



Más información sobre
Reflexologías y Reflexoterapias en:
www.reflexologiaranvvai.es

REFLEXOLOGÍA? REFLEXOTERAPIA?

¿Qué es la Reflexología?

La Reflexología es la ciencia que estudia los reflejos de diferentes zonas corporales, se pueden encontrar a todo lo largo y ancho del cuerpo. Esta considerada como una rama de la Medicina Holística, o Medicina del Hombre Total.

¿Qué es la Reflexoterapia?



Cualquier tratamiento que activa las zonas reflejas corporales es considerado Reflexoterapia. La aplicación de la reflexología en forma terapéutica en zonas reflejas del organismo se conoce con este nombre. Si es aplicada en los pies se la denomina Reflexoterapia Podal, si es aplicada en el rostro es Reflexoterapia Facial y si es aplicada en la oreja recibe el nombre de Auriculoterapia. En cada caso: el pie, el rostro o la oreja, son un microcosmos de todo el macrocosmos que es el organismo.

Imagen del libro de Isabel Pérez Broncano

¿La Reflexoterapia es una técnica?

La Reflexología, se convierte en un Arte, el Arte de aunar la mente, el corazón y las manos para ponerlos al servicio de la salud, si se sabe confiar en que con el trabajo del terapeuta y las técnicas Reflexológicas, la Energía Vital se activa y pone en funcionamiento los recursos internos de Autocuración que todo Ser Humano posee. Cuando se aprende el valor de hacer terapia, de considerar la importancia terapéutica que tiene el ser una persona humilde, cuando se asume que la técnica y el terapeuta, no son quienes llevan a cabo el proceso de curación o sanación, sino que son, instrumentos al servicio de la salud, ahí es cuando surge la alquimia y la técnica, se convierte en Arte.



¿De dónde viene la Reflexología?

El documento más antiguo que representa la práctica de la reflexología data del año 2.330 a.C. aproximadamente.

Se trata de un pirograbado que se encuentra en Egipto, al sur de El Cairo.



Está situado en la tumba de Sakkarah perteneciente a Ankmahor, el oficial de más alto cargo después del Rey. Es conocida como la tumba de los médicos. La escena representa dos hombres que "trabajan" los pies y las manos de otros dos hombres.

¿Quién utilizó la Reflexoterapia en la antigüedad?

Desde hace unos 5.000 años, aproximadamente, y por muchos siglos después, la activación de puntos reflejos fue utilizado en china y en la india como ayuda en el diagnóstico y en la curación de las molestias físicas.

La relación entre los puntos reflejos y los órganos internos del cuerpo era conocida por diversas tribus indígenas norteamericanas, a estas se lo transmitieron los incas, que la utilizaban para el tratamiento de sus dolencias. Este conocimiento se ha conservado a lo largo de los siglos y todavía se practica en algunas reservas indígenas para aliviar los dolores.

Podemos considerar a la Reflexoterapia como una de las formas intuitiva más antigua de autocuración. El hombre primitivo, caminaba descalzo sobre terrenos accidentados, estimulaba continuamente los reflejos de cada parte de su cuerpo situados en los pies, favoreciendo así el equilibrio del sistema circulatorio y, al mismo tiempo, mantenía constante la descarga de su propia energía en la tierra.

¿Cuáles son las bases de la Reflexoterapia Podal?

La teoría de las zonas reflejas constituye la base de la reflexoterapia podal. El sistema de las zonas sirve para organizar las relaciones entre las diferentes partes del cuerpo. Son como líneas directrices que relacionan una parte con otra del organismo.

Hay 10 zonas longitudinales iguales que recorren el cuerpo desde el extremo de la cabeza a la punta de los pies.

Como una flecha que atraviesa el cuerpo, se considera que los reflejos activados a través de un punto, recorren el cuerpo dentro de su zona correspondiente. La sensibilidad en una determinada parte del pie indica al reflexólogo que algo está sucediendo en el cuerpo, en alguna zona alejada de los pies, pero relacionada a nivel reflejo. La presión directa aplicada a cualquier parte de una zona, afectará a toda la zona.



¿Es difícil aprender las técnicas Reflexológicas?

Las técnicas en sí son fáciles de aprender, quizá lo más difícil es la actitud del terapeuta, esta debe ser desapegada, dejando espacio principalmente al paciente y a lo que trae a la consulta.

