

Universidad del Sureste

Escuela de Medicina

Materia:

INTERCULTURALIDAD Y SALUD II

Tema:

Terapia Reflexología

Docente:

Sergio Jiménez Ruiz

Alumno: Oswaldo Morales Julián

2-B

Lugar y fecha

Comitán de Domínguez Chiapas a 18/06/2020.



- ¿De donde proviene la **Reflexología** o que civilización fue la primera en utilizarla?

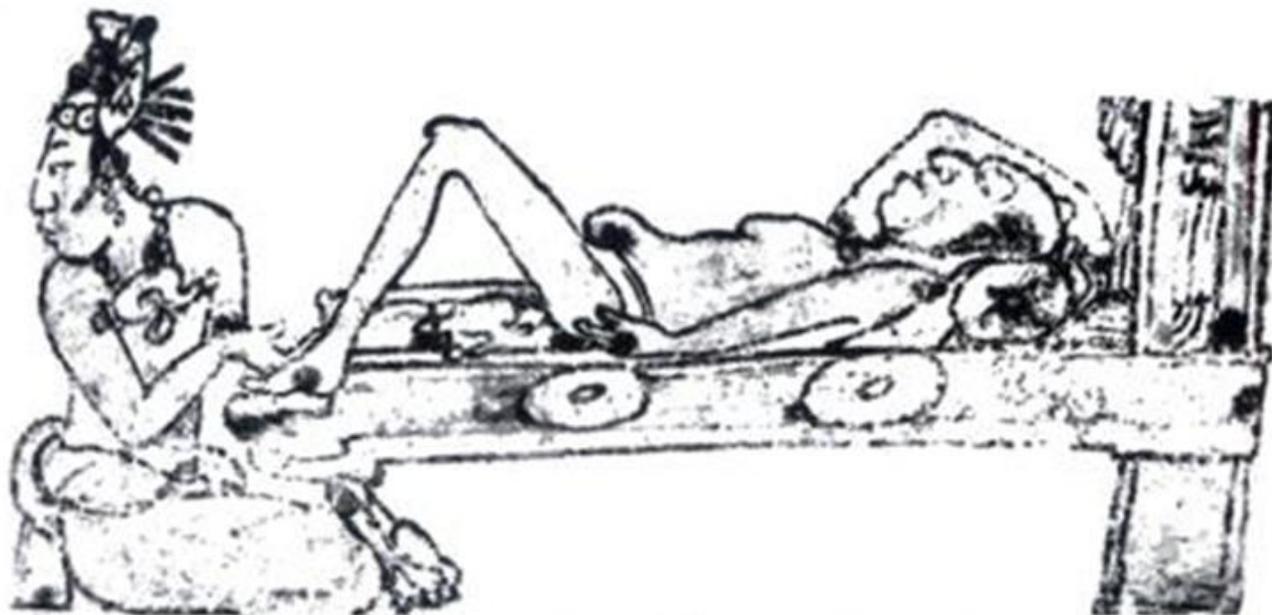
Terapia Reflexología

- Podemos citar sus orígenes en la antigüedad, existen referencias arqueológicas que tanto chinos, como persas, griegos y romanos han hecho uso de la reflexología para tratar sus dolencias



Terapia Reflexología

- Es un arte que comenzó hace aproximadamente cinco mil años en China y que forma parte de otras muchas culturas como son la egipcia, los hindúes, los pieles rojas, los mayas, los incas o los mapuches.



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



Terapia Reflexología



- En Europa, los primeros escritos sobre Reflexología datan del siglo XVI y los estudios modernos sobre esta terapia comenzaron en Occidente a principios del siglo XX con las publicaciones del doctor William Fitzgerald y de Eunice Ingham.

Terapia Reflexología



- Donde dividieron el cuerpo humano en diez zonas verticales, desde la cabeza hasta la punta de los dedos de los pies, y de la cabeza hasta la punta de los dedos de las manos, y comprobaron que tras ejercer presión en distintos puntos en ciertas zonas del cuerpo, se podía aliviar el dolor de otras áreas.

- ¿Cómo funciona la Reflexología?

Terapia Reflexología



- Dentro de nuestro cuerpo existen pequeñas partes donde se refleja todo nuestro organismo y a través de la estimulación de estas partes actuamos en forma refleja en las distintas partes de nuestro cuerpo equilibrando su estado energético y llevando la salud a él.

- Porque dentro de nuestro cuerpo existe:

Terapia Reflexología

- Un micros sistemas podemos mencionar:
- El pabellón auricular
- Las manos
- La cara
- Los pies



Terapia Reflexología



- La reflexología es una técnica natural que sostiene que el mapa de nuestro cuerpo –sistemas, órganos, glándulas, entre otros– tiene zonas de reflejo que los representa. Dichas zonas serían, principalmente, los pies, las manos, la nariz y las orejas. De ahí que a la reflexología también se la conozca como **terapia zonal**.

