



Reflexología podal

Reflexoterapia podal

Interculturalidad y salud II

Nadia Jazmin Albores Perez

¿Qué es?

- Es una técnica de terapia cuya finalidad es tratar aquellos puntos dolorosos detectados previamente
- La reflexología es una terapia con origen en China
- Pies de BUDA
- RELACION DIRECTA PIES Y ORGANOS (El Dr. W. Fitzgerald)
- tradicional de Ingham
- la holística y multidimensional
- la reflexología Morrell
- La terapia refleja de zona





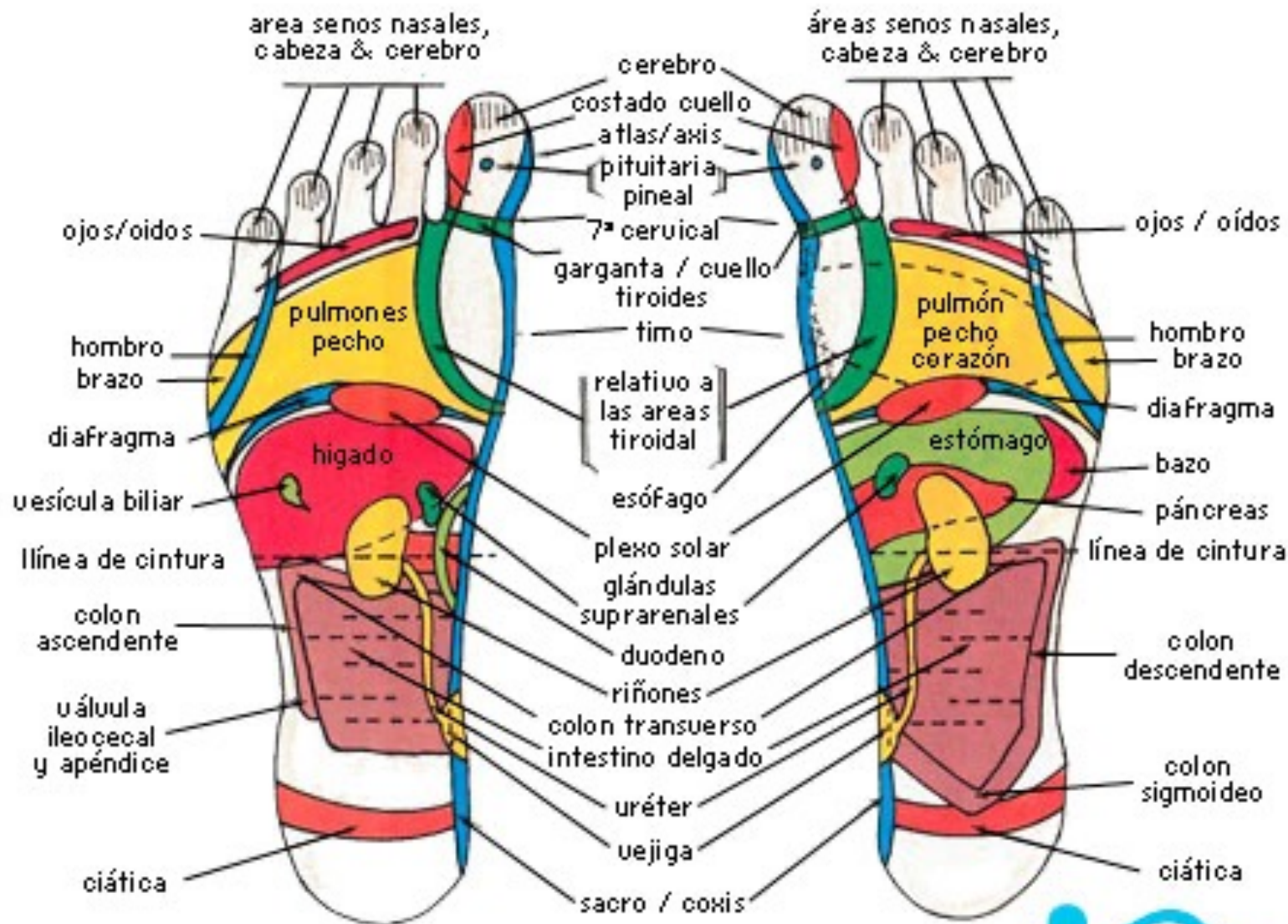
La reflexología tiene influencia sobre todos los sistemas y órganos del cuerpo humano desde tres puntos de vista distintos:

