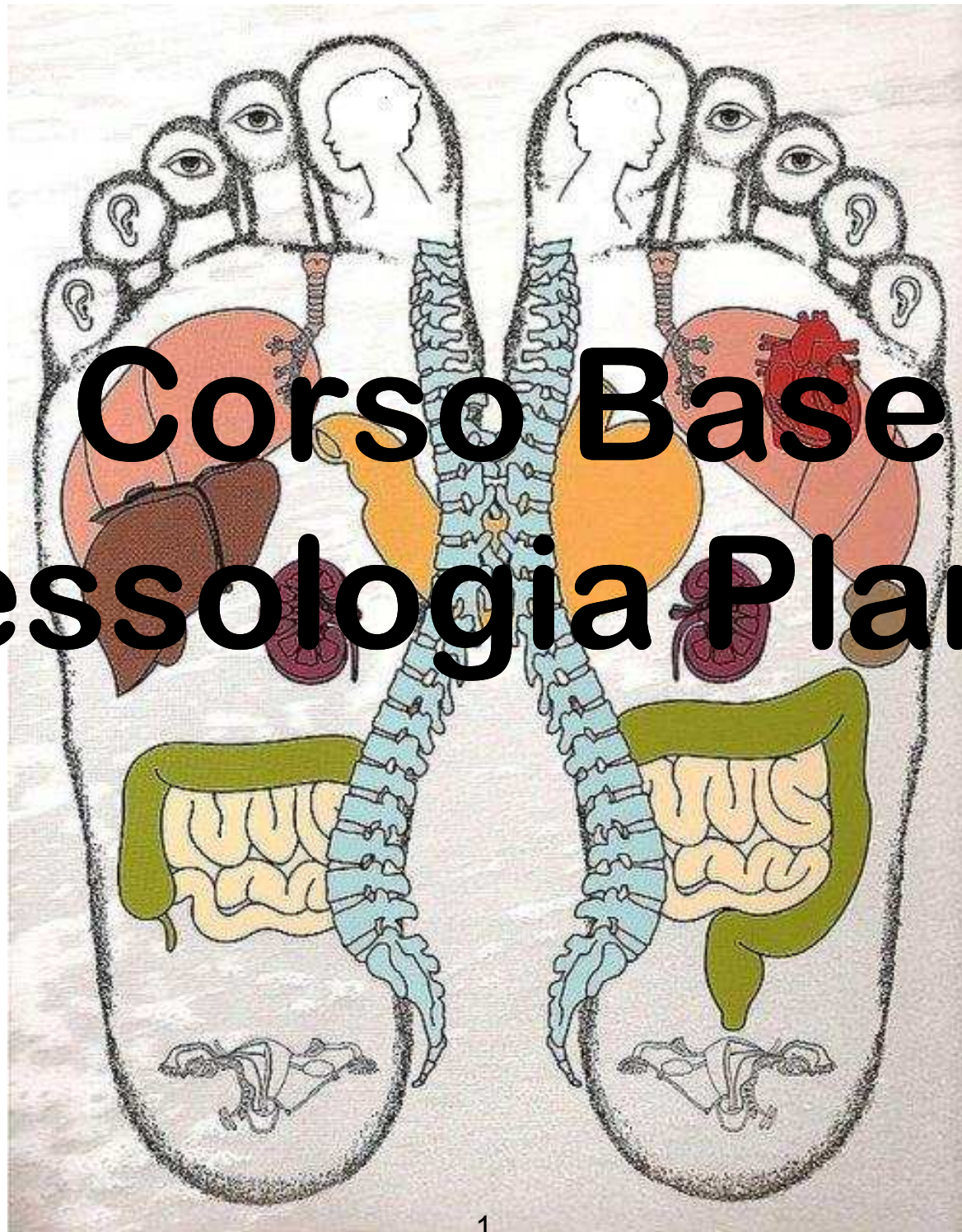


Corso Base Riflessologia Plantare



ETIMOLOGIA DELLA PAROLA “Reflessologia o riflessologia” ?

"riflesso" deriva dal latino reflectere dove il suffisso re indica "ripetere un'azione" e flecto "curvare, piegare"

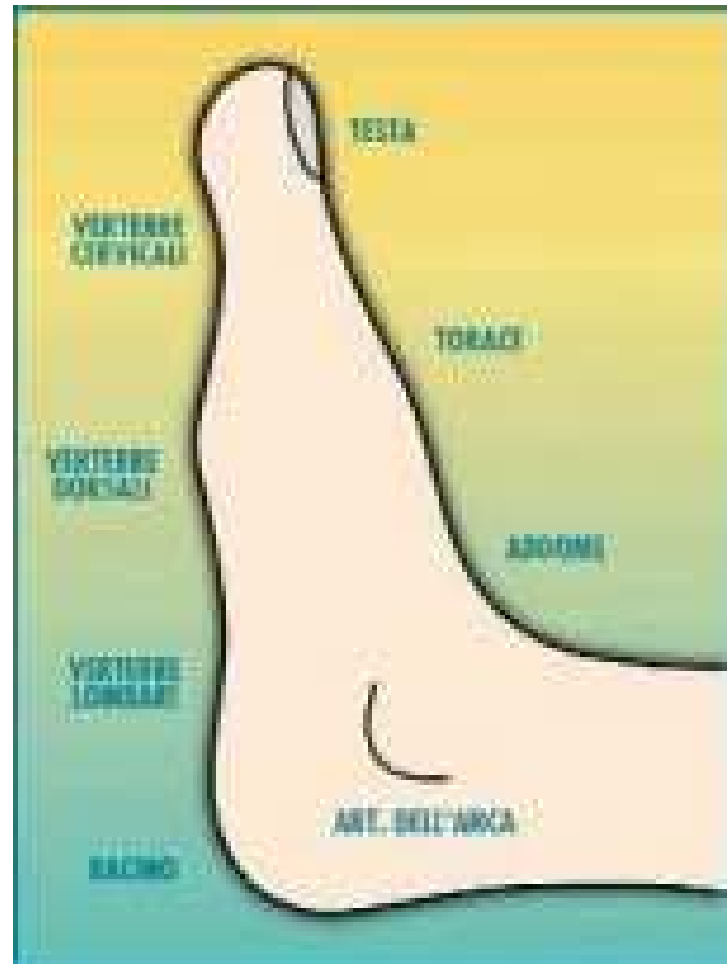
reflectere vuol indicare la deviazione di un'energia, il rimandare indietro qualcosa.

Con la trasformazione dal latino al volgare, all'attuale italianola parola reflexus, participio passato di reflectere, si è trasformata da reflexo in riflesso a riflesso.

In generale i riferimenti delle varie forme di riflessologia partono dalla proiezione completa ancestrale di tutto il corpo su una parte di esso.

Immaginiamo di fotografare una persona, di rimpicciolire la foto e di visualizzarla su una parte del corpo: troveremo proiettato l'intero organismo con tutte le sue proporzioni in maniera precisa e logica.



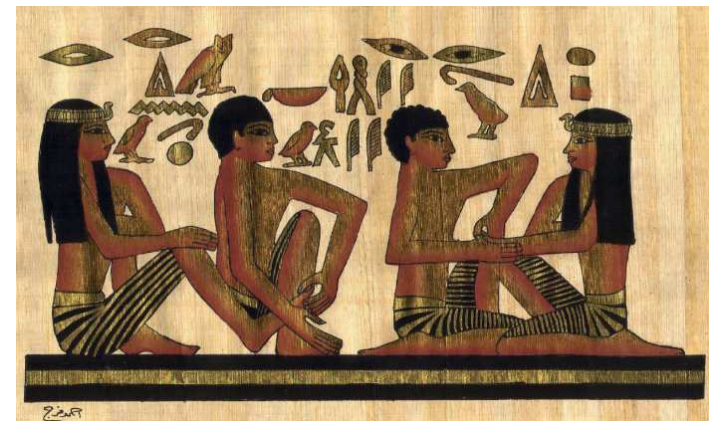


Se guardiamo ad esempio un disegno stilizzato di un piede, identifichiamo l'immagine di una persona seduta: la testa, la curva cifotica e lordotica, il bacino, il petto e l'addome.

STORIA DEL RIFLESSO

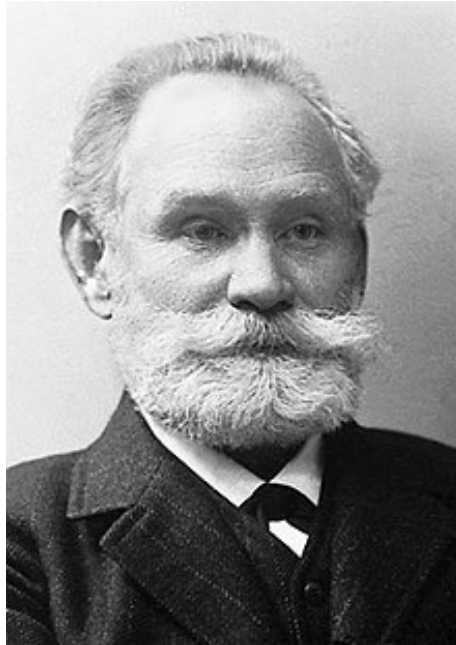
In Oriente la conoscenza del massaggio plantare risale a a circa 5.000 anni fa!

Nell'antico Egitto abbiamo testimonianze dell'uso della riflessologia come pratica di guarigione. Dall'Egitto la pratica della riflessologia si diffuse in tutto l'Impero Romano



Tomba del Medico 2330 a.c.

In America la riflessologia è conosciuta e praticata da sempre dai Nativi Americani come ad esempio dai Cherokee
Il “Clan dell'Orso” che vive alle pendici dei monti Allegheny usa la riflessologia in una cerimonia sacra cui partecipano tutti, sia sani che ammalati.



In Russia il filosofo e medico Ivan Petrovich Pavlov, nel 1883, conduce una ricerca sui riflessi condizionati, concludendo che “tutti gli stimoli sono condizionanti e possono provocare una risposta condizionata grazie al fatto che il sistema nervoso collega, tra loro, tutte le regioni e le funzioni dell'organismo”.

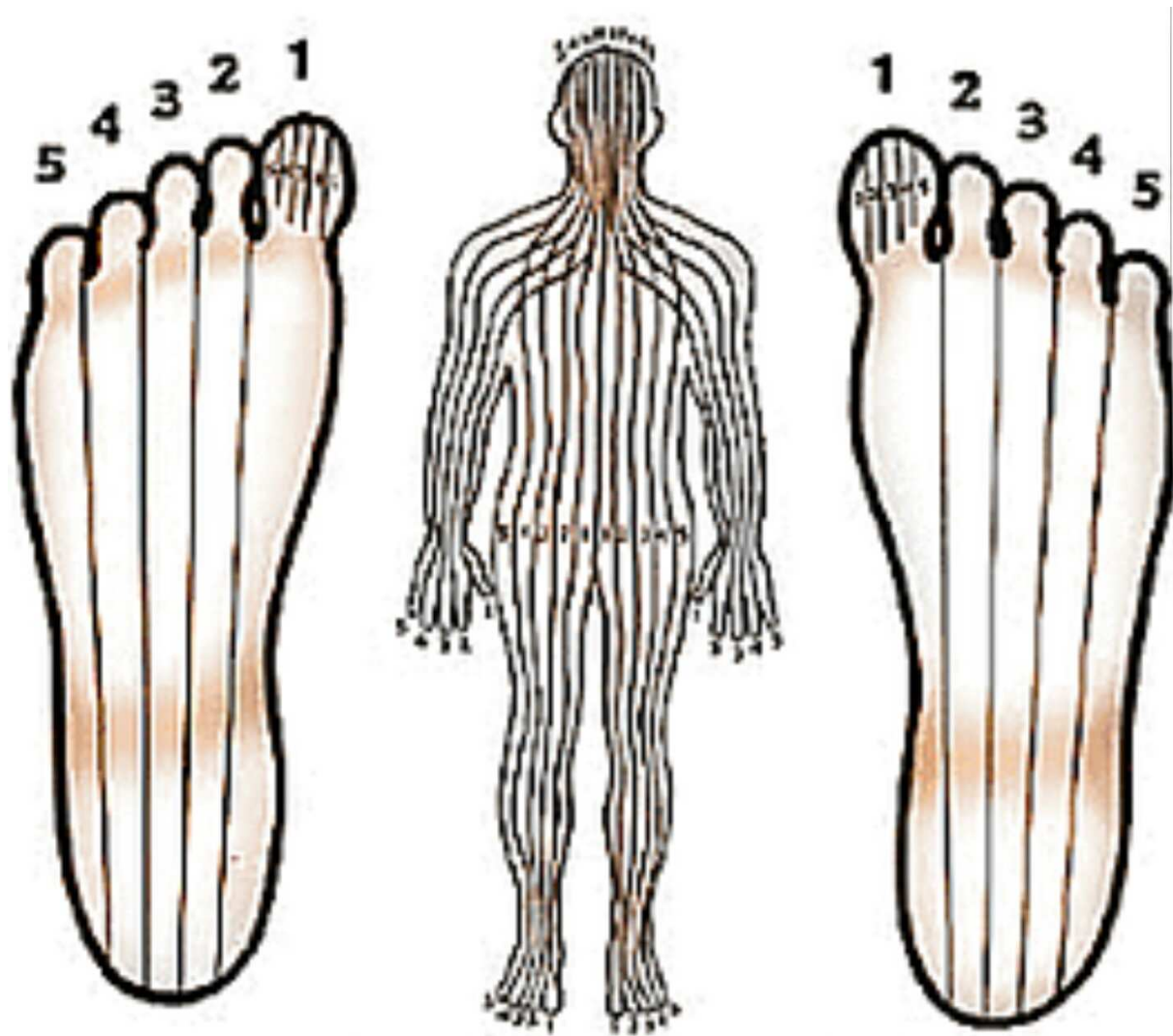
La scoperta del riflesso condizionato, fu poi da lui annunciata nel 1903.

