



Universidad del sureste

Interculturalidad medica II

Asesor: Doctora Magali Guadalupe Escarpulli Siu

**Investigación “concepto, origen y práctica de la
reflexología y terapia holística”**

Alumno: Noé Agustín Nájera Zambrano

Medicina humana

la reflexoterapia podal (RTP) es una técnica de terapia cuya finalidad es tratar aquellos puntos dolorosos detectados previamente.

Una segunda finalidad es relacionar estos puntos con una enfermedad o dolencia.

El médico puede aplicar esta técnica de masaje mientras realiza la historia clínica del paciente, haciendo una exploración del pie que le orientará en el diagnóstico del paciente. No se trata de dejar de lado las exploraciones habituales, sino de poder manejar otra herramienta orientadora. Al paciente se le puede invitar a que la practique él mismo o algún familiar RTP en aquellos puntos dolorosos que el especialista ha detectado. En muchas ocasiones son los propios familiares los que encuentran un beneficio al poder hacer algo que se dan cuenta que tiene un efecto positivo sobre su familiar.

Origen y fundamento

La reflexología es una terapia con origen en China, alrededor del año 4000 a.C. El primer registro histórico data del año 2330 a.C. en Egipto. Se pueden encontrar impresiones de los pies de Buda mostrando puntos de reflexología de los años 500 a 400 a.C. en los templos cercanos Kusinara (China) y en el monasterio de Tientai, cerca de Pekín. El Dr. W. Fitzgerald la introdujo en el mundo occidental a principios del siglo XX, al observar que la aplicación de presión en determinadas áreas de pies y manos daba lugar a efectos anestésicos en otras áreas del cuerpo. Propuso que existe una relación directa entre las diferentes áreas del pie y los órganos del cuerpo. Ingham avanzó en esta idea, dibujando las zonas reflejas en el pie que corresponden con cada parte anatómica del mismo. Se han propuesto diferentes mapas del pie, lo que ha desarrollado diferentes escuelas de reflexología, como la de reflexología tradicional de Ingham, la holística y multidimensional, la reflexología Morrell o la terapia refleja de zona, entre otras.

Definición

La RTP consiste en masajear con la punta de los pulgares los puntos o zonas que el paciente percibió como dolorosos cuando se le exploraron los pies. Su finalidad es terapéutica y profiláctica, en cuanto a que podemos no sólo aliviar o curar muchas dolencias, sino también prevenir un progresivo empeoramiento o evitar la aparición de futuras enfermedades que se manifiesten previamente en los pies.

Tratamiento

Las sesiones de RTP 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. El progreso del paciente debe ser revisado en cada visita. Se trata de una parte de un tratamiento global, en el que se incluirán instrucciones prácticas que el paciente sea capaz de seguir, como ejercicios sencillos, técnicas de respiración, consejos dietéticos, etc.

Terapia holística

Holístico deriva del griego holos, que significa 'completo, entero'. Las terapias holísticas son todas aquellas terapias alternativas en las que se busca estimular el poder de sanación natural del organismo. En la terapia holística se considera al ser humano como una unidad del cuerpo, mente y espíritu, trata al paciente en su conjunto, a diferencia de la medicina tradicional que se ocupa únicamente de la parte física, sin contemplar que lo que pasa en el cuerpo repercute a la mente y viceversa.

Tipos de terapias holísticas

- Acupuntura
- Moxibustión
- Auriculoterapia
- Reflexología Podal
- Masaje Holístico
- Naturopatía - Iridología
- Psicoterapia Holística

Clasificación de las terapias holísticas

- Terapia Holística: Son todas aquellas que actúan induciendo los poderes de auto sanación del individuo, se considera al ser humano como una unidad: cuerpo, mente y espíritu. Dentro de las terapias holísticas se encuentran algunas muy populares y efectivas como la Acupuntura, Moxibustión, Auriculoterapia y Reflexología Podal.
- Terapia energética: Algunas terapias de este tipo son a la vez terapias holísticas. Aquí se trabaja sobre el comportamiento de la energía Universal. La medicina tradicional China es la madre de todas las terapias energéticas, y como en todas ellas se parte de la afirmación de la existencia de una energía vital que fluye en todos los lugares, incluyendo en el interior de nuestro cuerpo, la energía. Acupuntura, *Terapia con imanes y reequilibrado de chackas, serían algunas de las terapias energéticas.
- Terapias mente-cuerpo: Estas prácticas buscan la integración e interacción entre la mente y el cuerpo, logrando así la salud física y emocional. Se destacan disciplinas como el Yoga, el Ayurveda y Tai Chi.
- Métodos de manipulación corporal: Toda aquella terapia alternativa que se fundamente en la manipulación del cuerpo. El ejemplo más representativo son

los masajes terapéuticos, masajes con ventosas, masajes con pindas, y la Reflexología Podal

- Terapias biológicas: Son todas aquellas que utilizan algún componente natural. Principalmente la Fitoterapia y el uso de plantas medicinales, también el uso de la alimentación para mejorar la salud en general y cada patología en particular. Remedios caseros y cualquier método médico o sanitario en el que se utilice algún elemento de la naturaleza (jarabes, zumos, infusiones, fangos, plastes).