Una regla de Oro puede ser: no sobrepasar el umbral de dolor del paciente, otra que el terapeuta y la técnica no curan, que son meros intermediarios para que el paciente pueda activar su capacidad de Autocuración.

Técnicamente es fácil de aprender y puede sorprender cada día trabajar con esta "técnica" que siempre va más allá de lo que se puede preveer.

¿Qué tipo de personas se interesan por aprender Reflexologías?

Por las Reflexologías se interesan personas muy diversas, con diferente formación, ideología o cultura; tanto amas de casa, enfermeras, abogadas, repartidores de correos, médicos, ejecutivas, funcionarios, autónomos... Muy variadas.

Como las Reflexologías van siendo muy conocidas, hay muchas personas que intuyen que les puede gustar este trabajo. Que saben consciente o inconscientemente que el contacto es algo intrínseco en el ser humano. Hay muchas personas sensitivas que se sienten con la capacidad de transmitir a través de sus manos, que tienen sensibilidad para percibir y creen que puede ser un placer aplicarla y también, por lo que suponen que pueden recibir del paciente cuando mejora, por lo gratificante a nivel profesional y sobre todo humano y esto, es importante y valioso para muchas personas que están cansadas de hacer trabajos estresantes, impersonales, mecánicos... que dan poco sentido a sus vidas.

¿Qué problemas se pueden tratar con Reflexoterapia?

Se pueden tratar los problemas más variopintos, desde problemas graves, problemas crónicos, problemas agudos, psicológicos, físicos, emocionales, y sobre todo, algo muy a tener en cuenta es que la Reflexoterapia es una herramienta importante para hacer Medicina Preventiva. Es decir, que si una persona aparentemente no padece ninguna enfermedad o problema puede recibir Reflexoterapia y lo que va a lograr, es mantenerse sano y equilibrado, además de relajarse profundamente.

¿Cómo se desarrolla una sesión de Reflexoterapia?

Lo ideal, lo recomendable, es que una sesión de Reflexoterapia se lleve a cabo en un Centro Terapéutico y sea aplicada por un buen Profesional. Es fundamental que la persona que va a recibir el tratamiento esté tumbada en una camilla, o en un sillón apropiado para este tipo de tratamiento, es importante que el paciente este cómodo y que el terapeuta pueda estar viendo su cara, sus expresiones, para saber, a través de su lenguaje corporal, que esta pasando durante la sesión, si esta relajado, si esta tenso, si tiene gesto de dolor, etc. etc.



El tratamiento siempre va a depender del tipo de persona que vaya a recibirlo: una persona energética, con carácter, seguramente resistirá un tipo de presión más fuerte que una persona débil, carente de energía o de carácter.

También es diferente tratar problemas crónicos que problemas agudos; no es igual tratar a personas con organismos muy debilitados por padecer problemas degenerativos o a enfermos en fase terminal que a personas con problemas agudos.

Cada caso requiere un tratamiento personalizado; teniendo en cuenta que en medicina natural no hay patologías con nombre y apellidos y si Enfermos con características y connotaciones bien particulares, el tratamiento se enfoca hacia el enfermo y no hacia enfermedad.

Se contempla desde el tipo de presión que se va a utilizar, hasta si al paciente le apetece hablar o por el contrario quiere guardar silencio, o incluso dormirse.

Al trabajar con Reflexoterapia, el terapeuta debe ser cuidadosos con la postura, no solo física, sino también mental y emocional; ya que al ser una terapia táctil y estar en contacto tan directo con el paciente, es de suma importancia lo que a través de sus manos el terapeuta transmite.

Durante la sesión, es muy importante que el terapeuta esté relajado, descansado, que sepa dejar fuera de la sala de trabajo sus preocupaciones, sus tensiones etc., para ello, tendrá que tomar consciencia de su respiración, adoptar una postura cómoda y correcta, con los pies bien apoyados en el suelo y la cabeza bien conectada con el cielo para que la Energía de la Madre Tierra y el Padre Cielo lleguen al corazón y desde este, pasando por las manos, esa Energía, llegue al paciente y le ayude a Sanarse.