Nei primi anni del Novecento, il dott. William M. Fitzgerald, otorinolaringoiatra del Connecticut, scoprì che applicando una pressione sulla punta delle dita dei piedi poteva evitare di somministrare cocaina (allora usata come anestetico) per alleviare molte sofferenze dei suoi pazienti durante le sue sedute.

Egli divise il corpo umano in 10 zone longitudinali che corrono lungo il corpo, dalla cima della testa alla punta degli alluci. Il numero dieci corrisponde al numero delle dita delle mani e dei piedi, ed ogni dito delle mani e dei piedi rientra in una zona.

La similitudine con i meridiani della cultura agopunturistica orientale è evidente.





La teoria zonale è stata poi sviluppata da due amici e collaboratori di Fitzgerald, Edwin Bowers e Shelby Riley dimostrando che le parti del corpo presenti all'interno di una determinata zona sono collegate l'una all'altra per mezzo dell'energia che scorre dentro la zona stessa e possono perciò essere stimulate reciprocamente.

Ma sarà Eunice Ingham, fisioterapista allieva di Riley, che negli anni '30 sviluppa la teoria dei riflessi plantari atti a stimolare specifiche parti del corpo e dà il via alla moderna riflessologia.



Negli anni '60 Hanne Marquardt in Germania e Doreen Bayly in Gran Bretagna, riportano la riflessologia in Europa.



Doreen Bayly levou a prática da reflexologia para a Grã-Bretanha.



In Italia, la riflessologia viene introdotta da Elipio Zamboni, fisioterapista bergamasco diplomato in riflessologia nel 1974 presso la scuola di Hanne Marquardt e morto in un incidente stradale nel 1992.



A pair of feet is shown from the bottom view, positioned above a pair of hands with palms facing up. The background is a soft, multi-colored gradient of green, blue, and purple. The text is centered over the image.

**COME FUNZIONA LA REFLESSOLOGIA PLANTARE?
LE 2 TEORIE PIU' DIFFUSE**

Teoria della stimolazione nervosa:

E' una teoria fra le più menzionate, si basa su una relazione a catena fra le terminazioni nervose delle zone riflesse e l'organo in cui si localizza il disturbo.

Queste terminazioni nervose, porterebbero l'informazione al cervello che elaborandola la trasferirebbe all'organo interessato

Quindi:

Lo stimolo dato al punto sul piede è trasmesso al cervello, che “informa” l’organo interessato.



La stimolazione viene poi elaborata dall’organismo, il quale mette in movimento e riattiva i settori interessati dal disagio.

Di conseguenza

la stimolazione, non verrà inviata agli organi, ma bensì a quella parte del cervello adibita alla gestione dei singoli organi, ecco perché parliamo di Zone Riflesse.

Questa è anche la teoria che più si avvicina a quello che è stato descritto fisiologicamente relativamente alla riflessologia.

I nervi rachidei, che escono dal midollo spinale si collegano al sistema nervoso periferico.



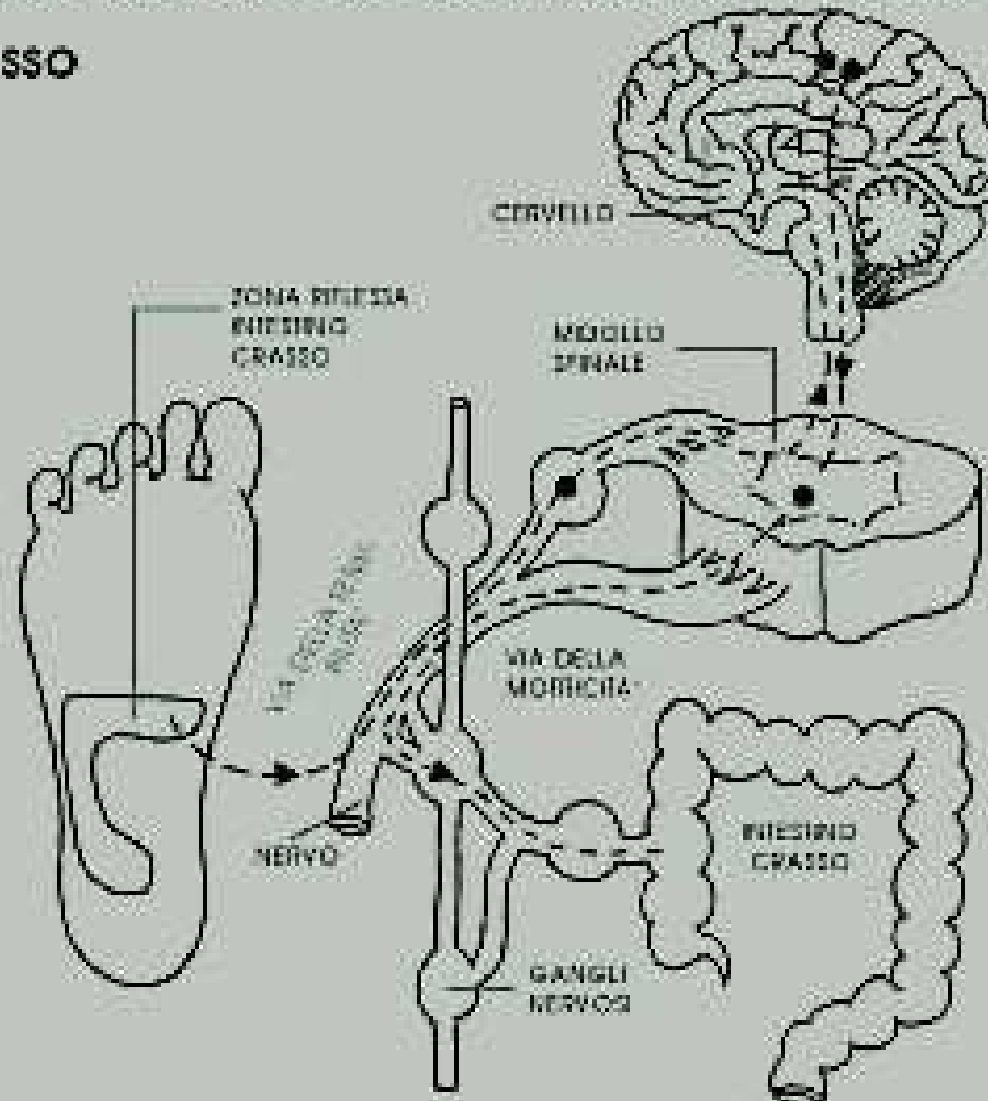
Se un organo è sofferente produce una stimolazione nervosa che attraverso il midollo spinale raggiunge regioni ben definite del corpo provocando una sensibilità cutanea e muscolare maggiore. Come ad esempio sulla pianta dei piedi, il palmo delle mani, etc.



Lo stesso meccanismo avviene al contrario stimolando il punto cutaneo bersaglio.

Questa tecnica consiste in un massaggio della pianta dei piedi.
Esempio: massaggiare su due piedi la zona corrispondente al colon con il pollice per uno o due minuti, cominciando dal piede destro. Questo massaggio stimola il colon per via riflessa.

CIRCUITO RIFLESSO



2. Teoria dell'energia:

nel nostro corpo circola “l'energia vitale” organizzata in canali profondi chiamati “meridiani energetici”, che nel loro tragitto si portano, ogni tanto, in superficie formando delle stazioni.

In stato di benessere l'energia scorre senza impedimenti ma cause esterne possono formare dei blocchi generando una disarmonia energetica; una disarmonia crea uno squilibrio ed un successivo malessere

Se un organo è in fase di squilibrio energetico, la sua zona riflessa sarà dolente.

**La ricerca di questi punti dolenti ci darà la mappa delle alterazioni energetiche e la loro localizzazione.
Da qui cominceremo il trattamento.**

BENEFICI DELLA REFLESSOLOGIA PLANTARE



E' un ottimo aiuto per:

Recuperare l'armonia psico-fisica dell'organismo

Rilassare e riequilibrare il sistema nervoso

Eliminare le tossine, migliorando lo stato della pelle e del tono muscolare

Migliorare la circolazione e l'ossigenazione sanguigna, favorendo una migliore respirazione

Stimolare le difese immunitarie dell'organismo

In sintesi la riflessologia agisce in tre ambiti principali:
congestione, infiammazione e tensione.

L'obiettivo è quello di eliminare gradualmente, durante le sedute, queste condizioni spesso interconnesse, riuscendo a ripristinare l'equilibrio del corpo.

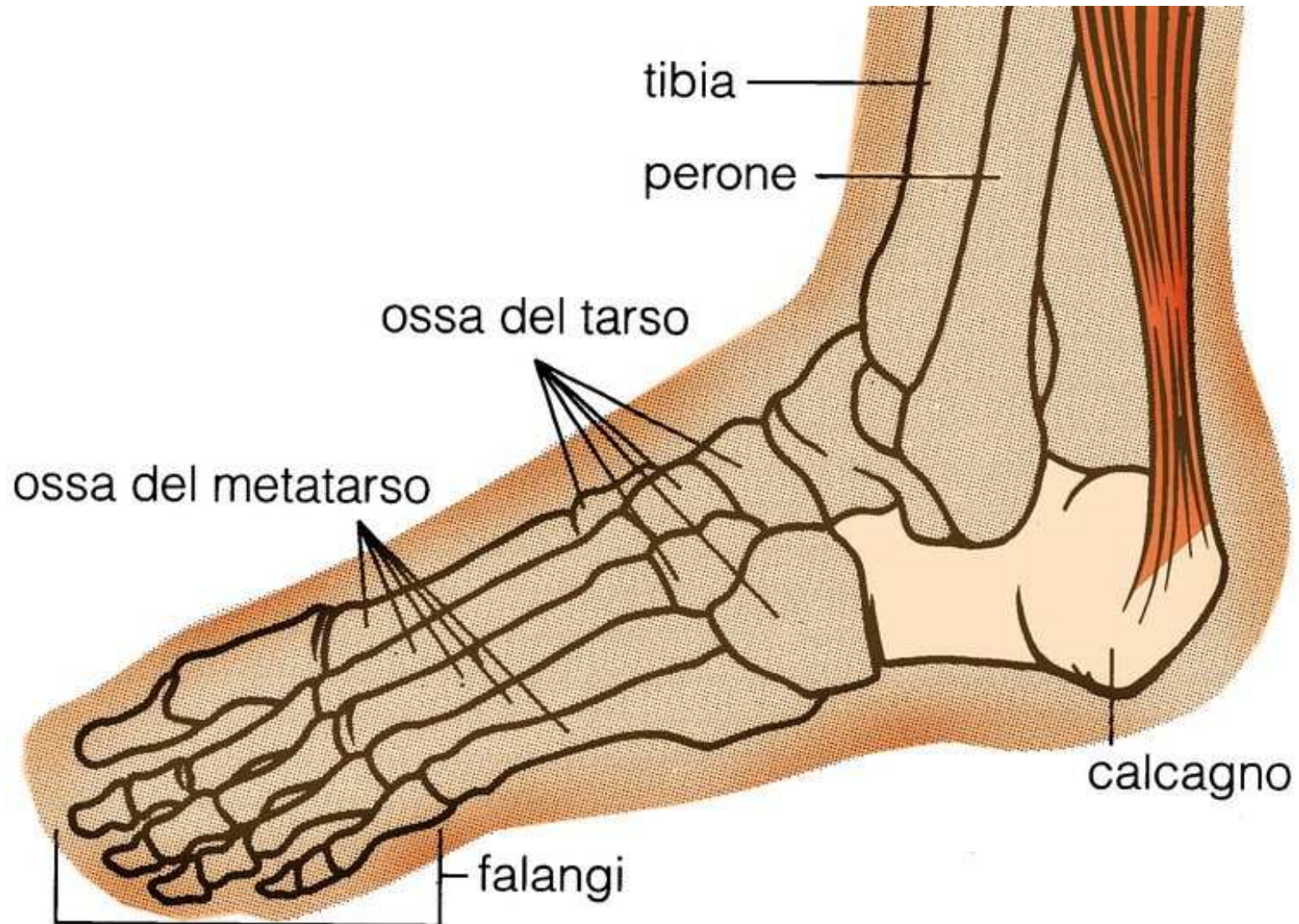
Non ci sono sostanziali **controindicazioni** solo una particolare attenzione alle donne gravide e a chi soffre di trombosi o di stati di agitazione nervosa con assunzione di psicofarmaci.

Attenzione dovrà essere prestata anche verso alterazioni cutanee del piede.

A photograph of two human feet, palms up, showing the sole of the foot. The feet are positioned centrally, with the toes pointing upwards. The skin is a light, natural tone. The text "DIVISIONE DELLE 'ZONE' DEL PIEDE" is overlaid in the center of the image.

DIVISIONE DELLE "ZONE" DEL PIEDE

SCHELETRICA:






OSSIGENAZIONE

ASSIMILAZIONE

ELIMINAZIONE

The image shows the soles of two feet, one on the left and one on the right, against a white background. The word "OSSIGENAZIONE" is written in large, bold, cyan letters across the middle of the feet. A horizontal cyan line is drawn below the word. Below the line, the text "O LINEA DEL DIAFRAMMA" is written in smaller, bold, black letters. At the bottom of the image, there is a paragraph of text in bold black font, and the number "24" is centered at the very bottom.

