

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

ESCUELA DE MEDICINA

Materia:

INTERCULTURALIDAD Y SALUD II

Trabajo:

CONTROL DE LECTURA

2°B

Presenta:

Juan Pablo Sánchez Abarca

Docente:

Dr. Sergio Jiménez Ruíz

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. Esta especialidad terapéutica se basa en tres principios fundamentales: De que existen áreas en los pies y en las manos en la que está reflejado todo el organismo; el estado en el 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; el estímulo de estas áreas mediante técnicas manuales determinadas afecta a los órganos y partes del cuerpo que allí se reflejan y facilitan su movilización en la búsqueda del equilibrio. Por ello, 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 el proceso de la homeostasis.

En la lectura se habla acerca de un subderivado de la reflexología, la cual es la reflexología holística, y esta agrega dos principios fundamentales: Ambas 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 las 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 conciencia del pro-

caso terapéutico como a la decodificación de los mensajes que manda nuestro organismo. Por ello, la reflexología holística es una terapia natural de abordaje psicocorporal que se basa en el estímulo manual de las áreas reflejas en pies y en manos y en la aplicación de técnicas verbales que facilitan la toma de conciencia del proceso terapéutico.

En la lectura se menciona que la reflexología se le considera una ciencia y un arte. Como ciencia, posee un conjunto de conocimientos, metodología, técnicas y resultados que pueden comprobarse por medio de comparaciones y estadísticas. Como arte, depende de la capacidad del terapeuta para observar e interpretar los signos indicativos de la evolución del tratamiento y de su sensibilidad y habilidad para efectuar la presión necesaria de las áreas reflejas que así lo quieran. En varias ocasiones la reflexología puede aplicarse de manera sintomática con la idea de aliviar una determinada dolencia. Muchas escuelas de reflexología proponen una forma de tratamiento de los síntomas que es útil, tanto como autoayuda como para aplicar en casos puntuales. 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 momento determinado.

La reflexología holística consiste en estimular de manera manual las áreas reflejas de los pies y estimular de manera verbal por medio de preguntas, señalamientos, observaciones

ciones o descripciones que tienen como objetivo principal el de proporcionar una apertura de conciencia de lo que, a través de síntomas corporales, estilos o situaciones de conciencia de lo que, a través de síntomas corporales, estilos o situaciones de vida, la persona puede llegar a aprender de sí misma.

Se menciona y habla acerca de que es un reflejo y un área refleja. Un reflejo es la respuesta rápida de estructuras biológicas a un estímulo determinado, fuera del control de la voluntad. Esta respuesta tiene lugar en un área distante de aquella que representa a un órgano o a una 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. Estas zonas reflejan tanto el aspecto físico y emocional de la persona y se dan cuenta, además de su estado energético.

El estímulo se realiza únicamente con las manos del terapeuta. El pulgar y el índice son los de mayor uso para la tarea. Las manos conforman un equipo de trabajo. No se encuentra necesario el uso de cremas, aceites o instrumentos de ninguna naturaleza. En el contacto piel a piel el reflexólogo puede detectar, más fácil, áreas problemáticas y estimularlas con mayor precisión. Ningún elemento reemplaza lo que el toque es capaz de hacer si se logra establecer una conexión. El sistema nervioso coordina y regula la comunicación de las distintas estructuras y funciones del organismo y permite la aparición de múltiples reacciones que se encontrarán reflejas en nuestro organismo.

Referencia:

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