



**Nombre del alumno: Brissa del Mar
Antonio Santos**

**Nombre del profesor: Sergio Jiménez
Ruiz**

**Nombre del trabajo: Reporte de
lectura**

Materia: Interculturalidad y salud II

Grado: Segundo semestre

Grupo: B

Comitán de Domínguez Chiapas a 1 de Marzo del 2021

Reflexología

La reflexoterapia podal (RTP) es una técnica de terapia la cual es, la finalidad es tratar puntos dolorosos detectados ya previamente. Una segunda finalidad es relacionar estos puntos con una enfermedad o dolencia.

Un médico aplica esta técnica mientras realica la historia clínica del paciente haciendo una exploración del pie que le orienta al diagnóstico del paciente. Al paciente se le puede enseñar a que el mismo practique o algún otro familiar RTP en aquellos puntos doloros el cual el - Microespecialista a detectado.

En diversas ocasiones los propios familiares encuentran un beneficio al poder hacer algo que se dan cuenta que tiene cierto efecto positivo.

Es llamado reflexología es una terapia la cual es de origen china el primer registro de esta fue en egipto. Se puede encontrar los pies de Brda mostrando puntos de reflexología. El Dr. W. Fitzgerald la introdujo en el mundo occidental a principios del siglo XX al ver que al aplicar presión sobre los pies y manos

Daban lugar a ciertos efectos analgésicos en otras áreas del cuerpo. Dijo que existen una relación directa entre las diferentes áreas del cuerpo y el pie. Se han expuesto diferentes mapas del pie y los órganos del cuerpo. Ingham avanzó en esta idea dibujando zonas reflejas del pie. Se han propuesto diferentes tipos de reflexología tradicional de Ingham, la holística y multidimensional, la reflexología de Morrel o la terapia refleja de la zona, etc.

Se considera que al aplicar una presión sobre distintos puntos de los pies mejora el flujo sanguíneo, los impulsos nerviosos y conduce una liberación de serotonina y endorfinas, lo cual facilita una potenciación de la función nerviosa y crea una sensación de bienestar.

Desde tres puntos de vista distintos, la reflexología tiene influencia sobre todos los sistemas y órganos del cuerpo humano desde tres puntos de vista diferentes.

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.

Las áreas más sensibles y dolorosas señalan bloqueo de energía y desequilibrio, lo cual se debe a un depósito de cristales de calcio y de ácido úrico que pueden ser rotos durante la sesión de reftología y absorbidos y posteriormente eliminados, mejorando así la circulación de energía en el cuerpo. Dicho proceso se relaciona con la desintoxicación y puede producir ciertos síntomas los cuales dependen de la localización de las toxinas. Esta liberación mejora los síntomas de los enfriamientos y la gripe y en el estómago reduce los síntomas de la diarrea.

Definición

La RTP se centra en masajear con la punta de los pulgares los puntos o zona que el paciente dijo como dolorosas. Su finalidad es terapéutica en cuanto a que podemos no solo aliviar o curar muchas dolencias, sino también prevenir o evitar la aparición de futuras enfermedades.

El tratamiento reflejo en los pies se basa en un masaje de conas en puntos detectados. Junto con un masaje adecuado, conseguimos que estos puntos se vayan haciendo menos dolorosos. Cuanto menor sea la superficie de presión del pulgar mayor será el efecto.

Cuando sobreviene un dolor intenso esto podemos aliviarlo presionando la zona refleja correspondiente en los pies. Suele bastar con unos segundos de presión intensa para que el dolor disminuya. Su finalidad es más sintomática que propiamente terapéutica.

Referencias

PABLO SAZ, M. O. (2005). Reflexología podal. *ELSEVIER* , 69-73 .