OSSIGENAZIONE

O LINEA DEL DIAFRAMMA

OSSIGENAZIONE per tutte le problematiche riguardanti la respirazione e le problematiche inerenti le vie respiratorie (raffreddori, sinusiti, laringiti) , per tutto ciò che riguarda l'ossigenazione del sangue.

A photograph of two human feet, viewed from the bottom, with the soles facing the camera. The feet are positioned centrally against a plain white background. Overlaid on the feet is the word "ASSIMILAZIONE" in large, bold, red capital letters. A thick red horizontal line is drawn across the width of the feet, passing through the middle of the word. Below this line, the text "O LINEA DELLA VITA" is written in smaller, black, bold capital letters. At the bottom of the image, the text "ASSIMILAZIONE per problemi digestivi, dolori all'addome." is written in black, bold capital letters. In the bottom center, the number "25" is displayed in a small, black font.

ASSIMILAZIONE

O LINEA DELLA VITA

ASSIMILAZIONE per problemi digestivi, dolori all'addome.

A pair of feet is shown from a top-down perspective, with the soles of the feet facing the viewer. The feet are positioned centrally, with the toes pointing towards the top of the frame. The skin is a light, natural tone. Overlaid on the feet is text in a bold, black, sans-serif font. The text is arranged in three main sections: a descriptive paragraph on the left, a large central word, and a smaller word below it, separated by a horizontal line.

ELIMINAZIONE per tutti i problemi di eliminazione di liquidi, ciclo mestruale, per i problemi in generale degli intestini (sia l'intestino crasso sia per l'intestino tenue, ecc...)

ELIMINAZIONE

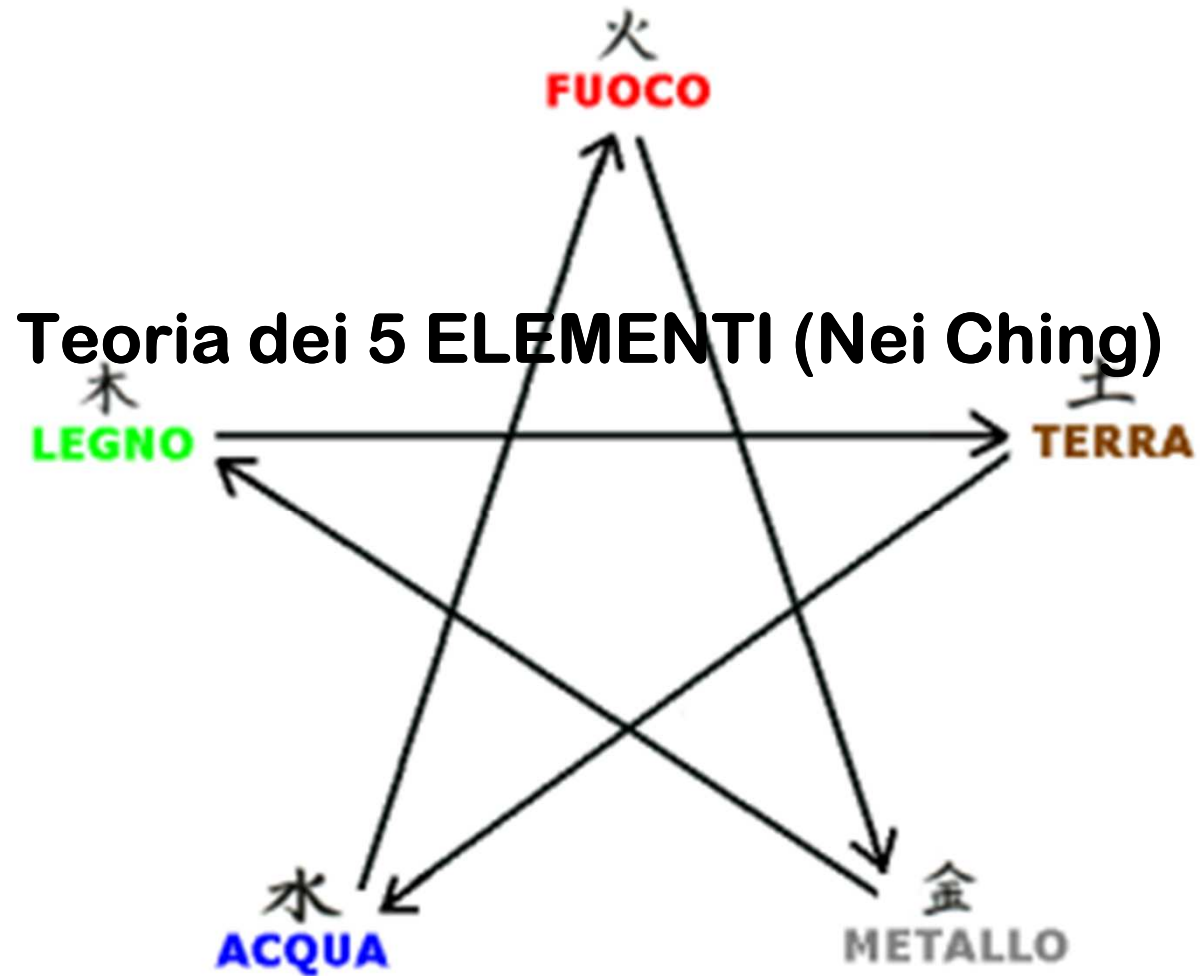
O LINEA PELVICA



The image shows the plantar surface of a human foot with two lines drawn on it. A curved line follows the arch of the foot, and a vertical line runs down the center. The text 'LINEA DEL LEGAMENTO' is positioned to the left of the vertical line, and 'LINEA DELLA SPALLA' is to the right of the curved line.

LINEA DEL LEGAMENTO

LINEA DELLA SPALLA



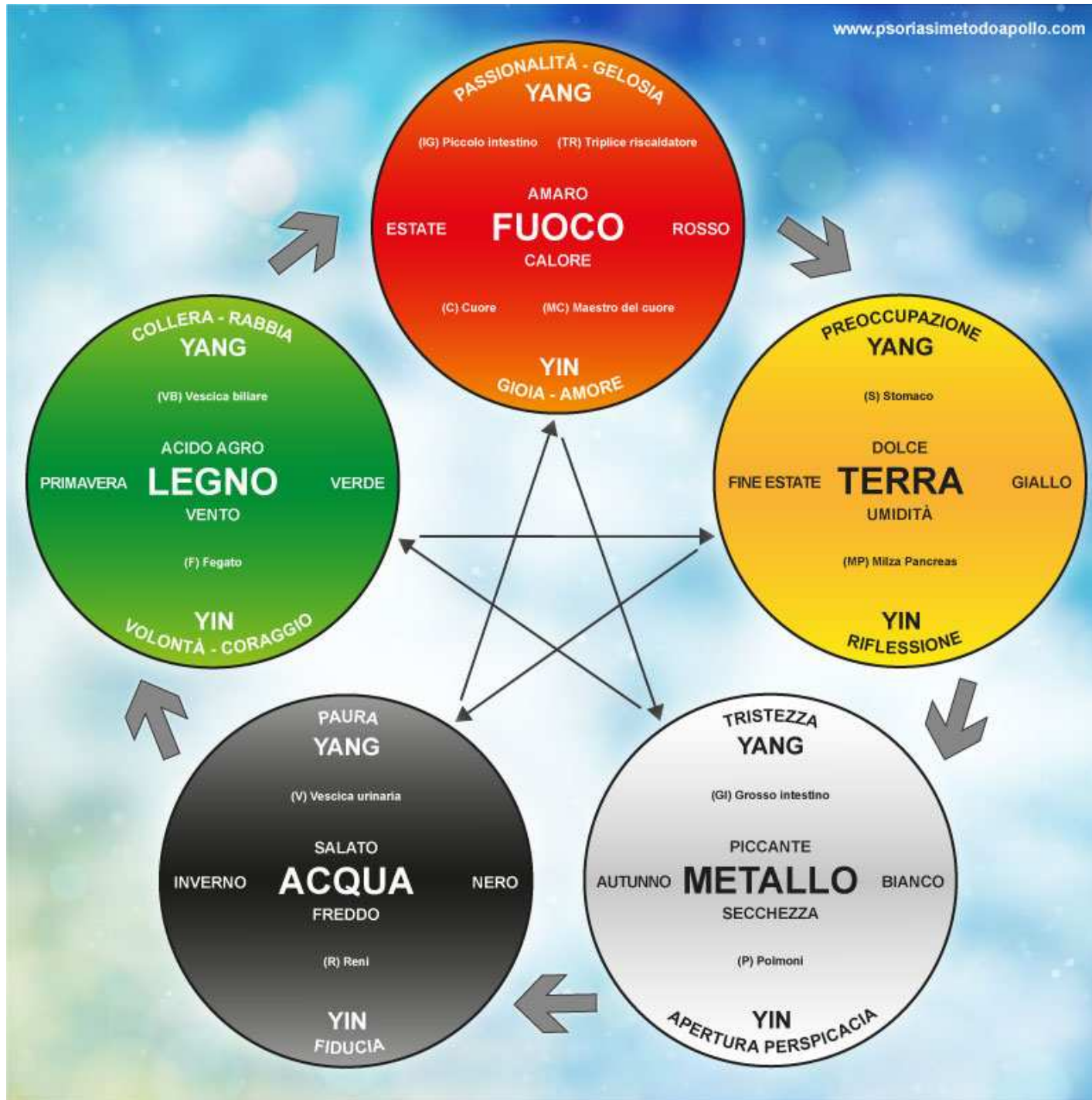
I CINQUE ELEMENTI

Nel libro dei Ching, testo filosofico di riferimento della medicina tradizionale cinese (mtc), ogni cosa di questo mondo viene classificata secondo i cinque elementi primari - **Legno**, **Fuoco**, **Terra**, **Metallo**, Acqua - che rappresentano cinque stadi di forza.

L'uomo racchiude in sé questi cinque elementi poiché è il prodotto del Cielo e della Terra.

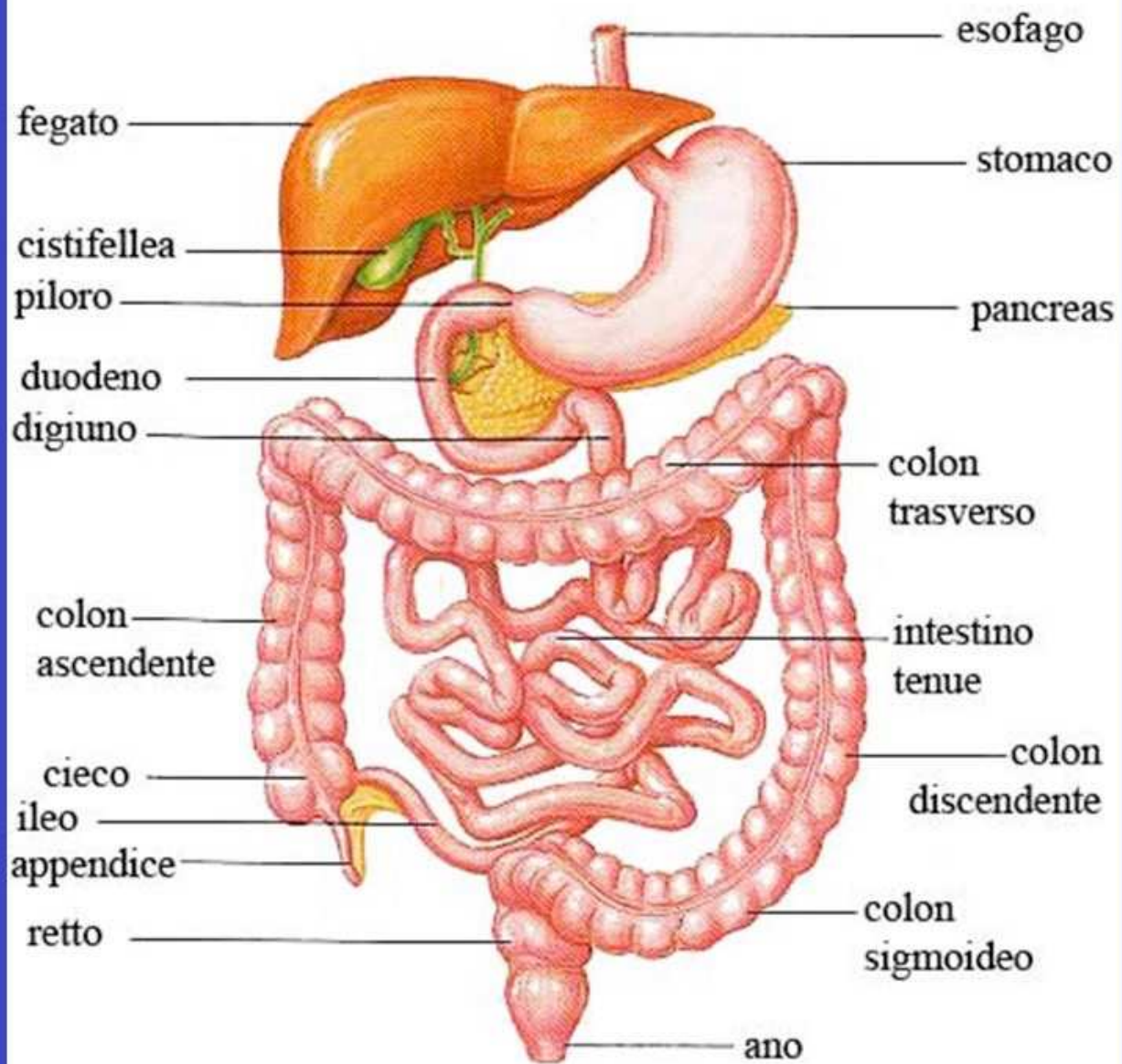
Ne consegue che l'uomo, essendo un'entità allo stesso tempo terrestre e celeste, si serve ed è influenzato da questi nella sua vita quotidiana.

