



Mi Universidad

Tríptico

Nombre del Alumno: Hogla Rubí Sangeado Domínguez

Nombre del tema: Reflexología Podal

Parcial: 4 Parcial

Nombre de la Materia: Medicina Alternativa

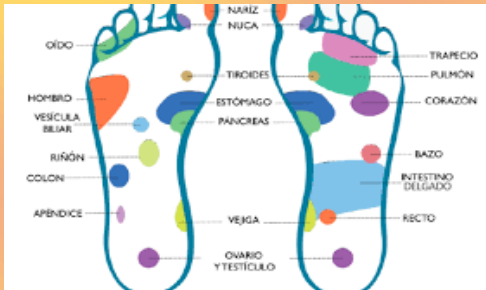
Nombre del profesor: L.E.Q. Cecilia De La Cruz Sánchez

Nombre de la Licenciatura: Lic. Enfermería

Cuatrimestre: 8vo Cuatrimestre

DIFERENCIA ENTRE REFLEXOLOGÍA PODAL Y MASAJE DE PIES

- Es un masaje de pies podremos sentir lo mismo que en un tratamiento de reflexología podal, en la reflexoterapia se trabajarán áreas para promover una respuesta de curación en los órganos correspondientes.
- En cambio, cuando nos realizan un masaje de pies nos manipularán los músculos y otros tejidos blandos para mejorar la circulación. Aliviar el dolor y curar las lesiones en el área o para inducir la relajación general.



PUNTOS DE PRESIÓN EN REFLEXOLOGÍA PODAL

- Las puntas de los dedos reflejan la cabeza.
- El corazón y el pecho están en la parte inferior del antepié.
- El hígado, el páncreas y el riñón se encuentran en el puente del pie.
- La parte baja de la espalda y los intestinos se reflejan en el talón.

Según los reflexólogos, la presión sobre los puntos reflejos también ayuda a equilibrar el sistema nervioso y a estimular la liberación de endorfinas que ayudan a reducir el dolor y el estrés.



CONTRAINDICACIONES

Debemos de tener en cuenta que la reflexología podal no está exenta de contraindicaciones, las cuales debemos valorar antes de realizar el tratamiento:

- Procesos agudos de fiebre.
- Osteoporosis del pie o de la pierna.
- Enfermedades isquémicas del corazón (angina de pecho, infarto de miocardio).
- Embarazos de riesgo.
- Infecciones agudas en general.

Los buenos resultados de la reflexología podal y la escasez de efectos secundarios hacen que hoy en día sea aplicada con más frecuencia por los profesionales sanitarios de la medicina convencional, entre ellos enfermeros y fisioterapeutas.



REFERENCIAS

<https://www.trucosnaturales.com/que-es-la-reflexologia-podal/>