
Multimed 2016; 20(2)

MARZO-ABRIL

ARTÍCULO ORIGINAL

**UNIVERSIDAD DE CIENCIAS MÉDICAS. GRANMA
POLICLÍNICO DOCENTE LUIS E. DE LA PAZ REINA. YARA**

Propuesta de la Reflexología como Terapéutica para la Diabetes Mellitus. Yara. 2013

**A Reflexology Proposal as a Therapy for Diabetes Mellitus.
Yara. 2013**

**Ms.C. Graciela Rafaela Hernández Ramírez, ¹ Esp. Jesús Miguel Barbán
Pernía, ¹ Lic. Graciela Teresita Barbán Hernández, ¹ Ms.C. Idalmis Paumier
Rodríguez, ¹ Dr. Idalmis María Montero Paumier. ^{II}**

I Policlínico Docente Luis E. de la Paz Reina. Yara. Granma, Cuba.

II Policlínico Docente Jimmy Hirtzel. Bayamo. Granma, Cuba.

RESUMEN

Se realizó una investigación clínico-terapéutico, comparativo a una muestra de 50 pacientes que cursa por dos fases, en la primera de ella se realizó un estudio descriptivo para realizar el diagnóstico de morbilidad por la Diabetes Mellitus y en la segunda fase a partir del diagnóstico proponer y validar una nueva terapéutica para determinar la efectividad de la Reflexología en la Diabetes Mellitus. La investigación se realizó en el Policlínico Docente Universitario "Luis Enrique de la Paz", de Yara, Granma, de septiembre 2013 a septiembre 2014, la información se procesó mediante el análisis estadístico, expresándose a través de tablas. Se demostró que existe Morbilidad por Diabetes Mellitus en la población estudiada, existiendo predominio de los casos del sexo femenino con respecto al sexo masculino, encontrándose la mayor cantidad de casos en el grupo etáreo de 31 a 40 años, con vínculo laboral. En la segunda fase del estudio validamos la modalidad terapéutica

basada en la Reflexología Podálica como adecuada para la estabilidad de la Diabetes Mellitus.

Descriptores DeCS: DIABETES MELLITUS/terapia, MASAJE.

ABSTRACT

It was carried out a comparative clinical-therapeutic research on a sample of 50 patients coursing two phases; in the first one it was made a descriptive study for the morbidity diagnosis due to diabetes mellitus and in the second phase it was proposed and validated a new therapy to determine the effectiveness of Reflexology in Diabetes Mellitus. The investigation was performed at the University Polyclinic "Luis Enrique de la Paz" in Yara, Granma, from September 2013 to September 2014. The information was processed through the statistical analysis and evidenced in tables. It was proved that there was Morbidity caused by Diabetes Mellitus in the population studied, prevailing the female sex, with the greatest number of cases in the age group of 31-40 years. In the second phase of the study we validated a therapeutic modality based on Podalic Reflexology, considered suitable for the stability of Diabetes Mellitus.

Subject heading: DIABETES MELLITUS/therapy, MASSAGE.

INTRODUCCIÓN

Tienes un carro último modelo, tu carrito esta recién lavado brilla como un diamante, huele riquísimo, esta impecable, insertas tu memoria al reproductor y pones tu música preferida, estás preparada para dar un paseo por la orilla del mar, pero hay un pequeño problema, se te olvidaron las llaves.

Lo mismo sucede con la diabetes. Su cuerpo una máquina increíble usa una forma de azúcar llamada glucosa para encender el motor. Su cuerpo hace glucosa de las comidas, luego la envía al torrente sanguíneo, donde está disponible para cada célula, pero sin la llave apropiada INSULINA ninguna célula se puede abrir y tomar la energía, como resultado de esto se aumentan los niveles de glucosa en el torrente sanguíneo con consecuencias peligrosas, así se presenta la diabetes.

La importancia de la educación al paciente diabético es un aspecto indiscutible para los conocedores de la materia, y además, se ha insistido en que tal proceso educativo debe tener en cuenta las características generales y clínicas de los diabéticos. Con la MNT y así cumplimentar el Lineamiento No 158 de la política económico social aprobada por el VI Congreso del Partido en el municipio contiene el desarrollo integral de actividades asistenciales, docentes, e investigativas en el campo de la MNT que deben ser realizadas por profesionales calificados mediante un enfoque en sistema coordinado con el Departamento docente, Organismos y unidades para alcanzar resultados de impacto en los servicios de salud tanto en Tiempo de Paz como en caso de conflictos bélicos o desastres naturales, aquí la razón de nuestro proyecto.