I CINQUE ELEMENTI



I CINQUE ELEMENTI

	LEGNO	FUOCO	TERRA	METALLO	ACQUA
ORGANO	Fegato Cistifellea	Cuore Intestino tenue Triplice riscaldatore Pericardio	Milza stomaco	Polmone Intestino crasso	Vescica Rene
COLORE	Verde	Rosso	Giallo	Bianco	Nero
SAPORE	Acido	Amaro	Dolce	Piccante	Salato
ORGANO DI SENSO	Occhi Vista	Lingua Parola / Linguaggio-Tatto	Bocca Sapore – Gusto	Naso Olfatto	Orecchie Udito
SECREZIONI	Lacrime	Sudore	Saliva (labbra)	Muco	Saliva (lingua e denti)
PARTI DEL CORPO	Muscoli Tendini Unghie	Vasi sanguigni	Tessuto connettivo Reticolo endoteliale Labbra	Pelle Epiteli	Ossa Sistema nervoso Capelli Denti
CLIMA	Vento	Calore	Umido	Secco	Freddo
EMOZIONI IN EQUILIBRIO	Rispetto di sé Risolutezza	Gioia Calma Amore	Empatia Concentrazione	Liberazione dal dolore	Coraggio con prudenza
EMOZIONI IN ECCESSO	Collera Irritabilità	Nervosismo Euforia	Preoccupazione Compulsività	Depressione Autocommiserazione	Paura Panico
EMOZIONI IN MANCANZA	Colpa Depressione	Depressione	Distrazione Bisogno di socializzare	Incapacità di piangere	Temerarietà
NUTRITO DA	Acqua	Legno	Fuoco	Terra	Metallo
DOMINATO DA	Metallo	Acqua	Legno	Fuoco	Terra
NUTRE	Fuoco	Terra	Metallo	Acqua	Legno
DOMINA	Terra	Metallo	Acqua	Legno	Fuoco
PARTI DEL CORPO	Muscoli Tendini				
VOCE PER ESPRIMERSI	Grido	Risata	Canto	Pianto	Gemito
EMOZIONE CHE LO RAPPRESENTA	Collera	Gioia	Preoccupazione	Tristezza	Paura
ORA DI MAX RENDIMENTO	00:00 ALLE 03:00	11:00 ALLE 15:00 19:00 ALLE 23:00	07:00 ALLE 11:00	03:00 ALLE 07:00	15:00 ALLE 19:00
STAGIONE	Primavera	Estate	5^ stagione dei passaggi	Autunno	Inverno
ODORI	Rancido	Bruciato	Dolciastro - Fragante	Acre	Putrido
AZIONE SULL'ENERGIA	Muove verso l'alto	Fa circolare verso est	Distribuisce Sviluppa	Raccoglie	Conserva Mette in riserva Immobilizza
EFFETTI CARATTERISTICI	Contrazione	Agitazione	Eruzione	Tosse	Tremore
PERIODI DELLA VITA	Nascita	Crescita	Maturità Trasformazione	Declino	Ristagno Morte
CARATTERE	Estroverso Aggressivo	Espansivo	Riflessivo	Introverso	Volitivo Spontaneo
PECULIARITA' INTELLETTUALI	Immaginazione	Capacità di giudizio	Riflessione	Facilità a memorizzare	Intelligenza



LA MANUALITA'

STIMOLAZIONE: si effettua col dito pollice applicando un movimento in cui la prima falange si impunta in pressione e poi rilascia avanzando sulla cute. Viene anche definito movimento «a bruco» in quanto ne imita il movimento.
Riguarda il 90% delle applicazioni.

SEDAZIONE: si effettua appoggiando il polpastrello alla cute ed effettuando una frizione profonda.
Riguarda il 10% delle applicazioni

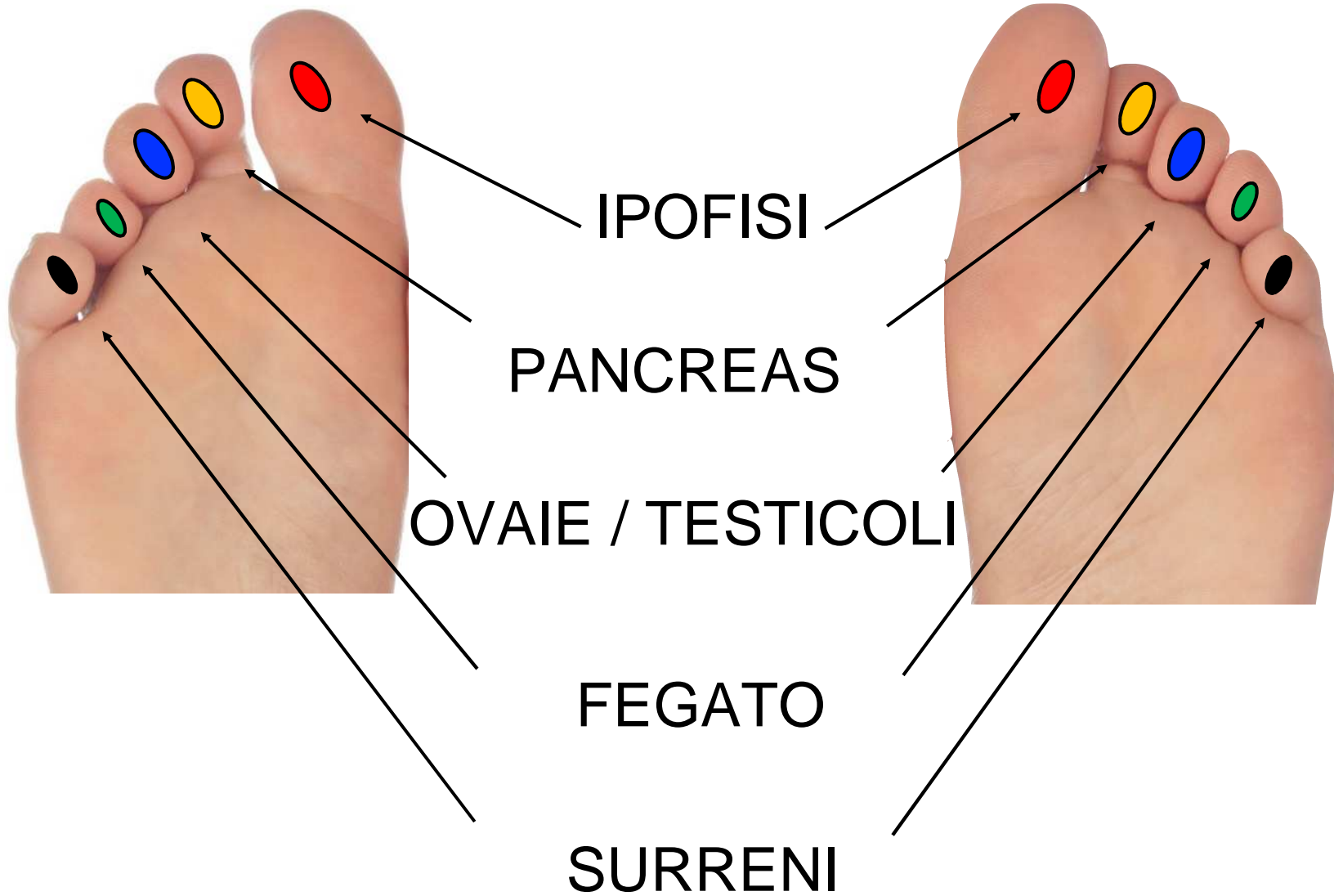
PRINCIPIANTI: fino a che non si acquisisce la giusta «esperienza» agire con dei piccoli cerchi in punta di dito

TECNICA E DURATA: ogni intervento sul singolo riflesso non deve durare più di 2 min.
La pressione deve essere profonda e precisa al limite della sopportazione.

LE GHIANDOLE

Dx

Sx



Le ghiandole riflesse nei polpastrelli delle dita

Quando si trattano:

1° dito = iper produttività dell' IPOFISI

2° dito = iper produttività del PANCREAS

3° dito = iper produttività delle OVAIE/TESTICOLI

4° dito = iper produttività del FEGATO

5° dito = iper produttività delle SURRENI

**3 ° ELEMENTO METALLO Terzo dito del
piede**



Dx

Sx



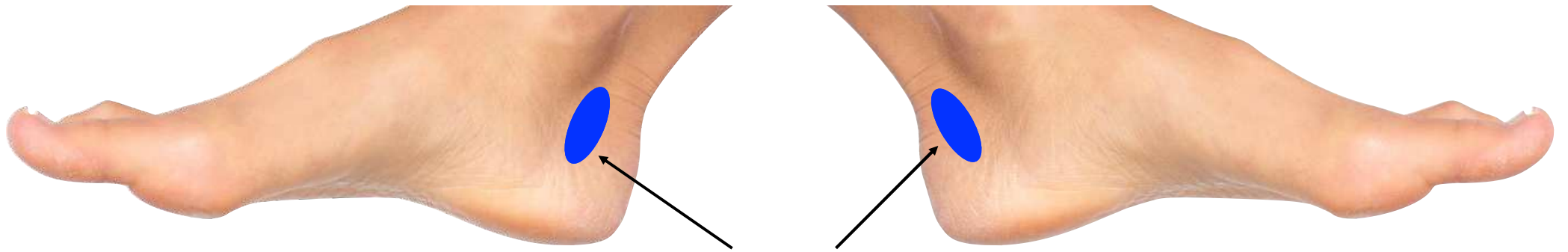
Polmoni e vie respiratorie

Colon

Apparato genitale

Dx

Sx



Utero / Prostata

Dx

Sx



Dx



Sx



I POLMONI le VIE RESPIRATORIE si stimolano:

**per tutte le debolezze dei polmoni, raffreddori frequenti,
pelle secca, per tutte le bronchiti, faringiti, laringiti, tracheiti**

Dx



Sx



INTESTINO CRASSO (COLON)

seconda ed ultima parte del sistema digestivo dove il chimo si trasforma in chilo.

La sua funzione è quella di assorbire l'acqua rimanente dai resti indigestibili del cibo, resti poi espulsi tramite l'ano.

Lungo mediamente 170 cm, con un diametro di circa 7 cm, esso è costituito da 5 tratti fondamentali:

1. tratto ascendente
2. tratto trasverso
3. tratto discendente
4. tratto sigma
5. tratto retto

Dx



Sx



L'INTESTINO CRASSO (colon) si lavora: per tutti i problemi di stitichezza (in stimolazione); se la persona soffre di diarrea o dissenteria, lavorare in SEDAIONE per calmare.

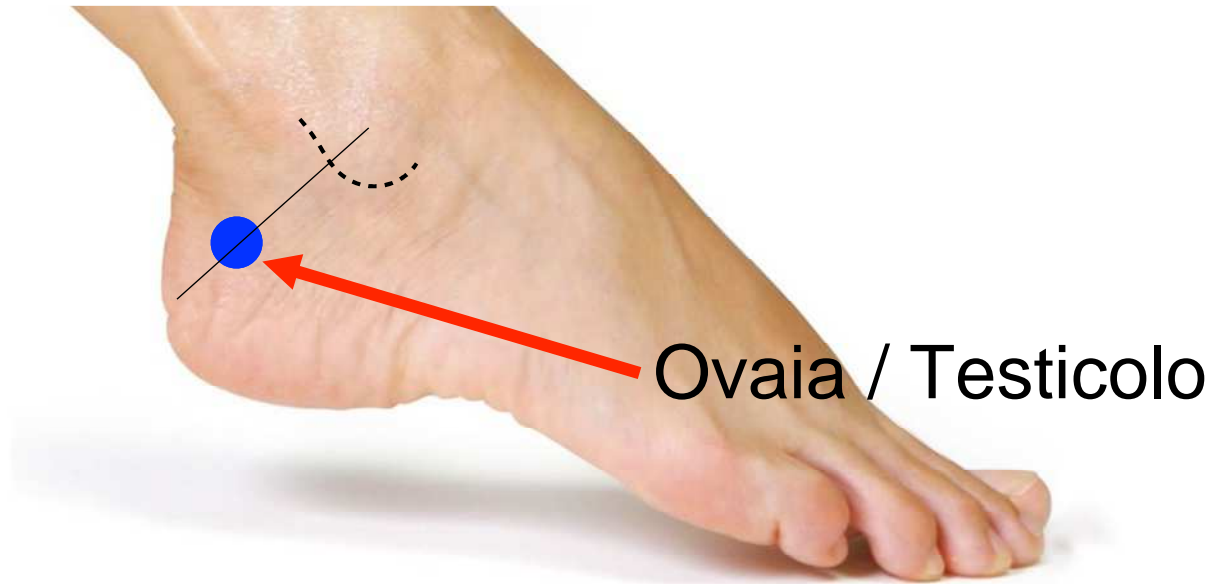
Visto la sua connessione con il sistema nervoso, stimolare l'intestino crasso per tutti i problemi di depressione. In particolare il tratto Sigma dell'intestino.

SEDARE il tratto del "retto" per tutti i problemi di emorroidi e ragadi (sono tagli nell'intestino).