Terapia Reflexología



- Esta terapia se basa en la creencia de que su práctica tiene un efecto beneficioso sobre otras partes del cuerpo o que supone una mejora de la salud en general.

Terapia Reflexología



- Para comprender qué es la Reflexología y cómo funciona debemos saber que nuestro cuerpo es un reflejo microcósmico del universo, como cualquier otro ente, animado o inanimado de este universo, nosotros, los seres humanos, estamos sujetos a las leyes universales

Terapia Reflexología

- Que estamos sujetos a los cambios climáticos, a los cambios cósmicos, a los movimientos que se producen diariamente en la tierra y en el cosmos.



Terapia Reflexología



- Y que debemos desarrollar la capacidad de adaptarnos a los constantes cambios que se producen, adaptarnos al día, a la noche, a las estaciones del año.
- Y en algún momento perdemos la capacidad de adaptación se producirá seguramente un desequilibrio energético que con el tiempo se reflejará en alguna patología.

- Podemos decir que:

Terapia Reflexología



- "El todo está representado en sus partes", es decir, que nuestro cuerpo es una micro representación del universo y a su vez, dentro de él, existen microsistemas que lo representan.

- Dentro de estos micros sistemas podemos mencionar:



- Tipos de reflexología

Terapia Reflexología



- 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).

