

Unidad Temática II

- **Tema 4: REFLEXOLOGÍA PODAL: Concepto. Técnica. Mapas de las zonas de reflejo. Desarrollo de una sesión de reflexología**

REFLEXOLOGÍA PODAL

- ***MASAJE EN ZONAS PRECISAS DEL PIE A TRAVÉS DE ESTIMULACIONES Y PRESIONES***

Reflexoterapia podal

ARCO REFLEJO I

- **Aparato Receptor**

- **Receptores**

- Exteroceptores (piel)
 - Propioceptores (cápsula articular, músculos)
 - Teleceptores (auditivos, visuales)
 - Interoceptores (órganos, vasos sanguíneos)

- **Fibras aferentes**

- Receptor  S.N.C.

Reflexoterapia podal

ARCO REFLEJO II

- **Centro nervioso**

- **Medula espinal**

Asta posterior → Neuronas sensitivas

Asta anterior → Neuronas motoras

A. intermedio-lateral → Neuronas Vegetativas

- **Centros Superiores**

Reflexoterapia podal

ARCO REFLEJO III

- **Efector**
 - Reflejo visceromotor
 - Reflejo viscerocutáneo
 - Reflejo viscerovisceral
 - Reflejo cutáneovisceral

Reflexoterapia podal

ZONAS REFLEJAS

- **ZONAS DE HEAD**

- Área cutánea donde se refleja el dolor a raíz de un órgano enfermo

- **ZONAS DE MACKENZIE**

- Área o región muscular hipertónica o sensible que está relacionada con un órgano enfermo

Reflexoterapia podal

HISTORIA

- **China, Egipto, India y Japón**
 - En Egipto, en la mastaba de Ankmahor en Sakkarah, se encontró esta pintura que data del año 2330 a.C., en la que se representan unos hombres masajeando pies y manos a otros, leyéndose en los jeroglíficos: "No me hagas sufrir", mientras que quien masajea contesta: "Agradecerás mis acciones". (www.axionpc.com/reflexologia/)
-

Reflexoterapia podal

HISTORIA

- **Indios CHEROKEES:**
presiones pies
- **1915 William Fitzgerald**
(1872-1942) (MÉDICO)
 - EEUU
 - Teoría de la terapia por zonas
 - **Cuerpo dividido**
desde la cabeza a los
dedos de los pies y
desde los hombros a
las manos en 10
zonas verticales (5 a
los dedos de la mano
y 5 a los dedos del
pie)

Reflexoterapia podal

HISTORIA

- **1930 Eunice Ingham**
Fisioterapeuta/enfermera/masajista?)
 - Reflexología
 - Mapas cartográficos del pie

Reflexoterapia podal

HISTORIA

- **1930 Eunice Ingham**
(Fisioterapeuta?)
 - Reflexología
 - Mapas cartográficos del pie

Reflexoterapia podal

HIPÓTESIS

- **De la Energía**
 - Energía vital
 - Bloqueos
- **Del Ácido Láctico**
 - Depositado pies y manos
- **Receptores Nerviosos Emisores**
 - 70.000 terminaciones nerviosas en el pie
 - Capaces de enviar impulsos a cualquier parte del cuerpo
- **Efecto Relajante**
 - Problemas de salud pueden aparecer debido a estados de tensión

Reflexoterapia podal

VENTAJAS

- **Método sencillo**
- **Inocuo**
- **Método diagnóstico y terapéutico**
- **Fácil práctica (zonas y puntos de presión)**
- **Autosesiones**

Reflexoterapia podal

CONDICIONES UNA SESIÓN

- **Sala**
- **Ambiente**
 - tranquilo, t^a, música, etc,
- **Terapeuta**
 - Formación
 - Control reacciones paciente
 - Dedo pulgar
- **Paciente**
 - Cómodo
 - Camilla, ligeramente incorporado
 - Pies
 - No medios deslizantes