APPARATO GENITALE FEMMINILE

organi genitali femminili sono interni e comprendono la vagina, l'utero, le tube o trombe di Falloppio e le ovaie. L'utero è l'organo dell'apparato riproduttivo femminile dalla caratteristica forma a pera rovesciata, situato al centro della parte più bassa dell'addome (detta anche pelvi).



APPARATO GENITALE MASCHILE

Il pene e i due testicoli al lato del pene formano gli organi esterni, cioè visibili. Gli organi interni, non visibili, sono costituiti da: dotto deferente, vescicole seminali, dotti eiaculatori, prostata ed uretra

Quando si trattano:

OVAIE: per i disturbi di frequenza del ciclo mestruale, cisti ovariche, endometriosi, depressione (la stimolazione di queste ghiandole fa produrre degli ormoni che aiutano il sistema nervoso nella ripresa dell'umore). Stimolare le ovaie anche per aumentare il desiderio sessuale.

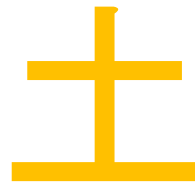
TESTICOLI: stimolare per aumentare la produzione di spermatozoi, per i dolori ai testicoli, cisti ai testicoli. Per i problemi di depressione, per l'aumento del desiderio sessuale.

UTERO: stimolare per chi soffre di dolori mestruali, disturbi dell'utero in generale, per tutte le persone che soffrono di aborti spontanei. Per tutte le donne che si trovano al 9 mese di gravidanza.

PROSTATA: Stimolare per tutte le persone che hanno disturbi di prostata come ad esempio svegliarsi più e più volte di notte per andare in bagno a urinare; per migliorare la quantità del liquido spermatico.

APPARATO GENITALE: Si stimola per la carenza energetica del funzionamento generale dell'apparato genitale.

2 ° ELEMENTO TERRA Secondo dito del piede



Dx

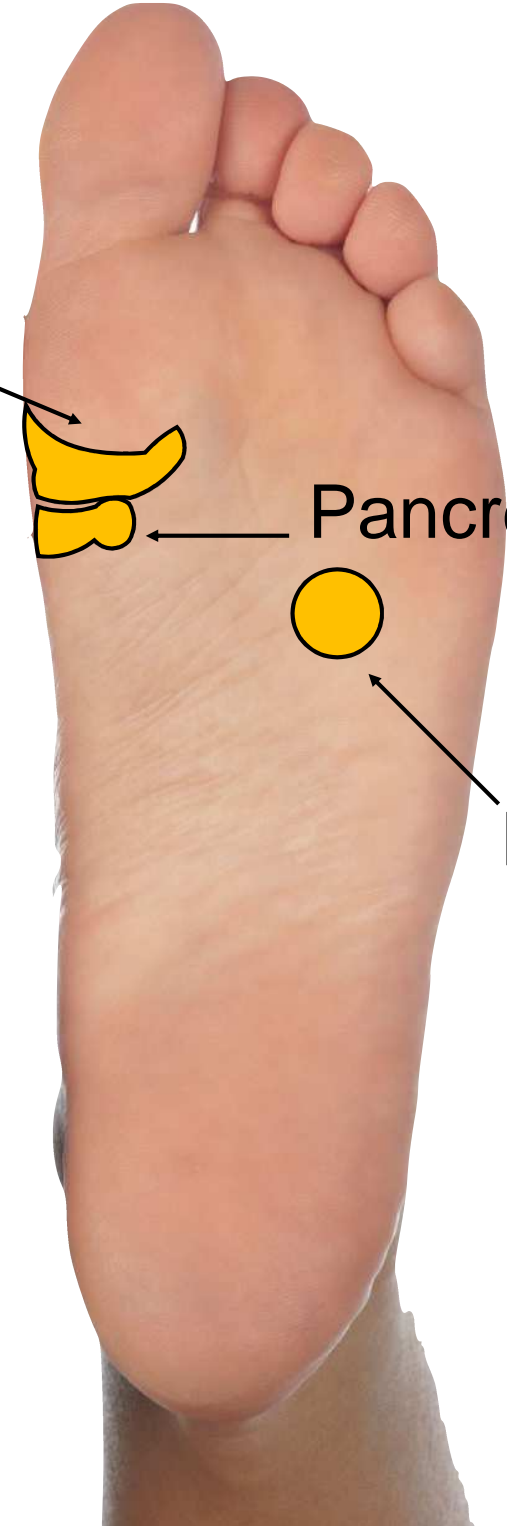
Sx

Stomaco

Pancreas 1/3

Pancreas 2/3

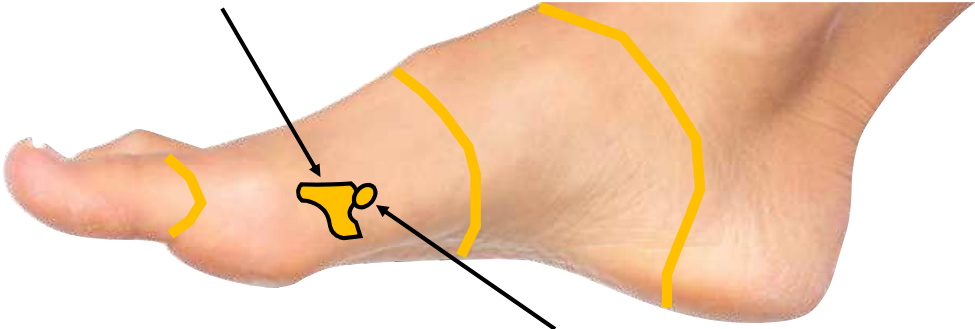
Milza



Dx

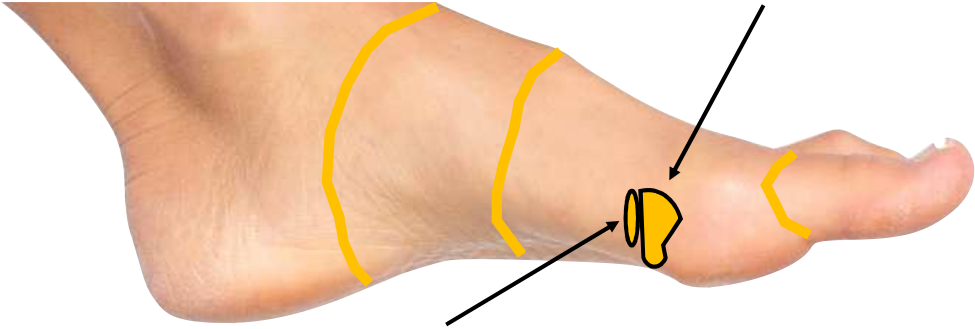
Sx

Stomaco



Pancreas 1/3

Stomaco



Pancreas 2/3

Lo stomaco

è un organo che appartiene all'apparato digerente. È una dilatazione a forma di sacco muscolare estensibile del canale alimentare e possiede un orifizio superiore di ingresso, che lo collega all'esofago, detto cardias e uno inferiore di uscita, con cui comunica con l'inizio dell'intestino, detto piloro. È situato nella cavità addominale e aderisce nella parte superiore al diaframma ed è interposto tra il fegato e la milza. In media ha una lunghezza massima di 25 cm, con una larghezza di 12 cm e uno spessore di 8 cm. Può contenere dai 2 ai 4 litri di sostanze liquide e solide

Dx

Sx



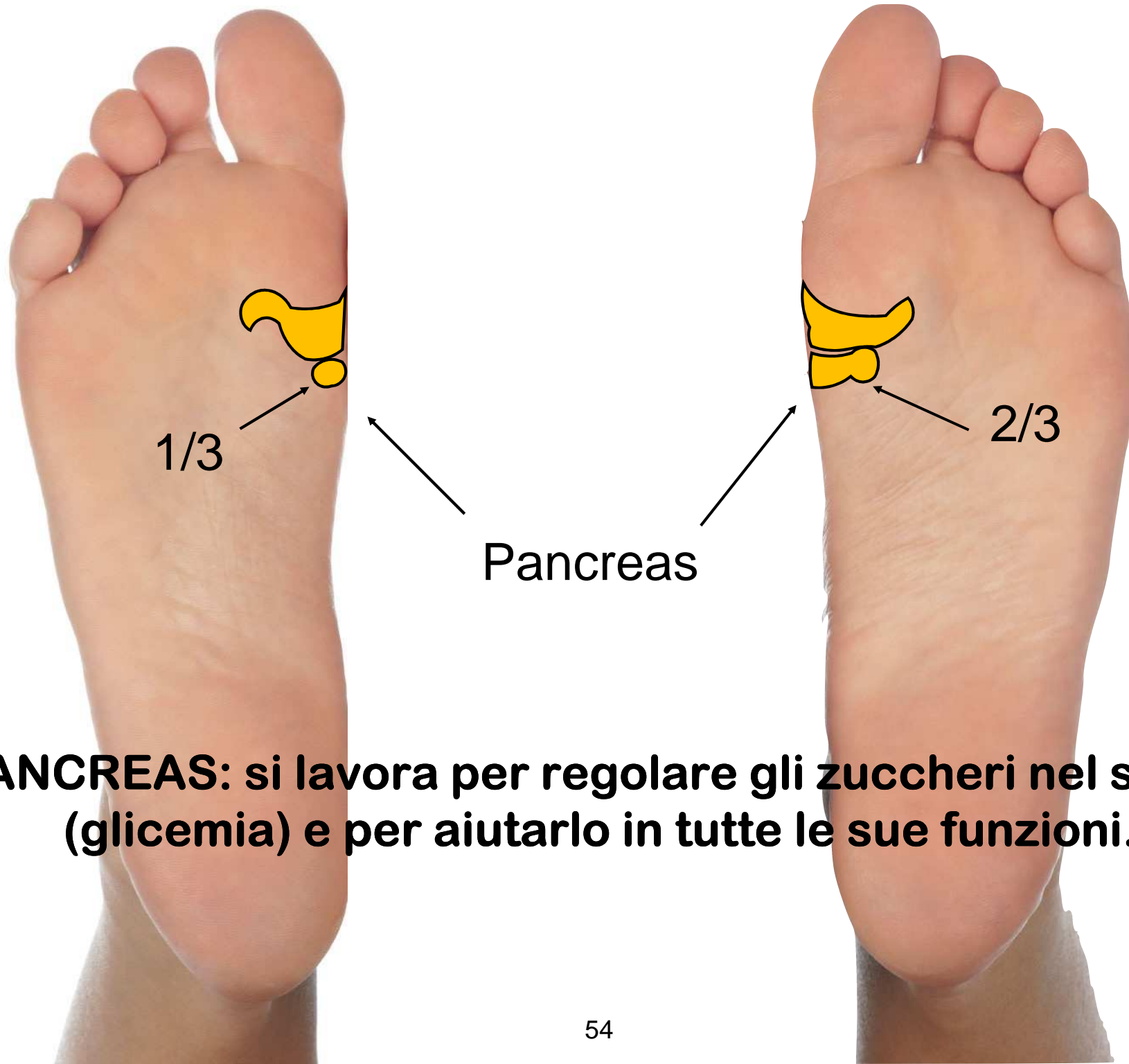
Lo STOMACO si lavora: per tutti i problemi digestivi, dolori allo stomaco, eruttazioni frequenti e per aiutarlo in tutte le sue funzioni.

Il pancreas è una voluminosa ghiandola annessa all'apparato digerente una parte esocrina e una endocrina.

La sua principale funzione è quella di produrre succo pancreatico (prodotto dalla parte esocrina), insulina e glucagone (entrambi prodotti dalla parte endocrina). Il succo pancreatico ha la funzione di digerire alcune sostanze nell'intestino tenue, mentre l'insulina ed il glucagone hanno come principale funzione quella di controllare la concentrazione di glucosio nel sangue.

Dx

Sx



II PANCREAS: si lavora per regolare gli zuccheri nel sangue (glicemia) e per aiutarlo in tutte le sue funzioni.

LA MILZA

In età fetale concorre alla formazione dei globuli rossi. Questa funzione viene persa col tempo ma può essere riacquistata a seguito di situazioni gravi come un'emorragia interna.

Col fegato è preposta alla distruzione dei globuli rossi invecchiati concorrendo al ricambio del sangue.

Immagazzina il ferro derivante dalla distruzione dei globuli rossi.

Funge da riserva di globuli rossi e piastrine che possono essere introdotti in circolo in caso di necessità (intensa attività fisica, emorragie, asfissia, intossicazioni)

Negli adulti ha un ruolo fondamentale nella formazione di linfociti e monociti importanti nella difesa immunitaria e permette la formazione di anticorpi.

Concorre alla regolazione della pressione sanguigna sequestrando o rilasciando sangue quando necessario.

Senza Milza si può vivere ma la splenectomia (rimozione della milza) ha come conseguenza una maggior suscettibilità alle infezioni, un possibile aumento di rischio trombotico e cardiopatie trombotiche.

Dx



Sx



Milza

La MILZA si lavora: principalmente per stimolare le difese immunitarie e per aiutarla in tutte le sue funzioni.