En el nuevo programa de formación del médico de hoy aparece ya la reflexología dentro de la asignatura de Morfofisiología. ¿Cómo actúa la reflexología? Aunque la reflexología tiene una historia de unos cuantos siglos, resulta difícil de admitir que la simple presión en un sitio determinado del pie pueda tener una repercusión a distancia sobre un órgano enfermo. Existen dos posibles explicaciones: la neurofisiológica y la de tipo energético.

Explicación neurofisiológica

Todas las partes del cuerpo, los músculos y la piel, están comunicadas y la información sensitiva llega a la médula espinal, que transmite la información nerviosa al cerebro. En el caso de un órgano enfermo se produce una estimulación nerviosa. Esta estimulación se transmite por la médula espinal, después circula por las fibras nerviosas anteriores y llega a la zona cutánea (refleja) produciendo una dermalgia. En esta zona de tensión, la circulación local está alterada, lo que puede producir una acumulación de toxinas o la formación de pequeños cristales.¹

Por lo tanto si se actúa localmente sobre el músculo o sobre la zona cutánea, haciendo desaparecer esta reacción refleja, se suprime el círculo vicioso del trastorno energético. Las zonas reflejas son de 5 a 20 veces más sensibles que los órganos mismos. En cada pie hay 7.200 terminaciones nerviosas, lo que quizá explique por qué nos sentimos mucho mejor cuando nos tratan los pies. Las terminaciones nerviosas de los pies tienen extensas interconexiones a través de la

médula espinal y el cerebro con todo el cuerpo, lo que los convierte en un instrumento ideal para liberar la tensión e intensificar la buena salud.

Explicación energética

Esta explicación entra en el marco de la acupuntura, según la cual el hombre se considera una manifestación energética. Esta energía circula por unos canales nombrados meridianos. En estos canales se encuentran unos puntos precisos que se pinchan con agujas para regular la circulación. En caso de acumulación en el seno de un órgano o a un nivel cualquiera del trayecto, se produce un desequilibrio energético capaz de repercutir a la larga sobre sus funciones y producir una enfermedad.

La Reflexología influye positivamente en la reducción de los síntomas físicos y psíquicos que aparecen en el paciente diabético.²⁻⁴

El objetivo que se persigue es mantener compensado y estable el paciente diabético para conseguir su bienestar y que con ello mejore a su vez la calidad de vida del paciente y del entorno familiar.

MÉTODO

Vamos a trabajar sobre los puntos reflejos de las manos y los pies, específicamente para el hígado, páncreas y las glándulas pituitarias y suprarrenales (anexo).

Cómo se realiza:

Una de las mayores cultivadoras del masaje zonal, la norteamericana Funice D. Ingham, sugiere realizarlo mediante presión con el pulgar, imprimiendo un movimiento similar al que emplearíamos para pulverizar un terrón de azúcar con el pulgar de una mano sobre la palma de la otra. Ante todo, es muy importante la posición tanto del masajeador como del masajista. Lo mejor, naturalmente, es que el paciente se tumbe con un cojín bajo las rodillas y el pie posado sobre las rodillas del masajista, el cual debe colocarse en una postura que le garantice la mayor comodidad posible. El movimiento del pulgar (o de otros dedos) sobre la parte masajeadora debe ser lento, profundo y circular. No obstante, antes de comenzar el masaje es conveniente que el masajista se familiarice con cada pie, tomándolo entre las manos y manipulándolo durante al menos un minuto. Al mismo tiempo, el

paciente se preparará para la operación relajándose con dos, tres respiraciones profundas.

Dado que, presumiblemente, en el masaje zonal se produce un auténtico intercambio energético entre masajeador y masajista, una especie de comunión, es conveniente que también este último se relaje y trate de respirar, mientras dura el masaje, en sintonía con su paciente. La posibilidad de que el masajista se cargue de energía negativa procedente del masajeado es un peligro constante, del que no obstante se puede salvar guardando una precaución relativamente sencilla:

imaginar que alrededor de los codos brilla una luz blanca y repetirle que esa luz es un escudo suficiente para una protección completa. Si, aun tomando durante el masaje todas las precauciones debidas, se siente cansancio o tensión, para alejarlas basta con realizar dos movimientos decididos con las manos, como para liberarlas de unas gotas de agua. El hecho de lavarse las manos después de cada sesión y de mantenerlas cierto tiempo en agua fría contribuye a la relajación del masajista. Por cuanto respecta a la duración del masaje zonal, puede decirse que varía dependiendo de si la actuación tiene una finalidad meramente relajadora o bien claramente terapéutica. En el primer caso puede durar incluso una hora (media hora cada pie); en el segundo caso hay que evitar excesos de estimulación, por lo que el masaje no debería superar el cuarto de hora para cada pie. Es mejor masajear durante unos minutos una zona para luego volver a ella más tarde, en el curso de la misma sesión. ²

Las toxinas que se liberan durante el masaje deben ser eliminadas. Para evitar acumulaciones peligrosas es conveniente espaciar las sesiones, del mismo modo que se aconseja que cada sesión vaya seguida de un corto descanso o de un sueñecito.