Para que se convierta en un arte y no sea una técnica fría, hay que tener una actitud positiva, de confianza en la técnica, en uno mismo y en lo que se transmite cuando se está realizando el trabajo.

“Las manos del Terapeuta son tan versátiles como la mente que las dirige”

Es importante que la sala de trabajo sea silenciosa, tranquila, luminosa, si es posible con luz natural, bien ventilada, decorada con tonos calidos, que tenga una temperatura agradable y música relajante o según el gusto del paciente.

¿Qué tipo de personas se interesan por la terapia?

Suelen ser personas muy diferentes que tienen en común el quererse tratar con terapias naturales, a las que les gustan los tratamientos manuales, que prefieren no tomar píldoras y no usar aparatología para curarse; que conocen la Reflexoterapia o que alguna persona cercana les ha hablado de las muchas virtudes de este tratamiento.

Un apartado grande merecen las personas que no encontraron solución a su problema con medicina tradicional y llegan a la consulta; ellas suelen venir de la mano, o a través de alguien que resolvió sus problemas con Reflexoterapia.

¿Qué aporta la Reflexoterapia, en el ámbito profesional y personal?

En el ámbito profesional, la reflexoterapia te da la oportunidad de trabajar con éxito y tener la satisfacción de ayudar a otros, ya sea impartiendo cursos o haciendo tratamientos en la consulta. Es muy gratificante ver que puedes formar a profesiones que luego se van a dedicar a lo que realmente es su vocación, logrando también



obtener buenos beneficios económicos. Y en cuanto al trabajo con pacientes, ver que un ser humano mejora creo que es el pago más grande que cualquier profesional puede tener.

¿Puede ayudar la Reflexoterapia a llevar una vida más saludable?

Por supuesto. Es recomendable ya que es una herramienta muy poderosa que ayuda a curar enfermedades y a resolver problemas muy variados, pero en ningún caso hay que olvidar su eficacia como Terapia Preventiva.

¿La Reflexoterapia lleva a cabo un trabajo físico o trabajo psicológico?

Es muy curioso comprobar que cuando las personas empiezan a hablar de sus emociones, automáticamente sus pies se humedecen.

También es digno de mención que si alguien llega nervioso y estresado, al terminar una sesión termina siendo una persona relajada.

Del mismo modo se puede comprobar que los problemas físicos mejoran y desaparecen.

Una anécdota profesional: Los pies de una persona que tenía los dedos montados...y sin gráficos es difícil describirlo..., pero el tercer dedo estaba montado sobre el segundo y eso significa que su visión externa estaba impidiéndole desarrollar una visión mucho más profunda, amplia y espiritual y que ella se lo tomaba como una cosa simpática, pero cuando empezamos a descifrar que significaba aquello, todo fue cambiando poco a poco.

¿Se puede considerar la Reflexoterapia un estilo de vida?

Se la puede considerar un tratamiento que ayuda a nivel mental, físico, emocional, etc. desde un punto de vista pragmático. Y también se la puede considerar como una filosofía de vida. Las personas que se dan cuenta de que sus pies, realmente son los cimientos de toda su estructura y de que en ellos está reflejada la totalidad de su organismo, viven la Reflexoterapia como una Filosofía de Vida.

En una sociedad en la que todo va tan rápido y donde no hay tiempo para casi nada, ¿qué puede aportar la Reflexoterapia?

La Reflexoterapia es sin duda uno de los tratamientos que aporta una profunda y duradera relajación, algo tan valioso y tan difícil de obtener en los tiempos que nos ha tocado vivir.

Aporta esa calma necesaria para ser consciente de lo que se quiere o se necesita, tiempo para uno mismo y para las cosas importantes.

Como seres humanos tenemos el derecho y la obligación de cuidarnos. Lo ideal sería recibir una sesión semanal que dura una hora, mas o menos, lo cual supone tiempo para pararse, cuidarse, mimarse y relajarse.

¡¡ EN DEFINITIVA, PARA CUIDAR DE UNO MISMO CON CARIÑO!!

Isabel Pérez Broncano
Reflexóloga – Autora del libro Reflexología Integral.
Directora de Ranvvai Escuela de Reflexologías y Centro de Terapias Naturales
¿Quieres ampliar información? Te invitamos a visitar nuestro BLOG
<http://reflexologiaranvvai.es/terapiasnaturales>