4 ° ELEMENTO LEGNO Quarto dito del piede



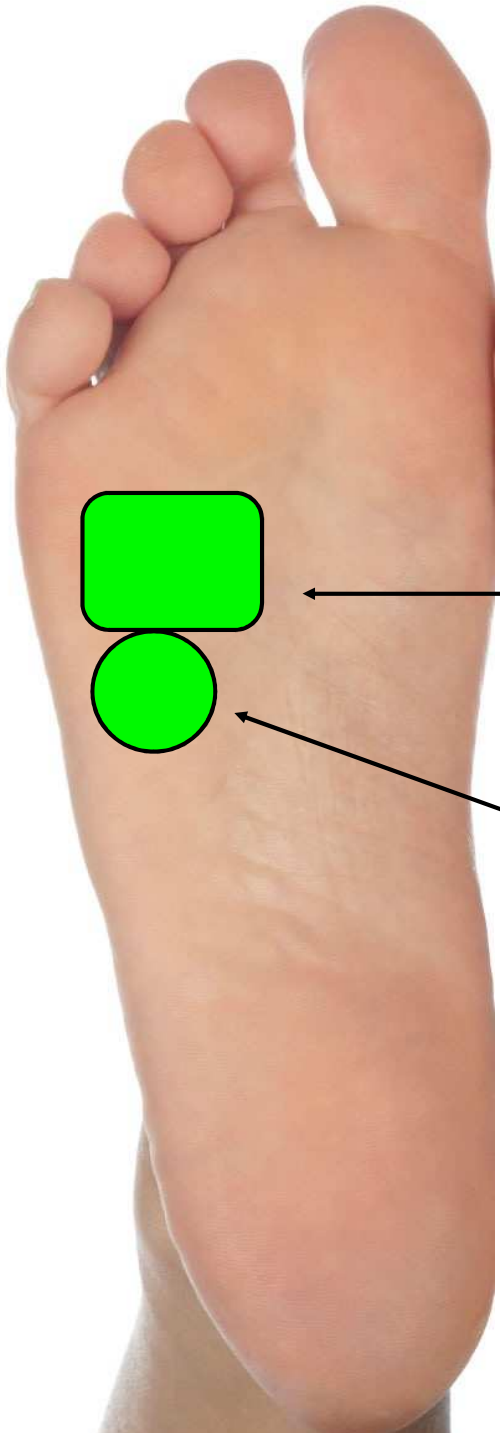
Questo elemento è caratterizzato principalmente da:

FEGATO

MUSCOLI PARAVERTEBRALI

MUSCOLI DEL CORPO

Dx



Fegato

Vescica
biliare

Sx



FEGATO

Il fegato ha più di 500 funzioni, tra queste:

Attraverso la produzione della Bile svolge un'importante funzione metabolica consentendo la digestione dei grassi. Produce inoltre le vitamine A, D, E, K che si sciolgono nei grassi.

Permette la modulazione dei livelli di zucchero nel sangue (glicemia)

E' fonte dei fattori di coagulazione che permettono la fluidità sanguigna.

Funge da filtro anti-tossine e organo fondamentale per il sistema immunitario; filtra il sangue rimuovendo le sostanze chimiche dannose ed i batteri.

E' l'unico organo in grado di rigenerarsi.

FEGATO & VESCICA BILIARE

Dx

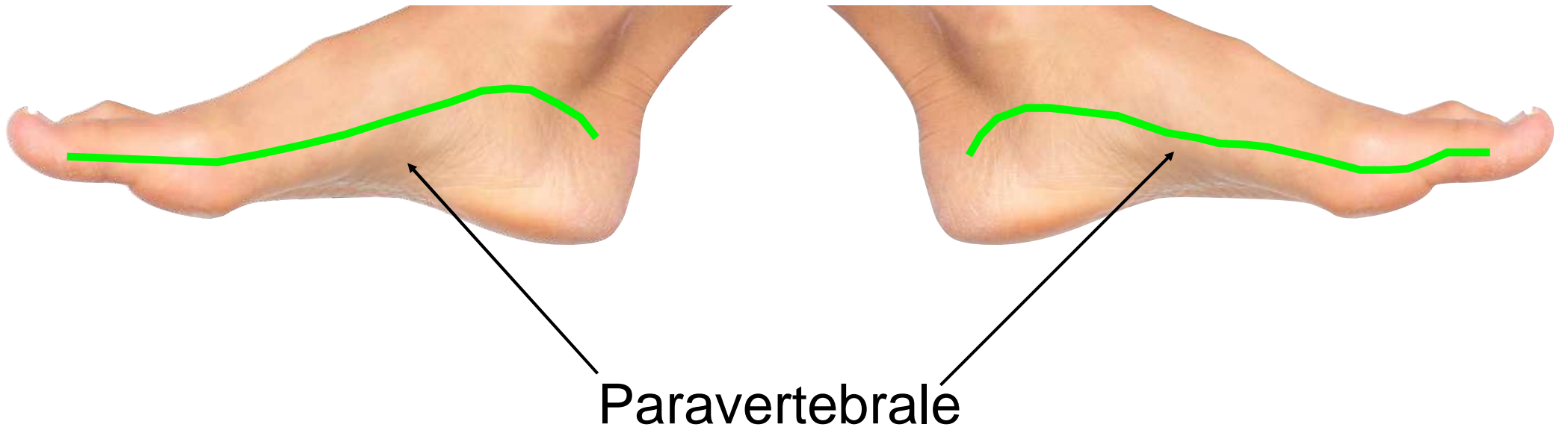
Sx



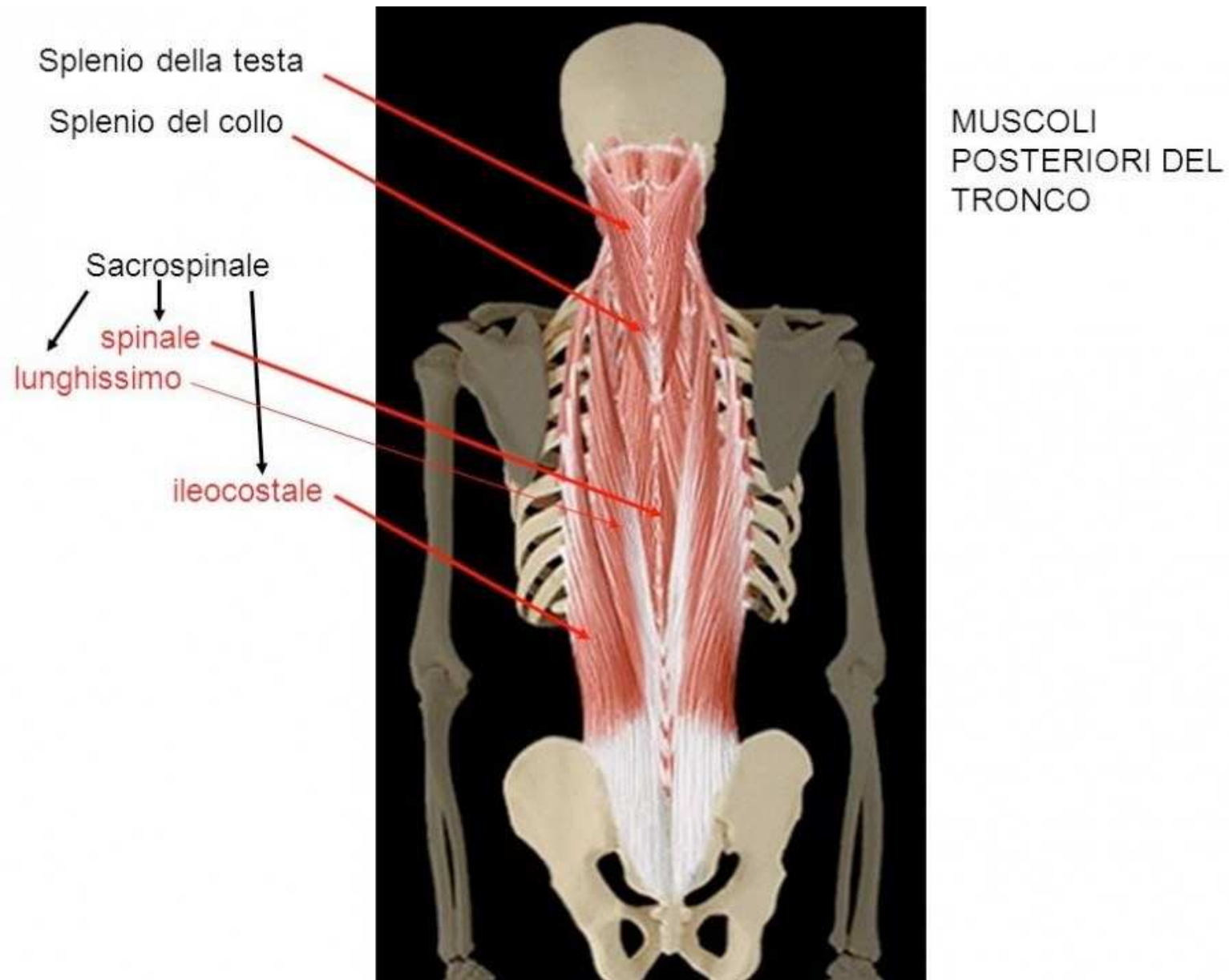
Fegato

Vescica
biliare

Va stimolato: per tutti i problemi di crampi, rigidità muscolare, abbassamento della vista (è il fegato che agisce sulle diottrie). Per tutti i problemi di sovrappeso, nei casi di stanchezza eccessiva, in tutti i casi di presenza di cisti (indipendentemente dalla loro ubicazione, es. cisti ovariche, tendinee, dermiche, etc)



MUSCOLI PARAVERTEBRALI / MUSCOLI DEL CORPO

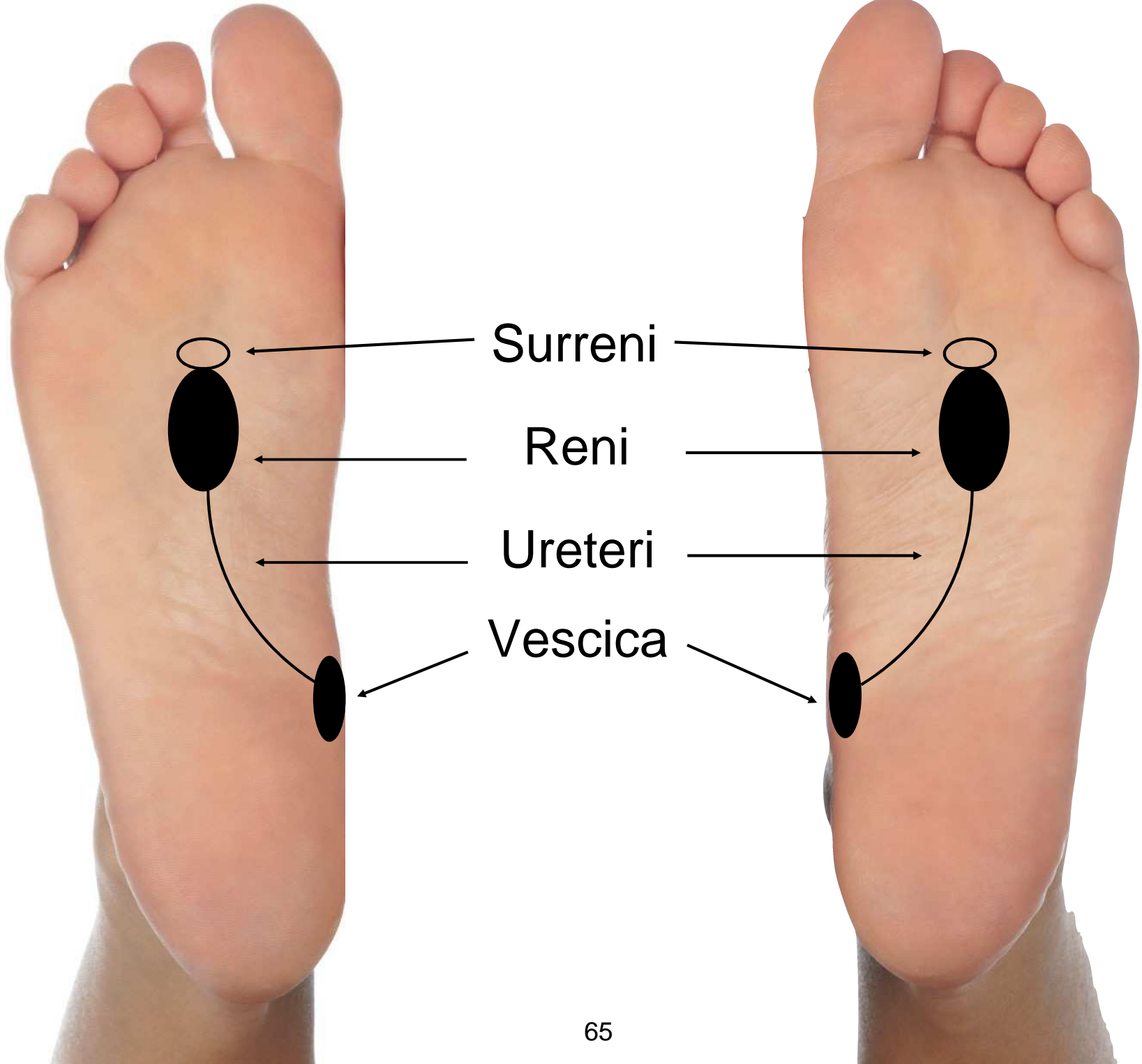


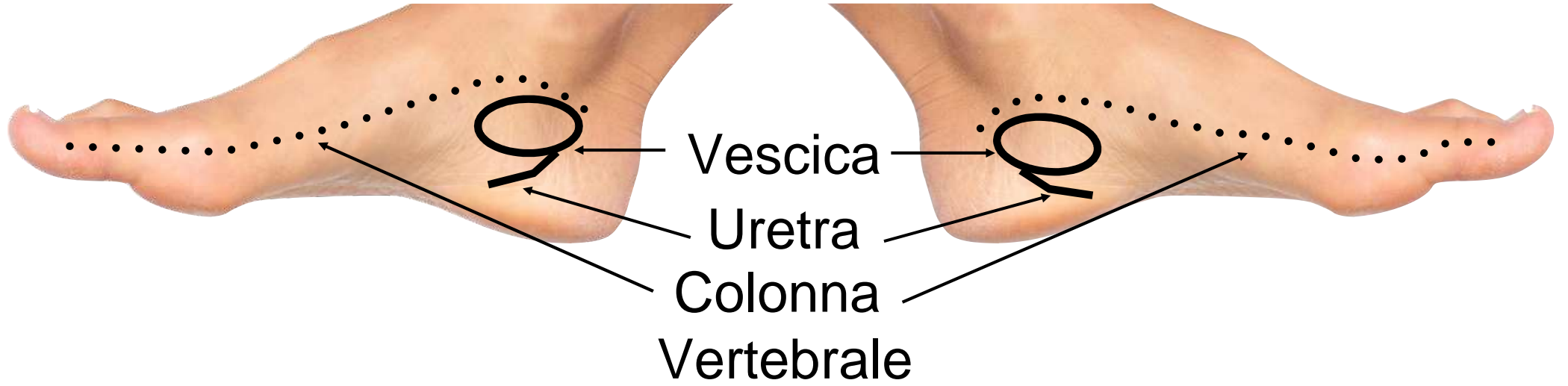
5 ° ELEMENTO ACQUA Quinto dito del piede