flexología



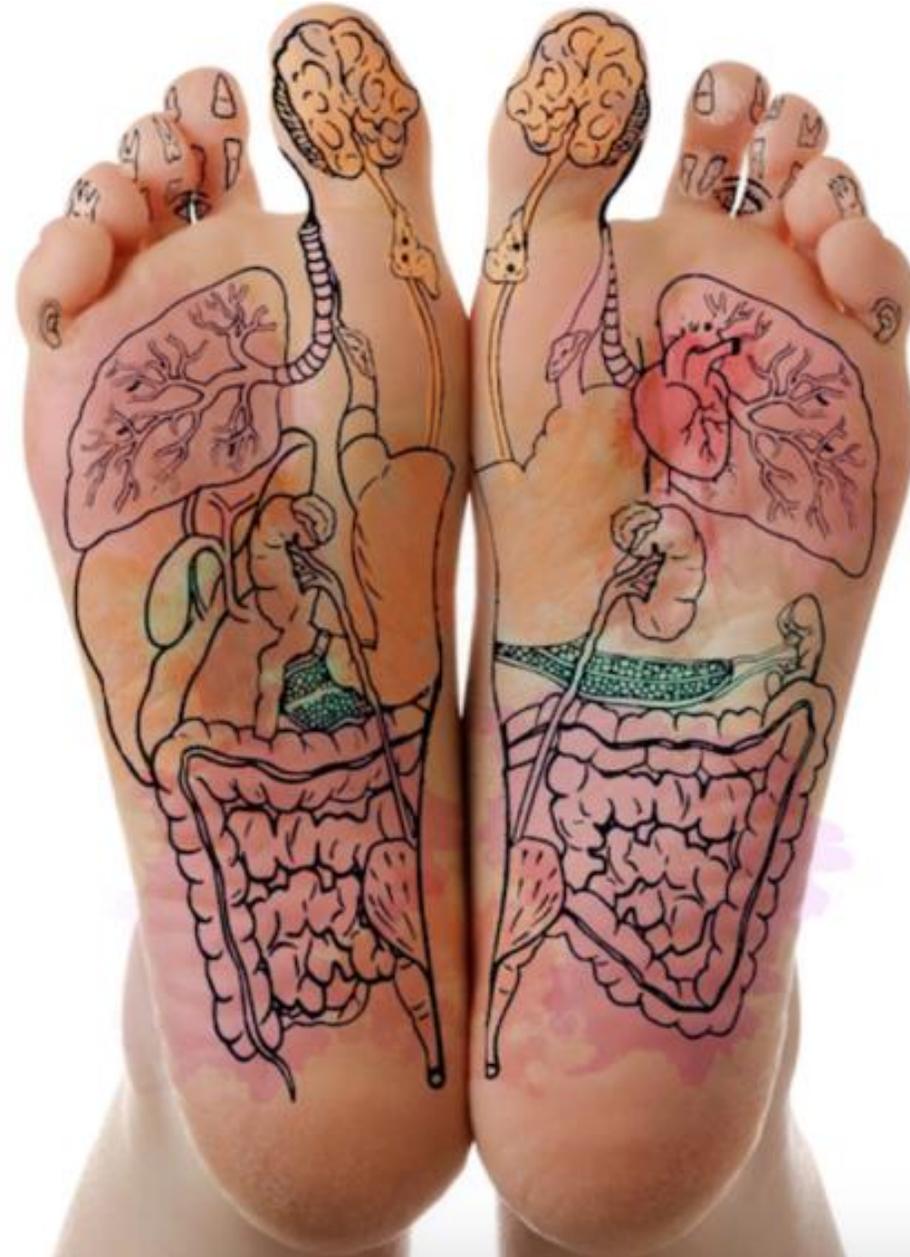
Terapia Reflexología

- Terapia complementaria y natural cuyo objetivo es estimular mediante el masaje las zonas reflejas de los pies que están conectadas con las partes del organismo a las cuales representan con el propósito de calmar ciertos males y tensiones



Terapia Reflexología

- Este lazo se da a través de más de siete mil terminaciones nerviosas ubicadas tanto en la planta del pie como en la parte del empeine. Estas zonas, que representan todos los órganos del cuerpo

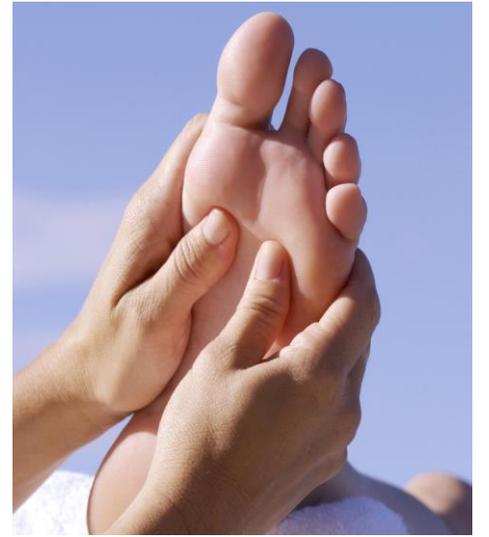


Terapia Reflexología

- Al ser estimuladas manualmente logran calmar el dolor, facilitar la eliminación de toxinas, así como prevenir ciertas enfermedades y disturbios de la salud

- Es importante saber que....

Terapia Reflexología



- La terapia no es recomendable después de comer o en caso de tener una herida en los pies, problemas venosos importantes, embarazo o enfermedades cardiovasculares.

- La planta de los pies, según la reflexología

Terapia Reflexología

- Para trabajar los diferentes puntos y siempre considerando a la persona íntegramente, es decir como la unión del cuerpo y el espíritu, el terapeuta utilizará sólo sus manos.



Terapia Reflexología

- De acuerdo con María Elena Schiariti, reflexóloga argentina, "las sesiones duran una hora. Los primeros 20 minutos se destinan a que la persona que recurre a la reflexología nos cuente qué le pasa, qué siente y cuáles son las razones que la impulsaron a consultar.

Terapia Reflexología

- Luego hay **40 minutos de masajes**, 20 para cada pie. La idea es poder determinar el grado de registro que cada persona tiene de sus propias contingencias, ya que mientras muchos llegan con un síntoma o tema puntual como por ejemplo dolores de cabeza o de estómago

- Beneficios de la reflexología podal

Terapia Reflexología

- Los pies son una zona que frecuentemente olvidamos y maltratamos, por lo que los masajes producen relajación en la zona.
- Alivio del estrés. El masaje ayuda a liberarnos de las tensiones, aflojar las contracturas y ansiedades que se generan con el ajetreo del día a día.
- Se produce una activación de la circulación sanguínea en el cuerpo.

- ¿Que se puede curar con la reflexologia?

Terapia Reflexología

- Dolor de espalda, de cabeza (incluidas las migrañas), de tórax y de cuello
- Estreñimientos y gastritis
- Dolores menstruales en la mujer
- Diabetes mellitus
- Alteraciones respiratorias, como el asma
- Lesiones articulares como luxación, esguince, contusión

Bibliografía

- <https://www.fisioterapia-online.com/articulos/tratamiento-de-reflexologia-podal-beneficios-indicaciones-y-efectos>
- <https://www.salud180.com/salud-z/reflexologia-la-terapia-natural-contra-el-estres>
- <https://www.webconsultas.com/belleza-y-bienestar/terapias-alternativas/reflexologia-2771>
- <https://www.efisioterapia.net/articulos/reflexologia-podal-un-enfoque-la-fisioterapia>
- <https://www.fisioterapia-online.com/articulos/tratamiento-de-reflexologia-podal-beneficios-indicaciones-y-efectos>