



Mapa Conceptual

Nombre del alumno: Jhonatan Noe Herrera Santiago

Temas: Reflexología y Vudú

parcial: 4

Nombre de la materia: interculturalidad y salud II

Catedrático: PSC Andrea Zuleyma Dominguez Cruz

Licenciatura: Medicina Humana

Grado: 2

REFLEXOLOGIA



¿QUE ES?

Técnica que consiste en aplicar presión en áreas concretas de los pies y las manos buscando relajar y aliviar el estrés del paciente.



TIPOS



REFLEXOLOGIA PODAL

Los puntos de presión son el reflejo de otras partes del cuerpo. ya que la aplicación de presión en estos puntos ayuda a la relajación de otros músculos y reducción del estrés y a la liberación de toxinas.

Esta técnica divide el pie en 3 partes y las relaciona con diferentes partes del cuerpo

1ª línea transversal del pie (pasa sobre las bases de los dedos del pie): corresponde a los órganos de la cabeza, cuello y nuca

2ª línea transversal del pie (incluye la bóveda plantar): corresponde a los órganos del tórax y abdomen superior, así como el brazo hasta el codo

3ª línea transversal del pie (incluye el resto del pie): corresponde a la parte inferior del área 2 hasta la pelvis

REFLEXOLOGIA DE MANOS



Aunque la reflexología podal sea la más popular, existe su hermana pequeña, con cada vez más popularidad: la reflexología de manos. Esta técnica es altamente efectiva

las manos están llenas de terminaciones nerviosas. Aplicando presión sobre ellas podemos relajar otras partes del cuerpo y eliminar toxinas de forma natural

REFLEXOLOGIA FACIAL



La reflexología facial es quizá la menos utilizada pero hay que reconocer que tiene un gran uso en tratamientos cosméticos, ya que al estimular los puntos de presión de la cara conseguimos tensionar los músculos faciales y eliminar las líneas de expresión

cada parte de la cara está relacionada con una parte del cuerpo y que, aplicando presión en ella, podemos relajar la parte relacionada. Además, se cree que es incluso más eficiente debido a la proximidad de las terminaciones nerviosas con el cerebro

CONTRAINDICACIONES

No es muy buena idea aplicarlo en:

- Procesos severos de fiebre y malestar general
- Infecciones en las partes a tratar
- Embarazos de riesgo
- Osteoporosis de la pierna o el pie
- Enfermedades del corazón como angina de pecho, infartos, etc.

BENEFICIOS

- Alivio del dolor muscular
- Alivio de migrañas
- Mejora la calidad del sueño
- Reduce el dolor menstrual
- Mejora circulación sanguínea y linfática
- Reduce la ansiedad y el estrés





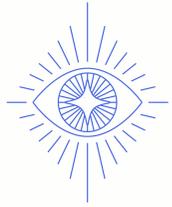
VUDÚ



¿QUE ES?

La palabra vudú proviene del término, "Vodoun" y hace referencia a un grupo de divinidades y espíritus de la naturaleza como el agua y la tierra. Los cultos que siguen esta religión en las poblaciones del África Occidental, son los fon, gun y los ewe,

El vudú es un cuerpo de creencias y prácticas religiosas que incluyen fetichismo, culto a las serpientes, sacrificios rituales y empleo del trance como medio de comunicación con sus deidades, procedente de África y corriente entre los negros de las Indias Occidentales y sur de los Estados Unidos de América.



PRACTICAS

El vudú se centra en la veneración de los loa, espíritus o deidades que actúan como intermediarios entre el Dios supremo (Bondye en Haití) y los humanos.

Las ceremonias vudú pueden incluir música, danza, cantos, sacrificios de animales (a menudo simbólicos), y la posesión por parte de los loa.

La adivinación es una práctica común en el vudú, utilizada para obtener orientación espiritual, predecir el futuro o comprender situaciones complejas. Los métodos de adivinación pueden variar, incluyendo la lectura de hojas de palma, el uso de conchas o huesos, entre otros



RELEVANCIA CON LA SALUD

La medicina tradicional forma parte integral de algunas prácticas vudú, utilizando hierbas, remedios naturales y rituales para tratar enfermedades y dolencias.

Los sacerdotes y sacerdotisas vudú a menudo desempeñan un papel importante en la curación

Si bien el vudú no se reduce a la magia, algunos practicantes utilizan hechizos y rituales para diversos propósitos, incluyendo la protección, el amor, la buena suerte o la curación.





REFERENCIAS



<https://fisiob.com/es/reflexologia/>

<https://mundocancer.org/reflexologia-toques-en-los-pies-que-llegan-al-alma/>

<https://dle.rae.es/vud%C3%BA>

<https://www.fundacionunam.org.mx/pumarte/vudu-misticismo-tradicion-y-magia/>

<https://richeskarayib.com/es/descubre-la-enigmatica-cultura-vudu-de-haiti-historia-y-practicas/>