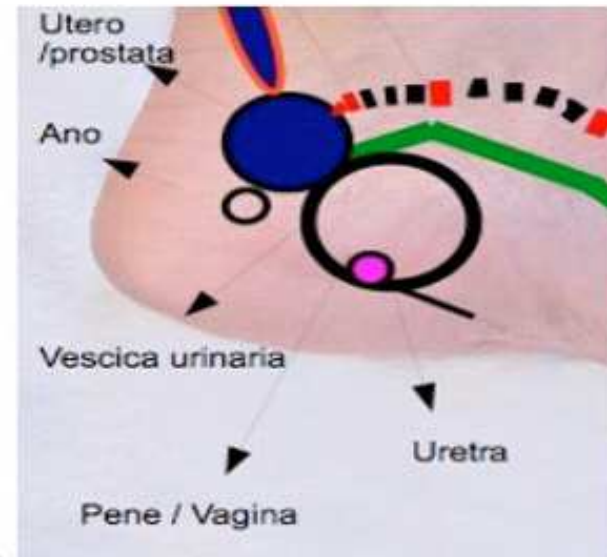
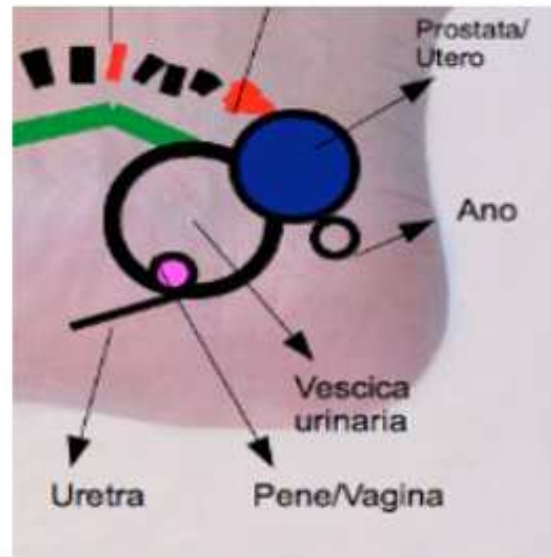
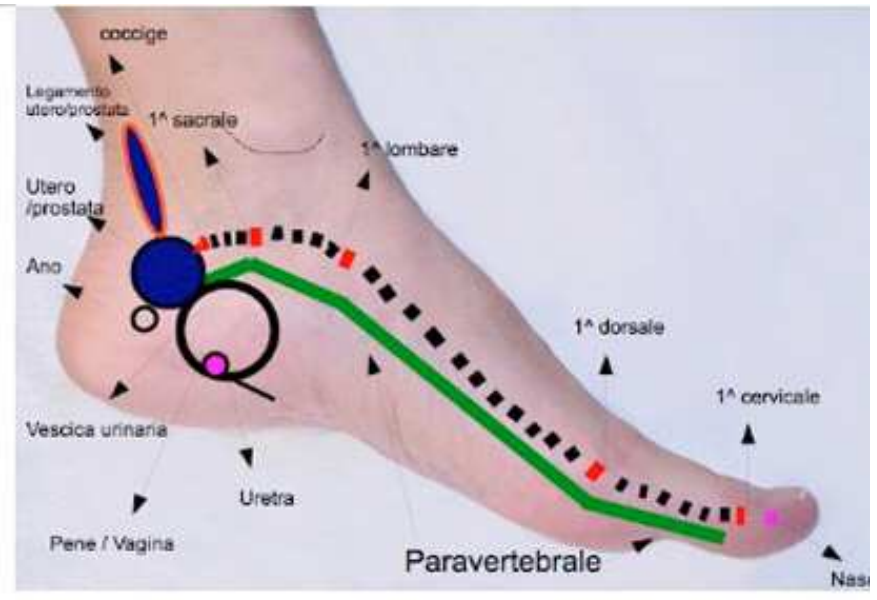
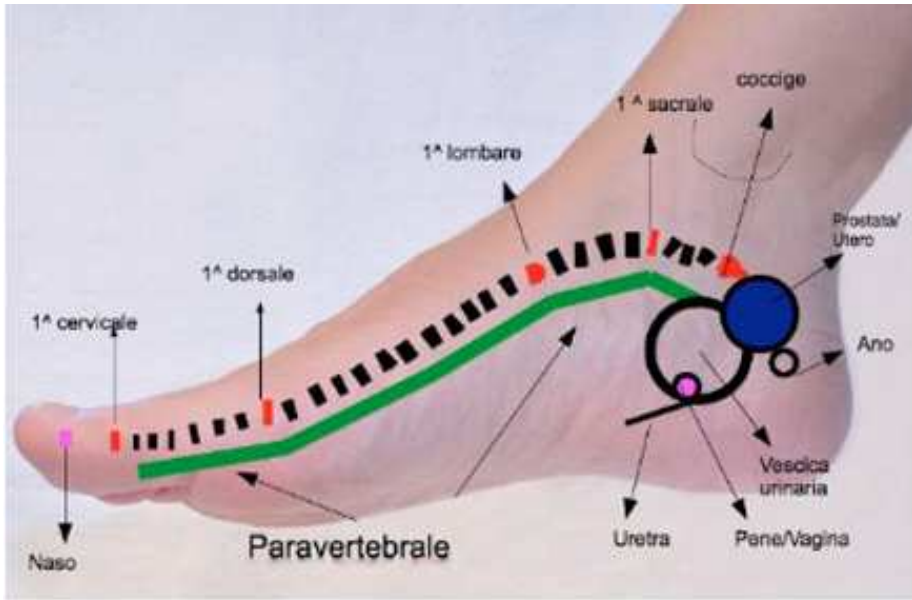
水

Dx

Sx







L'apparato urinario (reni, ureteri, vescica) svolge la funzione di depurare il sangue ed eliminare le scorie in esso contenute.

La depurazione del sangue avviene attraverso i reni al cui interno circa un milione di minuscoli filtri chiamati nefroni filtrano appunto il sangue che lascia acqua e scorie.

Il liquido che si raccoglie è una sostanza ancora ricca di elementi

utili che vengono ulteriormente riassorbiti mentre la parte di scarto viene eliminata attraverso gli ureteri raccolta nella vescica e quindi espulsa dal corpo.

Ogni ora transitano nei reni circa settanta litri di sangue e vengono prodotti circa centosettanta litri di filtrato renale; di questi ne vengono riassorbiti circa centosessantatré quindi il corpo elimina circa un litro di urina al giorno.

I reni sono due organi a forma di fagiolo, lunghi all'incirca 12 centimetri.

Sono localizzati nella schiena, sopra la linea della vita e sono protetti dalle costole.

Regolano il contenuto di acqua del corpo.

Rimuovono dal sangue i prodotti di scarto derivanti sia dall'attività delle cellule dell'organismo, sia dal cibo che ingeriamo.

Aiutano a mantenere le sostanze chimiche del corpo in equilibrio.

RENI:

si lavorano in **STIMOLO** per tutti i problemi di pressione sanguigna (in particolare quando la pressione è tendente al basso).

Per tutti i problemi di ritenzione idrica.

Per tutti i problemi di dolori articolari.

Per tutte le persone eccessivamente paurose.

Per tutte le persone che soffrono di borse sotto oculari.

Si lavorano in **SEDAZIONE** (quando invece la pressione è troppo alta).

SURRENI:

si lavorano in **SEDAZIONE** per tutte le persone eccessivamente iperattive, sotto stress.

Si lavorano in **STIMOLO** per tutte le persone che soffrono di stanchezza cronica o da cambio di stagione.

VESCICA URINARIA:

si stimola per tutti i disturbi della vescica come ad esempio la cistite. Si lavora anche per tutte le persone che soffrono di occhiaie nere sotto gli occhi.

URETERI:

si stimolano per tutti i disturbi degli ureteri.

URETRA:

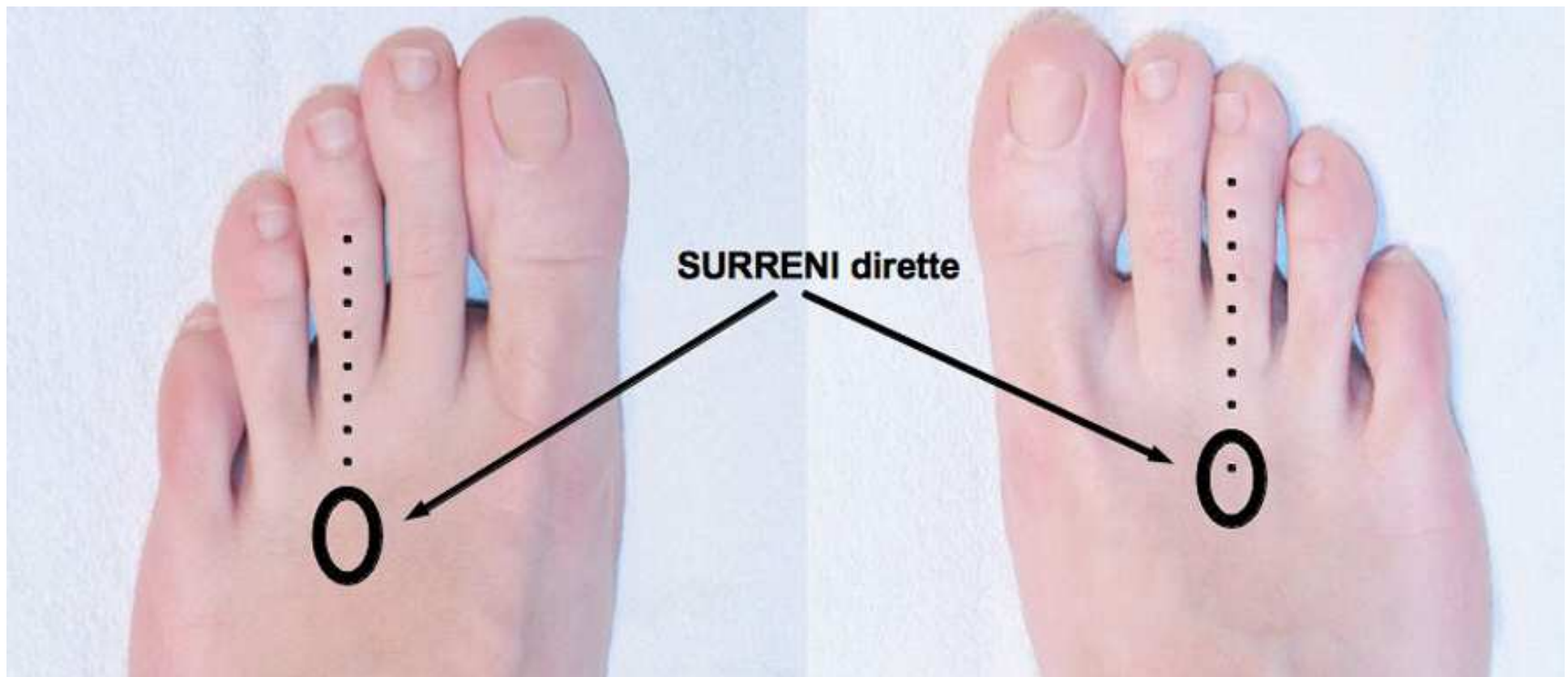
si stimola per tutti casi di continuo stimolo di urinare, dolore durante la minzione, nelle le uretriti (a volte si confonde l'uretrite con la cistite, la differenza è che la cistite da la febbre e tremori oltre che ovviamente il bruciore alla minzione, diversamente siamo in presenza di URETRITE).

SURRENI “DIRETTE”:

nell'immagine qui sotto disegnata in nero sul dorso del piede sotto il 3° dito troviamo la zona delle “SURRENI DIRETTE”.

Questi due punti (uno per piede) sono particolarmente utili per sedare le surreni in quelle persone che soffrono di attacchi di panico.

Si lavorano in SEDAZIONE e solitamente sono zone dolorose alla digito-pressione.