Reflexoterapia podal

Eventuales reacciones paciente

- **Relajación y cansancio (liberación sustancias tóxicas)**
- **Necesidad de orinas, defecar, hipersudoración, desasosiego, suspiros, etc.**
- **Trastornos del sueño, poliuria, diarreas, dolor órgano afectado**

Reflexoterapia podal

Manipulaciones básicas

- Destinadas a la exploración de puntos o zonas
- Dirigidas al tratamiento
- Sedantes de un dolor agudo en el cuerpo

Reflexoterapia podal

Indicaciones

- Dolores viscerales (cólicos)
- Estreñimiento
- Dolores aparato locomotor
- Contracturas musculares
- Neuralgias, migrañas
- Estrés, agotamiento físico, fatiga
- Otras

Reflexoterapia podal

Contraindicaciones

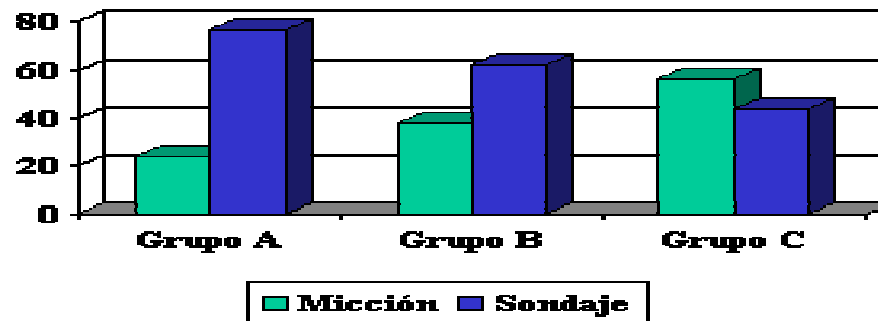
- **Procesos agudos (fiebre)**
- **Osteoporosis del pie, pierna**
- **Flebitis, trombosis**
- **¿Embarazos?**
- **Otras**

Reflexoterapia podal

Estudios clínicos

- *Aplicación de la reflexoterapia podal a pacientes postoperados que presentan retención urinaria (Colominas, J. 1998-00)*

Resultado final



- **Grupo a (amenaza de sonda)**
 - Miccionan 24%, sondados 76
- **Grupo b (masaje simulado)**
 - Miccionan 40%, sondados 64
- **Grupo c (reflexoterapia podal)**
 - Miccionan 56%, sondados 44%

Bibliografía

- Colominas, Joan; Aplicación de la Reflexoterapia podal a pacientes postoperados que presentan retención urinaria. wwiespana.es/reflexoterapia/texte.htm. 2000
- Dobbs, B.; Paratte, D.; Polletti, Rosette A.; Reflexología. 1ª ed., Barcelona, Rol, 1992.
- Gonzalo, Luis María; Reflexoterapia: bases neurológicas. Pamplona, Edunsa, D.L. 1997
- Noguera, Montserrat; Gómez-Bárcena, Carles; El diagnóstico en la terapia de las zonas reflejas de los pies. *Masaje*, 1998 invierno:10-12
- Noguera, Montserrat; Gómez-Bárcena, Carles; La terapia de las zonas reflejas de los pies en pacientes afectados de cefalea. *Masaje*, 1998 invierno:31-44
- Pons, Josep; Tratamiento reflexológico del asma. *Masaje*, 1998, invierno:18-19
- Solana Galdámez, R.; Vázquez Doce, A.; Vázquez Doce, Mª J.; La reflexoterapia podal en el deporte. *Masaje*, 1998 invierno:22-28
- Vázquez Gallego, Jesús; Reflexoterapia podal, Cáp.. 11, en *El Masaje Terapéutico y Deportivo*, 7ª ed.; Barcelona, Mandala, 2000
- Velamzazán Gómez, Ángel. Una reflexión sobre la efectividad de la reflexología. *Medicina Naturista*, 2000, 1:9-16
- Viñas, Frederic, *La Respuesta está en los pies: tratado completo de reflejoterapia podal*. 15ª ed., Barcelona, Integral, 2003.