

ESTUDIO DE LA REFLEXOTERAPIA PODAL COMO METODO ALTERNATIVO
DE TRATAMIENTO EN EL DOLOR DE RODILLA

Verónica Echeverri Restrepo*

Ingrid Vanessa Montoya Mesa*

Yorledy Bibiana Vásquez Mesa*

Fundación Universitaria María Cano

La reflexología es: "una ciencia empleada en el campo de la salud basada en el principio de que hay áreas reflejas en los pies y en las manos que corresponden a cada

* Estudiantes del programa de fisioterapia, X semestre. Facultad de ciencias de la salud 2006.

parte, glándula y órgano del cuerpo”; a través de la aplicación de la presión en esas áreas reflejas, la energía natural del cuerpo trabaja; se desbloquea y fluye de manera natural por todos los sistemas del cuerpo.

La rodilla es una articulación muy vulnerable que soporta una gran cantidad de peso; está compuesta por: Tibia, fémur y rótula; básicamente es la confluencia de dos huesos largos de la pierna unidos por músculos, ligamentos y tendones.

Muchos problemas de la rodilla son el resultado de lesiones, del proceso de envejecimiento y del uso y desgaste continuo de la articulación de la rodilla; actualmente las terapias alternativas son consideradas como una nueva opción de tratamiento y la reflexoterapia es una de las más utilizadas.

INTRODUCCIÓN

Los últimos años de nuestro siglo se han caracterizado por un creciente interés hacia la medicina alternativa, tanto por parte de los médicos occidentales como por sus pacientes, ya que han visto que la medicina clásica tiene medicamentos costosos y en su mayoría dañinos para el organismo y no siempre efectivos para

aliviar las dolencias. Los excelentes resultados obtenidos con su práctica han llevado cada vez a más profesionales, naturistas y masajistas a incluir el masaje podal como una más de sus técnicas terapéuticas.

La reflexoterapia puede también ser aprovechada en parte por el propio sujeto, para la prevención y tratamiento de sus enfermedades.

El masaje podal es utilizado para la activación y estimulación de puntos energéticos de nuestro organismo como: la cabeza, cerebro, cuello, ojos, oídos, hipotálamo, boca, nariz, amígdalas, adenoides, dientes, garganta, esófago, estomago, intestino delgado y grueso, hígado, vesícula biliar. Páncreas, ovarios, testículos, riñones, pulmones, corazón, útero, senos, bazo, columna, rodillas, hombros, muñeca, cadera, entre otros.

La rodilla es una de las articulaciones importantes de los miembros inferiores que unen el muslo con la pierna, posee rangos de movimiento de flexión y extensión, los cuales permiten la deambulación. La zona refleja de las rodillas se encuentra en el exterior de cada pie, deslizando el dedo desde el talón hacia la parte delantera del pie, es por esto que la reflexología o masaje podal es una técnica de gran valor para mantener, prevenir y tratar el dolor de esta articulación que tanto influye para el desplazamiento de las personas.

METODO

Para el desarrollo del trabajo se lleva a cabo un estudio descriptivo; porque habla detalladamente sobre la técnica de la reflexoterapia podal y cómo ésta actúa no sólo sobre la articulación de la rodilla, sino también, sobre todos los demás sistemas del organismo.

Además describe algunos de los aspectos más importantes sobre la rodilla.

Tiene un enfoque cualitativo porque es una fundamentación teórica de la reflexoterapia podal como un tratamiento alternativo para el dolor de rodilla; teniendo en cuenta algunos de los aspectos más importantes sobre ésta técnica y cómo influyen sobre dicha patología.

Es un diseño no experimental porque no se realiza trabajo práctico, ni se hace aplicación de la técnica investigada a la población que fue tomada en cuenta para la realización del trabajo; únicamente se hace una recopilación teórica sobre la técnica.

CONCLUSIÓN

Este proyecto fue realizado con el propósito de hacer una recopilación teórica sobre la reflexoterapia podal y cómo ayuda ésta para el tratamiento del dolor de rodilla; lo que nos permitió conocer más acerca de ésta técnica de

tratamiento y algunos de sus beneficios en todos los sistemas del cuerpo; lo cual es de gran importancia para quienes estén interesados en conocer otras formas de tratamiento y al mismo tiempo ponerlas en práctica como complemento de su saber profesional. El dolor en la articulación de la rodilla es una patología muy común en nuestro medio, y ésta técnica nos ofrece una posibilidad diferente como complemento a un tratamiento fisioterapéutico.

BIBLIOGRAFÍA

GRANADA Díaz, María Betsabé; Hta. Cecilia Inés. PROFUNDICEMOS EN REFLEXOTERAPIA. Hermanitas de la anunciación. Medellín, Enero 14 / 2000.

MARQUARDT, Hanne. TERAPIAS DE LAS ZONAS REFLEJAS DE LOS PIES. Ed. Urano, 1975.

VIÑAS, Dr Federic. LA RESPUESTA ESTA EN LOS PIES. Ed. Integral, 4ta edición.1986

- INTERNET

www.healthsystem.virginia.edu

www.medalternativa.com

www.reflexologia.com

