



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**Licenciatura**  
Medicina Humana

**Materia**  
Interculturalidad y salud II

**Docente**  
Dra. Saraí García Juárez

**Trabajo**  
Infografía sobre reflexología

**Estudiante**  
Kevin Jahir Kraul Borrallés

**Grado y grupo**  
2 semestre  
Grupo "B"

4to parcial  
Tapachula, Chiapas  
26 de junio de 2023



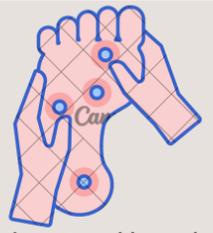


# REFLEXOLOGÍA

Elaborado por: Kevin Jahir Kraul Borralles

Datos Generales acerca de la reflexología

## Definición



La reflexología es una terapia alternativa que se basa en la idea de que hay áreas reflejas en los pies, manos y orejas que corresponden a diferentes partes del cuerpo. Al aplicar presión en estas zonas, se cree que se pueden aliviar dolores, mejorar la circulación y promover la relajación.

Además la reflexología es una terapia natural basada en la idea de que existen puntos reflejos en los pies, las manos y las orejas que se corresponden con todas las partes y órganos del cuerpo. Al aplicar presión en estos puntos, se estimula la capacidad de autorregulación del cuerpo, promoviendo la salud y el bienestar.

## Asociación entre reflexología, dermatomas y homúnculo de Penfield:



Los dermatomas son áreas de la piel inervadas por diferentes nervios espinales. El homúnculo de Penfield es una representación del cuerpo humano en el cerebro. Existe una teoría que sugiere que las zonas reflejas en los pies, manos y orejas de la reflexología están conectadas con los dermatomas y el homúnculo de Penfield, lo que explicaría la relación entre la estimulación de estas zonas y la respuesta en otras partes del cuerpo.

## Dolor referido

El dolor referido es una sensación de dolor percibida en una parte del cuerpo que no es la ubicación real del problema. En el contexto de la reflexología, se cree que la estimulación de ciertas zonas reflejas puede aliviar el dolor referido en otras partes del cuerpo.

## Tipos de reflexología

Existen diferentes tipos de reflexología, entre ellos:

- Reflexología podal: se enfoca en los pies.
- Reflexología de manos: se concentra en las manos y dedos.
- Reflexología auricular: se centra en los puntos reflejos del oído externo.
- Reflexología facial: se centra en el rostro y la cabeza.



## Beneficios de la reflexología.

La reflexología se ha asociado con varios beneficios potenciales, que incluyen:

- Alivio del estrés y la ansiedad.
- Mejora de la circulación sanguínea.
- Alivio del dolor y la tensión muscular.
- Promoción de la relajación profunda.
- Estimulación del sistema inmunológico.



## Contraindicaciones de la reflexología



La reflexología posee contraindicaciones que no deben pasarse por alto al momento de ser aplicada entre ellas se encuentran las enfermedades agudas o crónicas, en el caso de las mujeres si se encuentran en su periodo menstrual no se debe actuar sobre el aparato genital femenino, durante el embarazo no se debe aplicar si es un embarazo de alto riesgo que pueda generar un aborto o partos prematuros.