

Reflexología facial

(1ª parte)

Por Lone Sorensen

Lone Sorensen, profesora de Reflexología de origen danés, investiga y aplica desde hace más de 28 años en centros de diversos países del mundo una variante de la tradicional reflexología que se aplica en el rostro y por eso ha venido a llamarse reflexología facial. Lone Sorensen nos acompañará en una serie de artículos para profundizar en este tema.

La Reflexología con fines terapéuticos no sólo puede ejercerse mediante la manipulación de los pies y las manos sino también trabajando la cara ya que en ella residen también puntos reflejos.

En esto se basa la llamada Reflexología Facial, terapia que comienza ahora a practicarse en España. Con la Reflexología Facial podemos tratar diversas enfermedades y actuar sobre la totalidad del sistema nervioso favoreciendo la liberación de sustancias bioquímicas ligadas a la respuesta inmune y a los mecanismos endógenos de control del dolor. Además tratando los puntos y zonas de la cara se consiguen notables resultados sobre el aspecto el rostro. Los incas, antes de la era cristiana, ya empleaban la manipulación de ciertas zonas de los pies para aliviar los males. Algunos jeroglíficos egipcios muestran que el masaje de las extremidades inferiores y superiores se usaba como forma de terapia en la época faraónica. Y también en la antigua China estaba extendido el tratamiento por presión digital. Pues bien, estas prácticas han continuado su recorrido

por la historia hasta llegar a nuestros días donde se las conoce bajo el nombre de reflexología. Y en la actualidad la forma de aplicación más común sigue efectuándose en las denominadas "zonas reflejas" de pies y manos, regiones que reciben esa denominación por estar conectadas con los diferentes órganos del cuerpo. Un buen número de terapeutas no ha dejado además de buscar modos de ampliar las posibilidades del método.

Se ha de decir que el método integra los conocimientos de la tradición oriental sobre los meridianos de energía, prácticas ancestrales de los Andes y las investigaciones neurológicas más avanzadas. El resultado de esta síntesis es una precisa herramienta para el diagnóstico y una eficaz técnica de tratamiento. En mi opinión, lo esencial de la reflexología facial es la unidad de todo el organismo a través de la conexión entre el sistema nervioso central y los meridianos canalizando la corriente eléctrica.

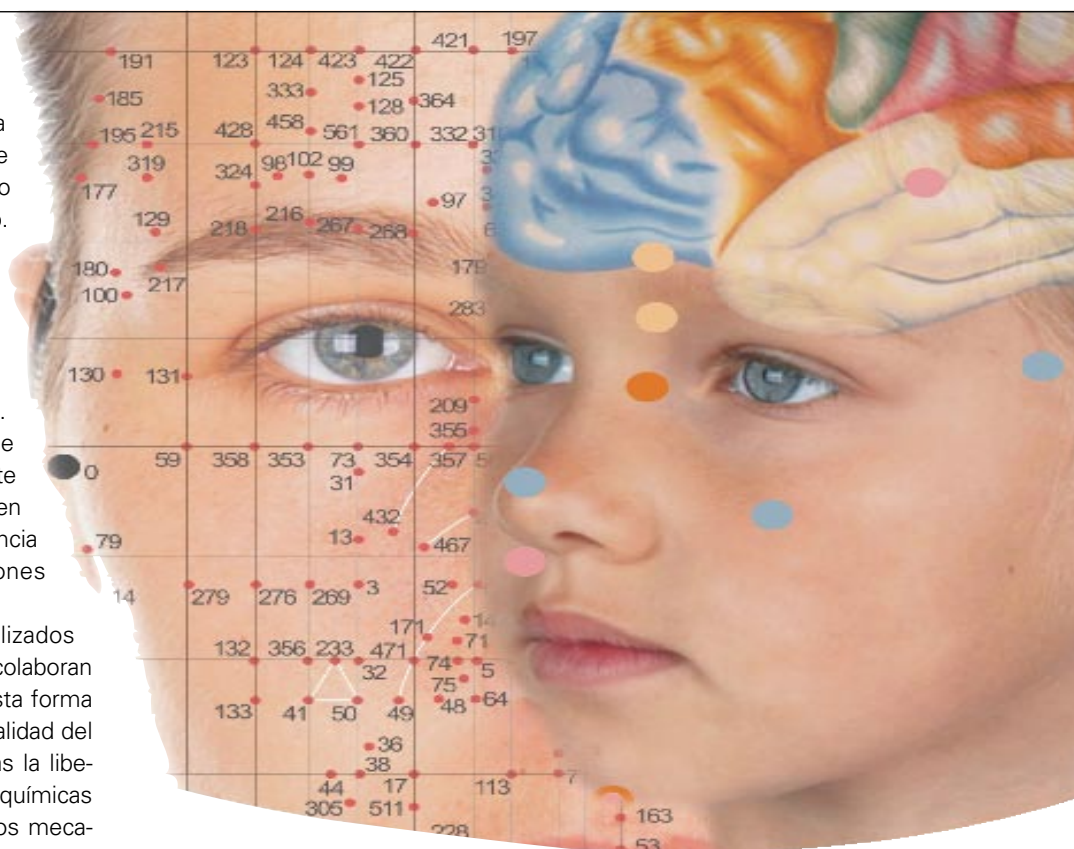
La conexión de la cara con el cerebro hace que, además de la relajación y tonificación de una musculatura que está en continuo movimiento, mostrando los aspectos más sutiles

