

# CURSO DE REFLEXOLOGÍA PODAL

## Normas del Curso

El material imprescindible para la asistencia a clase será: uniforme **eqm** y calzado sanitario.

## Requisitos

1 fotografía tamaño carnet  
Fotocopia del NIF, NIE o pasaporte  
Certificado médico

## Programación de cursos

Laborables: mañana o tarde  
Fin de semana: sábados.  
Intensivos un mes: junio, julio, septiembre

## Curso impartido en:



1ª ESCUELA DE  
QUIROMASAJE DE MADRID  
FUNDADA EN 1986

## Dónde estamos

Cartagena 170 - 28002 Madrid  
Metros: Cruz del Rayo y Prosperidad.  
Autobuses: 1, 9, 29, 52, 73

## Para más información o reserva:

Cartagena 170. 28002 Madrid  
Teléfonos: 91 561 31 31 - 91 561 32 32  
eqm@eqm.es • www.eqm.es



Dirección:

M<sup>º</sup> José Sarasa Prat, Quiromasajista  
Natalia Arís Sarasa, Fisioterapeuta  
[www.eqm.es](http://www.eqm.es)



1ª ESCUELA DE QUIROMASAJE DE MADRID  
FUNDADA EN 1986

## QUÉ ES LA REFLEXOLOGÍA PODAL



Es una técnica milenaria que ya se conocía en China, India y Egipto hace más de 5.000 años y que resurgió el siglo pasado cuando en los países occidentales comenzamos a interesarnos por los métodos de digitopresión y acupuntura orientales. El doctor William Fitzgerald y más tarde Eunice Ingham precursora de los primeros mapas reflexológicos de los pies, fueron los que empezaron a darle importancia a que en cada parte del cuerpo pueden estar reflejados todos nuestros órganos.

## CÓMO ESTÁN UBICADOS LOS ÓRGANOS EN EL PIE



Si nos permitimos imaginar que colocando nuestros pies juntos, uno al lado del otro, estamos ante la representación de una persona sentada, fácilmente comenzaremos a asociar las diferentes partes del pie con las áreas del cuerpo. La zona donde están los dedos: reflejan el cerebro, nuestros ojos y los oídos. Si bajamos hacia la almohadilla del pie o metatarso, tenemos la región de pulmón y corazón, si continuamos descendiendo hacia el arco plantar nos encontramos la zona de los órganos de la digestión y el sistema urinario, en el talón se refleja la parte que corresponde a las caderas y el sistema reproductor, y en los laterales del pie se ubican la columna vertebral y paralela a ella los brazos y las piernas.

## CÓMO ACTÚA LA REFLEXOLOGÍA



La reflexología es el arte de hacer desaparecer con tus manos tensiones, dolores y estrés acumulado en cualquier punto del cuerpo, mediante una acción refleja que produce una respuesta ante el estímulo de la presión del terapeuta que aliviará, mejorará y restablecerá el órgano u órganos afectados.



## QUIÉN PUEDE RECIBIR UN MASAJE



Cualquier persona en cualquier etapa del crecimiento, bebés, niños, adolescentes o ancianos, deportistas o embarazadas. Es un gran complemento para apoyar cualquier tratamiento médico convencional.

## CUÁLES SON SUS INDICACIONES



Realmente en cualquier situación se puede hacer reflexología entre ellas:

- Sobrecargas musculares
- Tensión y agarrotamiento
- Problemas en cervicales y columna vertebral
- Limitaciones en los movimientos articulares
- Molestias digestivas
- Hemorroides
- Problemas hepáticos
- Estreñimiento
- Resfriados
- Sinusitis
- Trastornos linfáticos
- Retención de líquidos
- Problemas menstruales
- Trastornos venosos
- Trastornos renales
- Alteraciones del sistema nervioso central y periférico
- Molestias respiratorias
- Pre y post operatorios
- Embarazo y post parto
- Dolores en general
- Problemas de visión o audición
- Afecciones del sistema inmunológico

## QUIÉN PUEDE PRACTICAR REFLEXOLOGÍA PODAL



Después de E. Ingham fue Hanne Marquardt, enfermera y masajista la que más ha contribuido a que la reflexología podal se extendiese fuera de los círculos médicos especializados pues creía que la actitud de ayudar era más importante que el excesivo tecnicismo de la profesión médica, para ello desarrollo un modelo de clases estrechamente ligado a la práctica y del que en la actualidad nos beneficiamos los que impartimos clases de reflexología podal.

Cualquier persona puede aprender perfectamente la cartografía del pie y despertar la sensibilidad de sus manos mediante los diversos procedimientos que practicamos a lo largo del curso. Sin necesidad de memorizar largas listas de elementos, aprendemos diversas técnicas de presión, arrastre, palancas o movilizaciones. Integrando cada sistema del cuerpo, su función, sus recursos y su equilibrio siempre desde la práctica conoceremos nuestro cuerpo reflejado en el pie perfectamente, y observaremos los frutos en tiempo real de este trabajo reflexológico a corto, medio y largo plazo.

Nos veremos sorprendidos por los beneficios, la practicidad y la sencillez de una técnica que cada vez adquiere más reconocimiento en el mundo de las terapias naturales y fuera de ellas.