



Universidad del Sureste

Escuela de Medicina

Materia:
“Interculturalidad y Salud II”

Tema:
Terapia reflexología

Docente: JIMENEZ RUIZ SERGIO

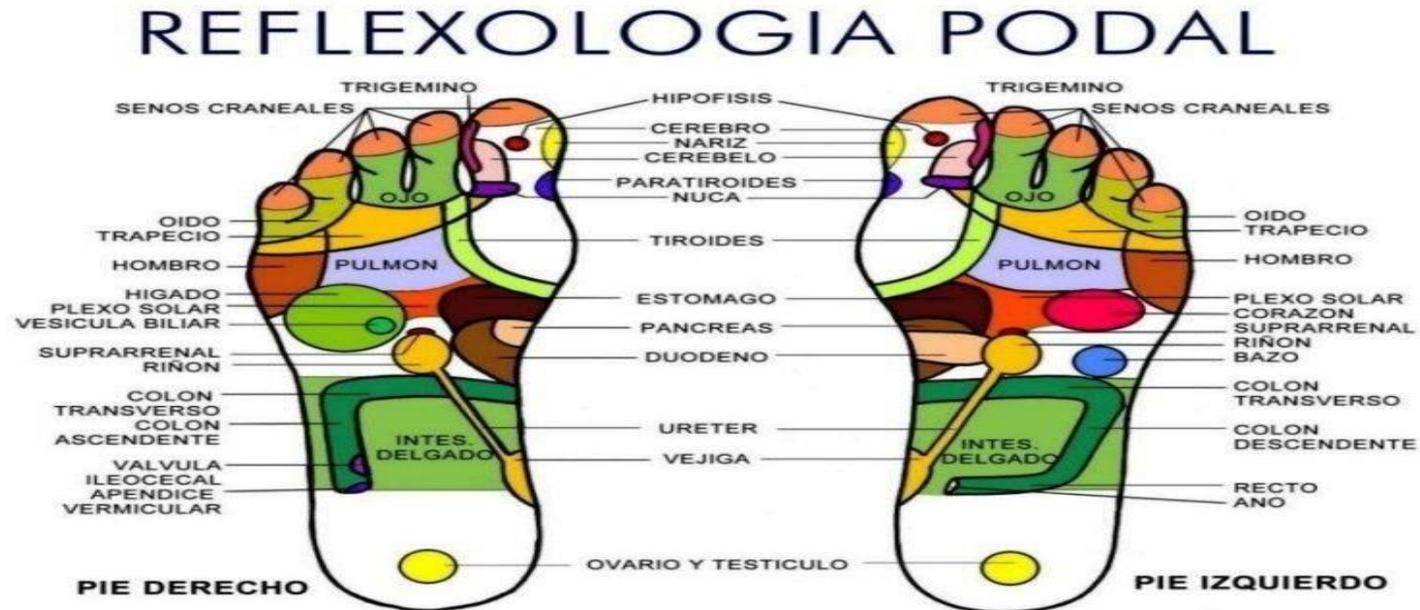
Alumno: Alfredo Morales Julián
“2-B”

Fecha: 18/06/20

Definición

- Terapia natural que aspira a promover el restablecimiento del equilibrio energético del organismo.
- Este terapia se basa en tres 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 encuentra estas áreas expresen el grado mayor o menor de desequilibrio en el que se encuentran los órganos o parte del cuerpo allí representados

3-El estímulo de estas áreas mediante técnicas manuales determinadas afecta a los órganos y parte del cuerpo que allí se reflejan y facilita su movilización en la búsqueda del equilibrio

- Podemos concluir que 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

Origen

- Desde hace más de 4000 años, cuentan que en China ya se observó que el masaje no sólo influía en la parte del cuerpo donde se aplicaba, sino que había una influencia a nivel reflejo sobre áreas corporales y órganos muy distantes

- Existen indicios no sólo en China. También en Egipto y la India.
- 2300 a.C. Egipto. Se han hallado pinturas que muestran un tratamiento de reflexología en manos y pies

- En la India hay reminiscencias desde hace más de 5000 años vinculadas al hinduismo.
- Llegaron a simbolizar el pie como representación del universo