de la personalidad a través de una amplia gama de expresiones elimine las acumulaciones de energía, no sólo de la cara sino de todo el cuerpo. Pero la acción más notable, la de facilitar la circulación de la energía y de la sangre por las arterias y los meridianos, proporciona el mismo resultado que regar una planta que se está secando por falta de agua. El envejecimiento de las células se produce por falta de irrigación, y este efecto es particularmente notable en la piel de la cara debido a la abundancia de vasos sanguíneos y terminaciones nerviosas.

Los trabajos de investigación, realizados junto a un grupo de médicos que colaboran conmigo, parecen demostrar que esta forma de terapia tiene efectos sobre la totalidad del sistema nervioso y favorece además la liberación de numerosas sustancias bioquímicas ligadas a la respuesta inmune y a los mecanismos endógenos de control del dolor.

Es interesante subrayar también que en la gestación de esta nueva terapia se han aprovechado los resultados obtenidos por otros proyectos de investigación científica. La medicina alopática está demostrando ser incapaz de resolver muchas enfermedades pero en su afán de encontrar los mecanismos moleculares de todas las patologías y desarrollar fármacos genera una ingente cantidad de datos que las medicinas denominadas alternativas aprovechan también para justificar científicamente su eficacia, lo que oficialmente se les exige para ser aceptadas.

Los estudios más novedosos en el campo de la neurobiología y la embriología han demostrado que el sistema nervioso central cuyo principal representante es el cerebro y la piel tienen un origen común. En las primeras fases de desarrollo de un embrión a partir del óvulo y del espermatozoide se forman tres grupos bien diferenciados de células que más tarde darán lugar al organismo completo. Y resulta que el sistema nervioso y la dermis proceden del mismo acumulo celular. Por otra parte, incluso la medicina alopática acepta hoy algo que otras terapias aplican desde hace siglos: el hecho de que los procesos nerviosos y emocionales están íntimamente ligados a los mecanismos de defensa del organismo y a la actividad hormonal. No en vano en los últimos



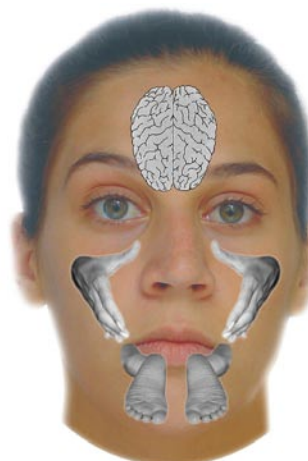
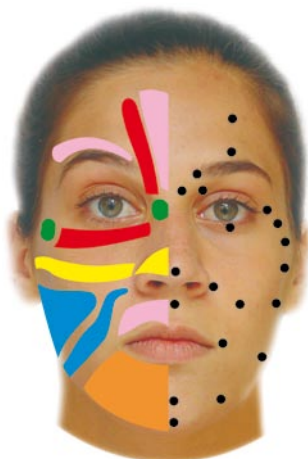
años han surgido nuevas disciplinas como la Psiconeuroinmunología que exploran esta realidad. En definitiva, nuestra piel se puede considerar como una gran red de mensajería que conecta el exterior con el cerebro y como consecuencia con todo el organismo. No es sorprendente, pues, el efecto que tienen los masajes y las caricias sobre el estado anímico del individuo.

Microcosmos celular

El cuerpo humano se comporta como un microcosmos donde cada célula está conectada con el resto del organismo, y viceversa. Por eso su buen funcionamiento es decir, la salud y el bienestar dependen de que exista un equilibrio entre sus partes física y psíquica así como de que la información circule sin obstáculos. Y de ahí que la base y el objetivo de toda terapia que persiga la verdadera curación o, mejor aún, preservar la salud deba ser el organismo en su totalidad y las circunstancias particulares del individuo. Porque el fin es determinar la causa original de la alteración y no limitarse sólo a aliviar los síntomas.