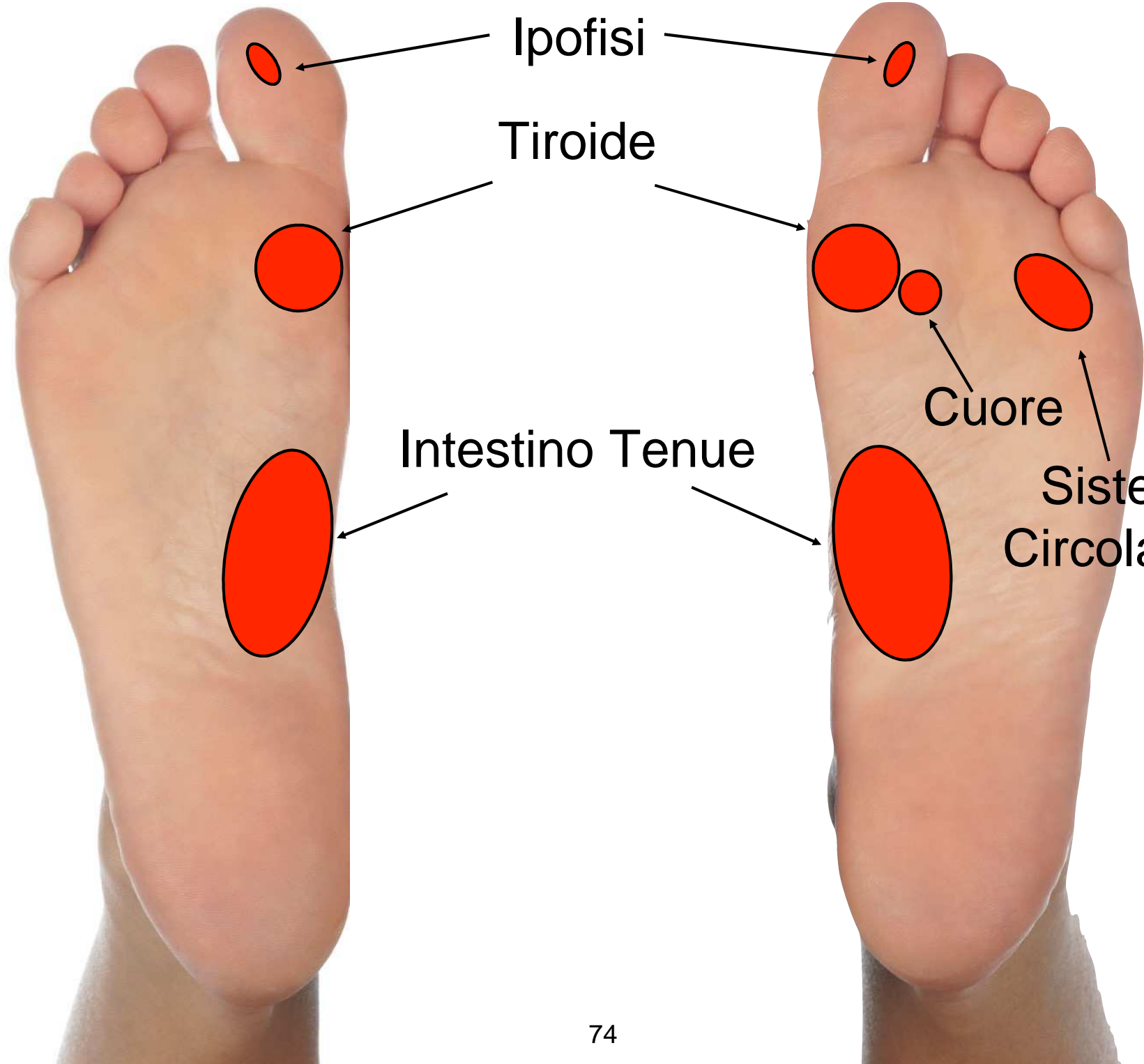


1 ° ELEMENTO FUOCO Primo dito del piede



Dx

Sx



Ipofisi

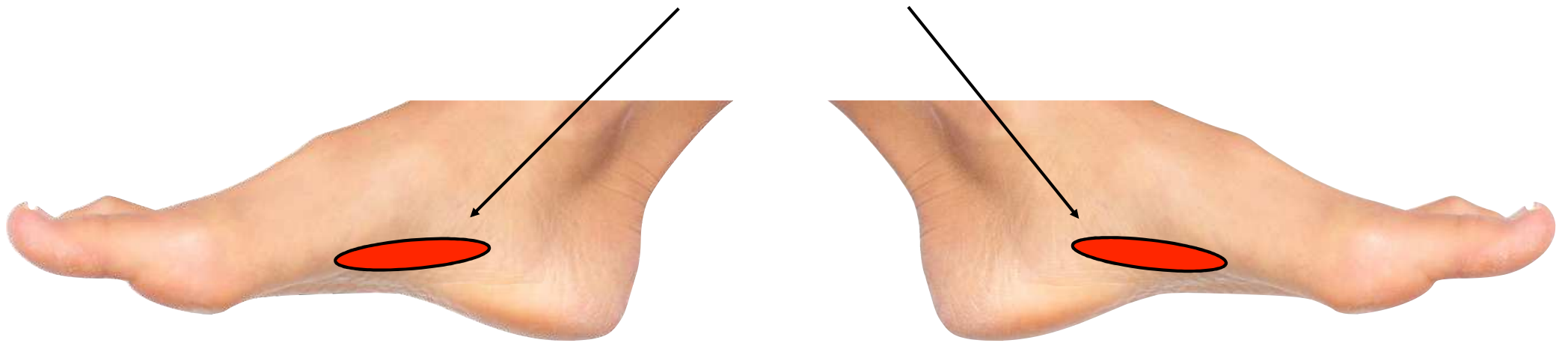
Tiroide

Intestino Tenue

Cuore

Sistema Circolatorio

Intestino Tenue



Il cuore

è l'organo principale dell'apparato circolatorio. Si intende per apparato circolatorio un sistema composto da una pompa, il cuore, e da tubi, i vasi sanguigni (arterie, vene, capillari, linfatici), distribuiti in ogni parte ed organo del corpo umano.

La piccola circolazione trasporta sangue venoso, ricco di anidride carbonica, dal cuore ai polmoni, dove il sangue viene purificato e riportato al cuore ossigenato.

Dal cuore a sua volta parte la grande circolazione che porta il sangue arterioso all'organismo per cedere l'ossigeno e riempirsi di anidride carbonica, quindi ritornare al cuore come sangue venoso per entrare nel piccolo circolo e purificarsi.

Apparato circolatorio



**Il CUORE e il Sistema circolatorio si lavorano:
per tutte le persone che hanno sempre freddo,
per tutti gli affaticamenti del cuore,
per tutte le persone che non ridono mai.**

Dx

Sx



L'INTESTINO TENUE si lavora: per tutti i problemi di intolleranze alimentari; per tutti i problemi di gonfiore addominale, per tutti i problemi di dolori all'addome.

SISTEMA ENDOCRINO

La tiroide

è una ghiandola endocrina (cioè a secrezione interna) che si trova nella regione sotto-ioide del collo, al davanti della trachea (cioè sotto il "pomo di Adamo"), ed è costituita da 2 lobi laterali uniti da un istmo.



ipofisi (ghiandola pituitaria)

una ghiandola situata alla base del cranio.

L'ipofisi è regolata dagli ormoni prodotti dall'ipotalamo e a sua volta produce ormoni che vanno a influenzare l'attività di altre ghiandole come tiroide, ghiandole surrenali e gonadi (ovaie e testicoli) denominate "ghiandole bersaglio" e proprio per questa sua funzione di controllo viene anche definita "ghiandola maestra".

IL SISTEMA ENDOCRINO

aiuta il sistema nervoso nel controllare il funzionamento degli organi

funzione

è formato

GHIANDOLE ENDOCRINE

organi bersaglio gli ormoni vanno **secernono nel sangue gli ORMONI**

si trovano **in varie parti del corpo**

si trovano

sono

isole di Langerhans

- producono l'insulina,
- regola la concentrazione di glucosio nel sangue

gonadi (ovaie e testicoli)

- producono ormoni sessuali, che favoriscono lo sviluppo dei caratteri sessuali
- nella femmina preparano l'utero ad accogliere il feto

surrenali

- formazione di glucosio
- controllano equilibrio di acqua e sali
- bloccano infiammazioni
- fa aumentare: battito cardiaco, la pressione arteriosa, la quantità di zuccheri nel sangue

tiroide

- stimola il metabolismo
- utile per un corretto sviluppo corporeo

epifisi

una specie di "orologio interno"

paratiroidi

- stimola la liberazione di calcio dalle ossa
- attiva la vitamina D

timo

regolano la crescita e le reazioni immunitarie

IPOFISI

dall'**encefalo**

è controllata

secerne

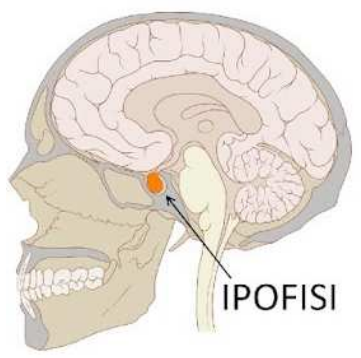
le altre ghiandole endocrine

coordina (con gli ormoni prodotti)

diversi tipi di ormoni

alcuni **controllano** attività di alcune **ghiandole:** gonadi, surrenali

alcuni hanno **effetti diretti** su **organi:** rene, ossa, app. riprodutt. femminile

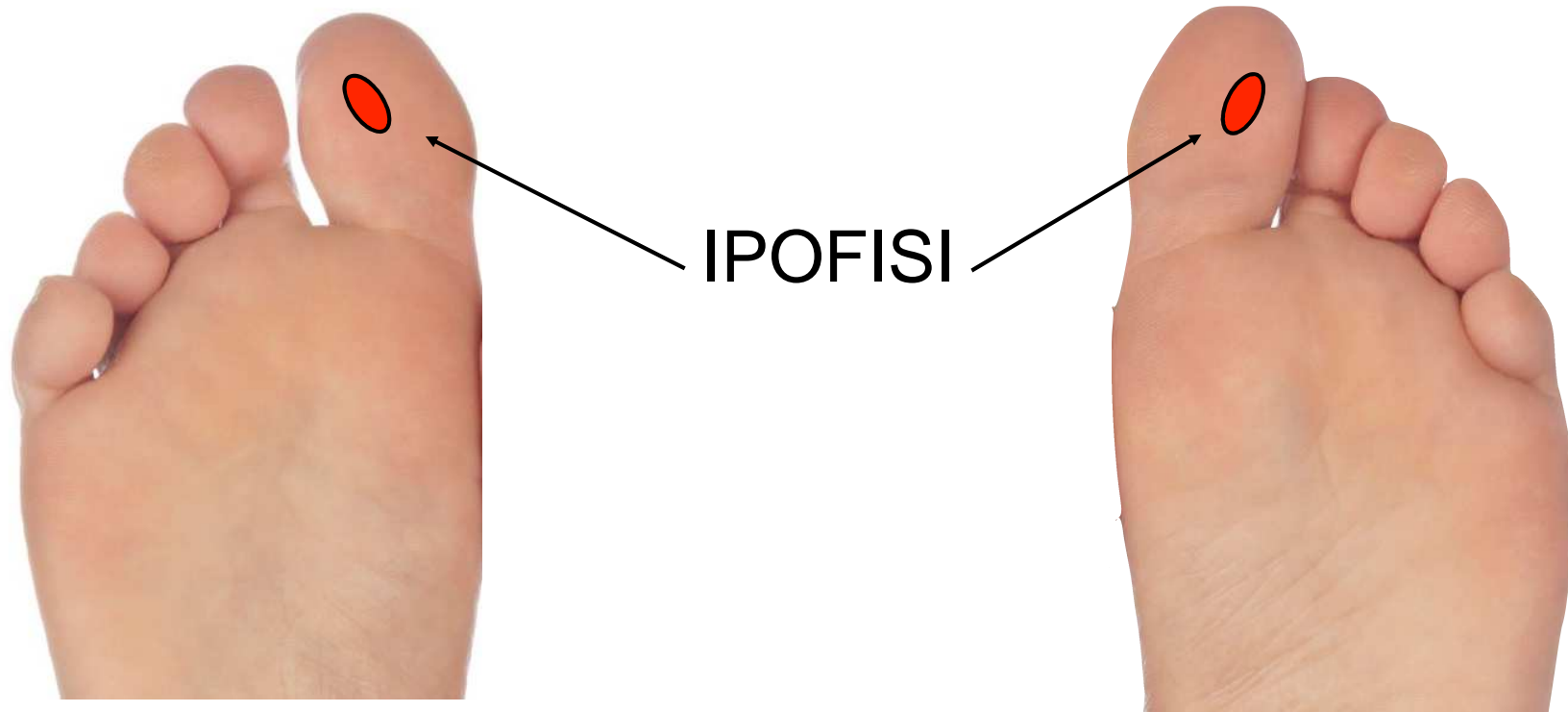


MAPPE per la **SCUOLA**
www.mappe-scuola.com

Dx

IPOFISI

Sx



L'IPOFISI si lavora:

per regolare tutti i disturbi legati all'umore,

per regolare le mestruazioni,

per regolare il metabolismo (in quanto stimola la tiroide) e per aiutarla in tutte le sue funzioni.

Come si intuisce, un problema che mandi in tilt l'ipofisi, può ripercuotersi su tantissime funzioni vitali, dalla fertilità al metabolismo.

Come possiamo capire se questa ghiandola del nostro corpo non sta funzionando a dovere?

Ecco alcuni sintomi:

Cefalee molto frequenti

Amenorrea (Assenza della mestruazione)

Calo della libido

Ingrassamento o dimagrimento

Iperensione arteriosa

Perdita dei capelli

Disturbi alla vista

Disturbi dell'umore

Tremori

Infertilità

Depressione

Diagnosi



*Grazie per aver partecipato al
Corso Base
Riflessologia Plantare*