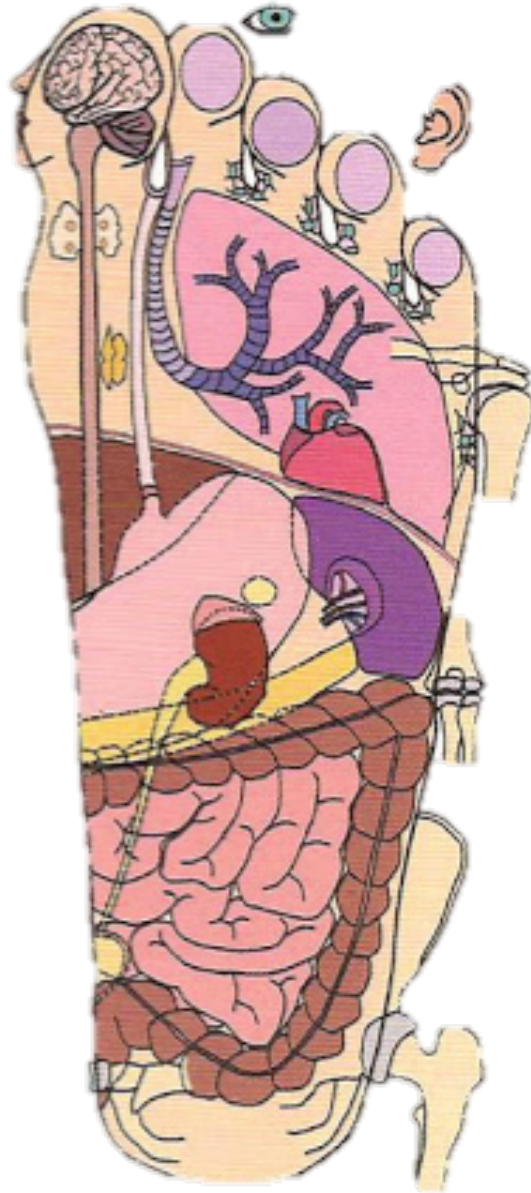
- **Físico:** mediante un desbloqueo, estimulando y mejorando la circulación.
- **Mental:** el contacto físico tiene un efecto terapéutico en el cuerpo.
- **Emocional:** disminuye el dolor y produce relajación corporal.

MAPA DE ZONAS REFLEJAS DEL PIE

Planta derecha

Planta izquierda





Tratamiento

- Se realizan de dos a tres veces por semana, durante un intervalo de tiempo de 20 a 35 minutos, seguidas de un período de reposo de cómo mínimo 20 minutos
- Su finalidad terapeutica no es solo aliviar o curar dolencias tambien prevenir y evitar futuras enfermedades.
- Se considera que la aplicación de una presión sobre distintos puntos de los pies mejora el flujo sanguíneo y los impulsos nerviosos y conduce a una liberación de toxinas y endorfinas, lo que facilita una potenciación de la función nerviosa y crea una sensación de bienestar.

BIBLIOGRAFIA

(Ortiz, 2005)

Bibliografía

Ortiz, P. S. (septiembre de 2005). *elsevier.es*. Obtenido de elsevier : <https://www.elsevier.es/es-revista-farmacia-profesional-3-articulo-reflexologia-podal-13078717>