Cuando el organismo recibe una agresión ya sea en forma de contaminación ambiental, mala alimentación o alteraciones emocionales se ponen en marcha una serie de mecanismos de compensación del daño para

El método integra los conocimientos de la tradición oriental sobre los meridianos de energía, prácticas ancestrales de los Andes y las investigaciones neurológicas más avanzadas.



amortiguar su efecto. Y como quiera que en nuestro microcosmos particular todo está en conexión, el conjunto en su totalidad se modifica. Por eso a veces los síntomas que aparecen no corresponden con el órgano o la función dañados sino que se localizan en otro lugar que ha sido afectado por el reajuste. Por ejemplo, en un buen número de casos la acidez de estómago es la manifestación de un trastorno del hígado. Por tanto, calmar el síntoma es un "parche" que intenta inútilmente engañar al organismo sin reparar el daño.

La Reflexología Facial responde en una u otra medida a los requisitos exigidos. ¿Por qué en la cara también? La respuesta es sencilla: para evitar intermediarios o, dicho de otro modo, para acortar el camino. La manipulación de ciertos puntos o zonas provoca la estimulación de las terminaciones nerviosas y de los canales de energía generándose impulsos eléctricos y ondas. Estos viajan a través de las redes nerviosas hasta llegar a la región del cerebro que se encarga de regular el órgano en cuestión... Sólo que desde el pie o la mano el recorrido es mucho más largo que desde el rostro, así el impulso o estímulo pierde intensidad y puede encontrar más obstáculos que le impidan alcanzar su objetivo. De hecho, los datos de los estudios realizados con electrocardiogramas y electroencefalogramas confirman que algunos estímulos realizados en los pies o en las manos no son capaces de incrementar la actividad cerebral; sin embargo, cuando la manipulación se aplica en los centros correspondientes de la cara las ondas cerebrales aumentan.

Nuestra piel se puede considerar como una gran red de mensajería que conecta el exterior con el cerebro y como consecuencia con todo el organismo.

Los siete pasos básicos

Aunque cada individuo recibe un tratamiento totalmente específico, el método de reflexología facial se asienta sobre siete pasos básicos. El objetivo de esta fase estándar es, en primer lugar, desbloquear los canales

de comunicación (sistemas nerviosos y circulatorios y meridianos). A continuación se buscan las alteraciones, particularmente la causa primera del desequilibrio. Los siete pasos persiguen también estimular y reequilibrar. El terapeuta determinará, en función del estado del sujeto, la extensión y duración del tratamiento completo. En mi método empleo con mis pacientes hasta 564 puntos y lo combino con otros, entre los que se encuentran la reflexología podal clásica.

Los pasos básicos comienzan con la estimulación de 21 puntos de acupuntura del rostro que corresponden a los diferentes órganos. En ellos existen además terminaciones nerviosas y capilares sanguíneas que también se activan con la manipulación. A continuación se trabaja sobre zonas muy precisas de la cara en las que se localizan redes nerviosas conectadas con los órganos. Mediante movimientos suaves y estirando ligeramente la piel se pueden detectar bajo la dermis depósitos en forma de arenilla o de nudos que indican que existe un bloqueo de las fibras nerviosas y que los impulsos no fluyen libremente. La manipulación de esas zonas algo que he aprendido de los indígenas sudamericanos no es sólo un método de diagnóstico sino una parte del tratamiento.

El tercer paso está regido por el mapa de regiones del rostro relacionadas con los meridianos. En esa fase los movimientos son más cortos y enérgicos que en el anterior puesto que su principal objetivo es tratar. Se aplica con particular intensidad donde se han detectado bloqueos en el paso anterior. Las tres fases siguientes van dirigidas a estimular y activar las extremidades, las articulaciones, los órganos de los sentidos y la estructura ósea y el último paso, el siete, influye en las emociones y la coordinación.

Termino añadiendo que la Reflexología Facial ha demostrado ser eficaz en una gran variedad de trastornos. ●

Loren Sorensen es directora del Instituto de Reflexología Podal/Facial Internacional y presidenta de la Asociación Global Network. Si deseas contactar con ella puedes hacerlo en el telf. 93 307 89 72 o en la siguiente dirección de correo electrónico: sorensensistem@post.tele.dk

