

# **Universidad del Sureste**

## **Escuela de Medicina**

**Materia:**

**INTERCULTURALIDAD Y SALUD II**

**Reporte de lectura**

**Terapia Reflexología**

**Docente:**

**Sergio Jiménez Ruiz**

**Alumno:**

**Oswaldo Morales Julián**

**2- "B"**

**Lugar y fecha**

**Comitán de Domínguez Chiapas a 18/06/2020.**

# Reflexología

La reflexología es una terapia natural que aspira a promover el restablecimiento del equilibrio energético del organismo. Esta especialidad terapéutica se basa en tres principios fundamentales

1: Hay áreas de los pies y de las manos en las que se refleja todo el organismo

2: El estado en el que se encuentran estas áreas reflejas expresa el estado y el grado mayor menor de desequilibrio en el que se encuentran los órganos o partes del cuerpo allí representados.

3: El estímulo de esta área mediante técnicas manuales determinadas afecta a los órganos y partes del cuerpo que allí se reflejan y facilita sus movimientos y movilización en la búsqueda del equilibrio.

La reflexología es una terapia natural que se basa en el estímulo de las áreas reflejas en los pies y en las manos con el objetivo de facilitar al organismo su proceso de homeostasis.

Y la reflexología holística agrega a dos principios fundamentales:

4. Ambos pies reflejan a la totalidad y representan

tanto el aspecto físico como el estado emocional.

5. la combinación de las técnicas manuales con técnicas verbales de acompañamiento facilitan el riesgo personal de procesos terapéuticos y acelera e incrementa los resultados.

6. las técnicas verbales refieren tanto a la toma de conciencia del proceso terapéutico como a la decodificación de los mensajes corporales.

La reflexología es una terapia natural de abordaje psico corporal que se basa en el estímulo manual en pies y manos y en la aplicación de técnicas verbales.

También es una ciencia y arte ya que como ciencia posee un conjunto de conocimientos, metodología, técnicas y resultados que pueden comprobarse por medio de comparaciones y estadísticas.

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

habilidad para efectuar la presión necesaria en las áreas reflejas que así lo requieran. La reflexología puede aplicarse de manera sistemática con la idea de aliviar una determinada dolencia.

La reflexología sistemática se basa en el estímulo manual de las áreas reflejas de pies y las manos con el objetivo de puntual de aliviar un síntoma que se represente en un momento determinado.

La reflexología holística consiste en:

- El estímulo manual de las áreas reflejas de los pies.

- Estimulación o estímulo verbal por medio de preguntas, señalamientos, observación o descripciones que tienen como objetivo principal el de propiciar una apertura.

Un reflejo es una 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 fuera estimulada.

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.

## REFERENCIAS:

[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](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)

<https://www.webconsultas.com/belleza-y-bienestar/terapias-alternativas/reflexologia-2771>