



Universidad del Sureste

Licenciatura en Medicina Humana

Materia: Interculturalidad y salud II

Actividad: “Reflexología”

Docente: Sergio Ruiz Jiménez

Alumno(s): Minerva Reveles Avalos

Semestre y grupo: 2”B”

Comitán de Domínguez, Chiapas a; de Junio de 2020.

Reflexología

Las series humanas, desde el nacimiento cada célula del cuerpo se defiende eficaz y constantemente de microbios y agentes infecciosos que intentan desestabilizar al organismo.

El sistema inmunológico posee anticuerpos de diferente calidad y función, que se ocupan de preservar la salud del cuerpo.

Un sistema de defensas pobre en recursos hace que la persona sea propensa a enfermarse habitualmente de múltiples y variados desórdenes.

La reflexología holística es una terapia natural de abordaje psicocorporal que se basa en el estímulo manual de las áreas reflejas en pies y manos y en la aplicación de técnicas verbales que facilitan la toma de conciencia del proceso terapéutico.

Es una ciencia y un arte, como ciencia, posee un conjunto de conocimientos metodológicos y técnicos 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 en las áreas reflejas que así lo requieran.

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.

Un reflejo es la respuesta rápida de estructuras biológicas a un estímulo determinado, fuera de control de la voluntad. Esta respuesta tiene lugar en el 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 conectada 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 como el mental y emocional de la persona y 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.

El sistema nervioso coordina y regula la comunicación de las distintas estructuras y funciones del organismo y permite la aparición de múltiples reacciones reflejas en nuestro cuerpo.

Los pies poseen en la corteza cerebral un área de proyección refleja considerablemente más grandes que otras partes del cuerpo, y por otra parte, en cada pie hay más de 7 mil terminaciones nerviosas con extensas interconexiones a través de la médula espinal y el cerebro.

Los órganos que poseen más cantidad de vías nerviosas tienen más posibilidades de ser afectados al trabajar los áreas reflejas, por ejemplo el corazón.

El sistema nervioso no es el único responsable de la transmisión de estos mensajes. El recorrido del estímulo se realiza a través de canales de circulación energética reconocidos por la medicina tradicional china. Por estos canales o meridianos viaja la energía para impregnar cada célula de nuestro organismo.

Todas las reflexoterapias se basan en el estímulo de centros de reflejos como: la acupuntura, auriculoterapia, dígito-puntura, mano-puntura, reflexoterapia verbal, reflexología de los pies.

Los alcances de la reflexología holística: estimula el desbloqueo energético, favorece

la relajación y alivia el estrés estimula los impulsos nerviosos la circulación sanguínea y la acción del sistema inmunológico. Despierta los mecanismos naturales de depuración entre otros. La reflexología a través de su acción bloquea a la puerta del bloqueo proponiéndole una movilización. La profunda relajación que provoca esta terapia estimula la producción de endorfinas.

El estímulo mecánico que se realiza al movilizar y presionar las terminales nerviosas de los pies favorece y propicia una mayor comunicación neuronal.

La reflexología promueve mecanismos de limpieza en el organismo por las vías naturales de eliminación. Se desechan toxinas y en el plano anímico se expresan emociones guardadas. Esto permite que la naturaleza encuentre el camino libre para lograr la homeostasis.

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 algún tipo de desorden o desequilibrio en los órganos que ellas reflejan.

Bibliografía

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