- Y en China se conoce de forma documentada desde el S.III a.C A Europa llega esta terapia gracias al descubrimiento de un conocedor de la anatomía y seguidor de Leonardo Da Vinci, el escultor, grabador y escritor florentino, Benvenuto Cellini. En el siglo XVI

Reflexología holística

- Esta agrega dos principios fundamentales:

1-Ambos pies reflejan a la totalidad y representan tanto el aspecto físico como el estado emocional y energético de la persona

2-La combinación de la técnicas manuales con técnicas verbales de acompañamiento facilita el registro personal del proceso terapéutico y acelera e incrementa los resultados

3-Las técnicas verbales refieren tanto a la toma de conciencia del proceso terapéutico como a la decodificación de los mensajes corporales

Podemos decir que la reflexología holística es una terapia natural de abordaje psicocorporal que se basa en el estímulo manual de las áreas reflejadas en los pies y las manos y en la aplicación de técnicas verbales

- Se puede considerar que la Reflexología es a la vez ciencia y arte.
- Como ciencia posee un conjunto de conocimientos, metodología, técnicas, y resultados que pueden comprobarse por medio de comparaciones y estrategias

- Y como arte depende de la capacidad del terapeuta para observar e interpretar los signos indicativos de la evolución del tratamiento

- La Reflexología se puede aplicar de manera sintomática con la idea de aliviar una determinada dolencia donde en varias escuelas de Reflexología proponen una forma de tratamiento de los síntomas

Reflexología sintomática

- Esta se basa en el estímulo manual de las áreas de los pies y de las manos con el objetivo de aliviar un síntoma que se presente en un momento determinado

- La modalidad de trabajo de a reflexología holística consiste en:

1-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 el de propiciar una apertura de conciencia

Concepto de área refleja

- Un reflejo es la respuesta rápida de eestructuras 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 esta conectado por vía nerviosa o por canales de circulación energético

Tipos de reflexología

- Existen otros tipos. Entre ellos, encontramos:

- Reflexología de la mano.
- Reflexología de dedos y uñas.
- Reflexología del cuero cabelludo.

- Reflexología auricular (reflexología aplicada al pabellón auditivo).
- Reflexología del abdomen.

- Reflexología de la piel.
- Iridiología (diagnóstico de enfermedades de las zonas microreflejas en el iris de los ojos).

Beneficios

- Gracias a esta técnica terapéutica ancestral, podemos obtener múltiples beneficios sobre nuestra salud ya que el conjunto de patologías y enfermedades

- Produce un efecto relajante que ayuda a eliminar el estrés y facilita la relajación física y mental.
- Estimula la circulación sanguínea y linfática.

- Potencia el sistema inmunológico y el potencial de auto sanación del cuerpo.
- Regula el funcionamiento de los órganos de cuerpo.

- Equilibra y restituye los niveles de energía.
- Ayuda a la eliminación de toxinas.
- Tiene efectos de terapia preventiva.

- No está contraindicada en adolescentes, niños, embarazadas y ancianos.
- Estimula la creatividad, eleva el nivel de vitalidad y mejora el humor.

ZONAS REFLEJAS DE LOS PIES



- <https://espaciomasvida.es/historia-reflexologia#:~:text=La%20reflexolog%C3%ADa%20naci%C3%B3n%20Europa,los%20beneficios%20de%20esta%20terapia.>
- <https://www.webconsultas.com/belleza-y-bienestar/terapias-alternativas/reflexologia-2771#:~:text=Reflexolog%C3%ADa%20o%20terapia%20zonal%2C%20qu%C3%A9%20es%20y%20tipos%20%2D%20Belleza%20y%20bienestar&text=Esta%20milenaria%20terapia%20de%20origen,aliviar%20el%20dolor%20de%20otra.>

- <https://www.deustosalud.com/blog/terapias-naturales/que-es-reflexologia-podal-que-beneficios-tiene>
- https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=MNAheVDI-g8C&oi=fnd&pg=PA7&dq=Reflexolog%C3%ADa&ots=6bEJzdfE70&sig=ko-iX_eoVE2fB9NSJWTdfTRILWE#v=onepage&q=Reflexolog%C3%ADa&f=false