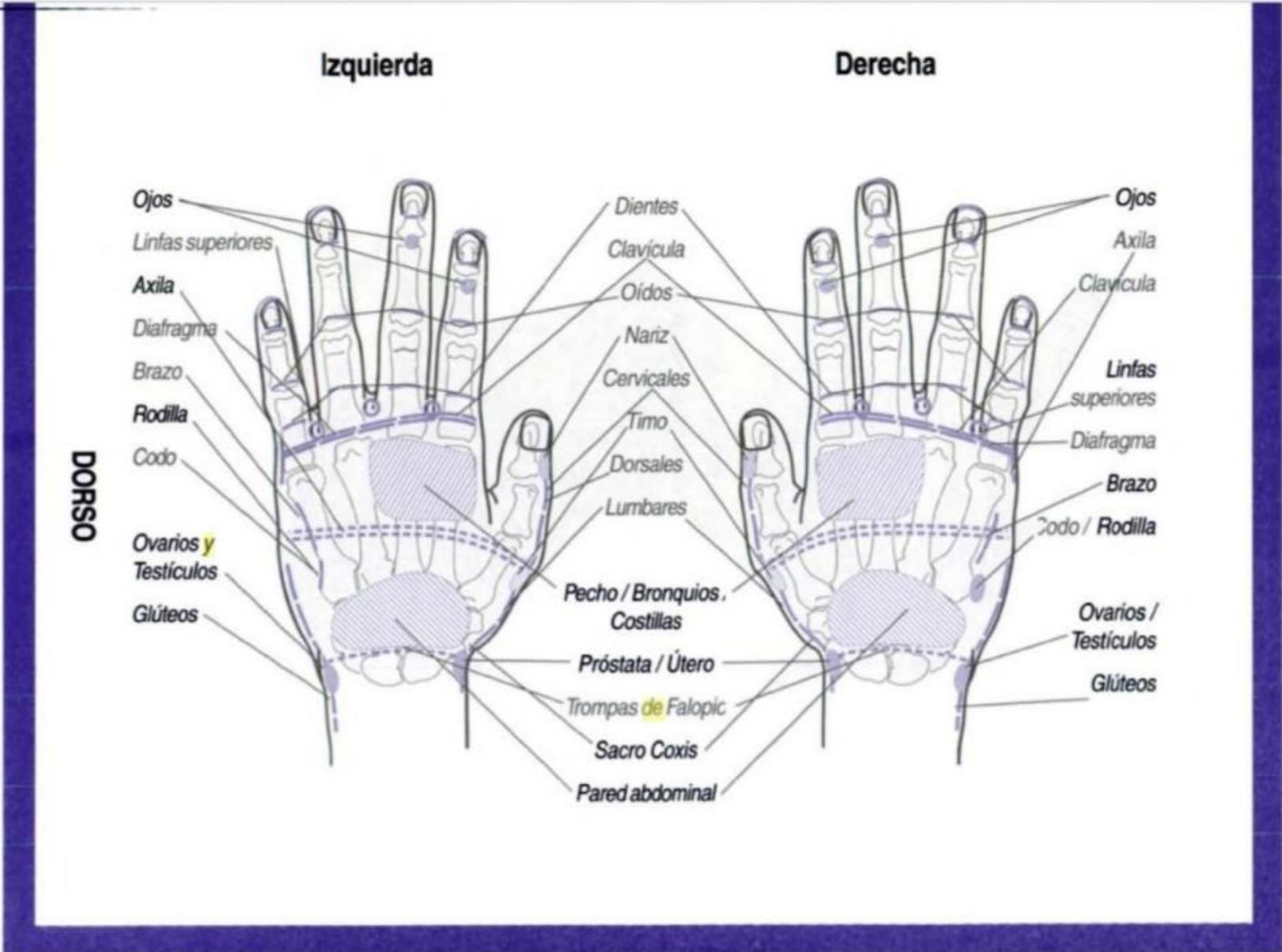
Lateral



Palma



Dorso



Mecanismos naturales para de depuración



Problemas latentes

La información que brinda el pie con sus áreas congestionadas o con signos de dolor, le da al reflexólogo la posibilidad de trabajar sobre ellas, aun cuando el paciente no tenga indicios de que existe un tipo de desorden o desequilibrio en los órganos que ellos reflejan.



Camino de evolución

- Tanto el aspecto orgánico de la persona.
- Aspectos psíquicos
- Aspectos emocionales



Mecanismos de limpieza del organismo

- Movimientos y expulsión de fluidos en el cuerpo.
- Cambios de coloración, olor y/o cantidad de orina.
- En la defecación, cambios en la cantidad, frecuencia coloración, olor y consistencia.
- Adelanto del ciclo menstrual / menstruación mas abundante.
- Sudoración con cambios de cantidad u olor en zonas diferentes a las habituales para esa persona.
- Sueño
- Cansancio.

Síntomas que remiten en condiciones pasada

- Afecciones pasadas vuelven a manifestarse.
- Generalmente es difícil que la persona vuelva a presentarlo



Agravamiento de una condición



Mayor actividad onírica

Mas cantidad de sueño ,con mayor sensación de vivencia y posibilidad de recordarlos.



Mayor contacto con el inconsciente.



Cambios en los pies

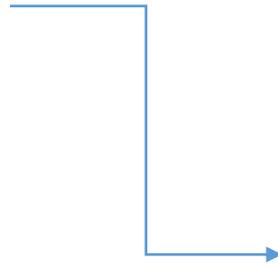
- Color
- Olor
- Humedad
- Textura
- Temperatura
- Flexibilidad



Las reacciones tanto durante la sesión como entre sesiones, le dan la pauta al reflexólogo de que la reflexología está actuando y el paciente es sensible al tratamiento.



La reflexología no crea nada nuevo sino que estimula a la persona para que pueda aflorar lo que esta latente, escondido o bloqueado.



El estímulo provoca una movilización y de este modo lo que es se manifiesta.

La reflexología, como activa la autorregulación del organismo ,tiene escasas contraindicaciones y estas hacen referencia a problemas muy concretos del área donde se efectúe el estímulo.



La reflexología en embarazos de riesgo

La reflexología puede aplicarse durante todo el embarazo de manera suave y principalmente con técnicas de relajación.



Su activación es siempre beneficiosa.

La reflexología se ha utilizado durante el embarazo para el tratamiento de diversos problemas fisiológicos, tales como náuseas y vómitos, estreñimiento, fatiga, dolor de cabeza y ayuda a la lactancia materna.



La reflexología ha evolucionado desde su etapa inicial como terapia zonal hasta su actual condición en la cual la mayoría de las practicantes centras sus tratamientos en las áreas reflejas de los pies.



Sin descartar totalmente el estímulo en las manos ,se ha comprobado que su aplicación en los pies proporciona una mayor y mas efectiva respuesta.



Por otra parte ,el desarrollo de la reflexología ha tomado diferentes carriles en lo relativo a su encuadre y filosofía.



Referencias

- Blanco, A. L. (2001). Manual de reflexología: método holístico. Ediciones Robinbook.
- Marchelli, B. (2006). Reflexología de pies y manos. Editorial Albatros.
- Prieto, L. V., & Sánchez, Y. P. Reflexología en el embarazo y como terapia alternativa en el parto.