El masaje de las manos equivale al de los pies, pero entraña mayor dificultad por cuanto respecta a la localización de las zonas deseadas. Para compensar, el masaje de las manos puede realizarse en cualquier momento y prácticamente en cualquier lugar. Y, sobre todo, puede autopracticarse. Este último aspecto representa una gran ventaja. No obstante, es necesario conocer bien los puntos estratégicos, así como los movimientos, que hay que realizar con una habilidad que se adquiere sólo

con la experiencia. Por todas estas razones el masaje zonal de las manos constituye una terapia inmejorable en casos de emergencia.

El éxito del tratamiento depende de la habilidad con la que se lleva a cabo. El principio fundamental es reducir la tensión y facilitar el flujo de sangre al área afectada. La reflexología, según sus cultivadores, estimula además el flujo de energía fina, que revitaliza así todo el organismo.

Obviamente, la edad y las condiciones de la persona tratada influyen notablemente en la velocidad de curación. Si el trastorno es ya antiguo, la sustitución de células débiles y enfermas será un proceso gradual. El masaje zonal resulta beneficioso para personas de todas las edades, desde el niño muy pequeño hasta el anciano. Para el primero será suficiente un ligero frotamiento de la planta del pie. Los niños de edad más avanzada requieren un masaje más ligero que los adultos.

De esta misma forma podemos hacer el masaje en la palma de las manos.

Siempre se debe empezar por el masaje del pie izquierdo o la mano izquierda. El lado izquierdo del cuerpo es el polo magnético, receptor; es el que mejor transmite los impulsos y los estímulos a los órganos a los que van destinados.

El lado derecho del cuerpo es el lado eléctrico, activo, el que da, por oposición al izquierdo, que recibe. Se ha podido comprobar que un masaje iniciado por el lado derecho resulta frecuentemente ineficaz y eso es debido a la tendencia que tiene el polo positivo de rechazar los impulsos transmitidos por el masaje del pie o la mano.

La técnica reflexológica se realiza con muchos otros complementos además del masaje, se trabaja con digitopresión, con rodillos de madera, con máquina vibradora y también con otros componentes alternativos como aromaterapia con esencias o cremas y con colores en cromoterapia, o con flores de Bach si fuera necesario.

Todo esto depende muy en particular del terapeuta y sus conocimientos.

RESULTADOS

Diabetes Mellitus en la población estudiada para un total de 50 pacientes, existiendo predominio de los casos del sexo femenino, encontrándose la mayor cantidad de casos en el grupo etáreo de 31 a 40 años, con vínculo laboral (tabla 1 y 2).

Tabla 1. Distribución de la Morbilidad según edad sexo en la población estudiada.

Grupo de edades (años)	Grupo A						Grupo B					
	Masculino		Femenino		Total		Masculino		Femenino		Total	
	P	%	P	%	P	%	P	%	P	%	P	%
20-30	2	8	5	32	10	40	-	-	6	24	6	24
31-40	5	20	8	20	10	40	2	8	12	48	14	56
41-50	3	12	2	8	5	20	-	-	5	20	5	20
TOTAL	10	40	15	60	25	100	2	8	23	92	25	100

Tabla 2. Distribución de la Morbilidad según Vínculo Laboral de la población estudiada.

Vínculo Laboral	Grupo A		Grupo B	
	P	%	P	%
Con Vínculo Laboral	18	72	14	56
Sin Vínculo Laboral	7	28	11	44

En una primera etapa se demostró que existe Morbilidad por En una segunda fase del estudio se crearon dos grupos, uno al que se le aplicó junto con el tratamiento convencional la reflexología (Grupo A) y otro al otro solo el tratamiento convencional (Grupo B) (tabla 3).

Tabla 3. Evolución clínica después de terminado el Tratamiento.

Evolución	Grupo A		Grupo B	
	P	%	P	%
Mejorado	20	80	5	20
Estable	5	20	15	60
Descompensado	-	-	5	20
Total	25	100	25	100

DISCUSIÓN

A pesar de que no se puede precisar cómo funciona la Reflexología, hay evidencia acumulada de que si funciona. La investigación científica sigue limitada, pero hay estudios como el realizado a 35 mujeres californianas que se quejaban del Síndrome premenstrual y demostró que aquellas que recibieron Reflexología se sintieron significativamente mejor que aquellas que no, para este estudio se tomó una muestra de mujeres que recibieron cesiones placebo de Reflexología. Terry Oleson, Ph.D., jefa del Departamento de Psicología y de la División de Medicina de la Conducta en el Instituto de Graduados de California en los Ángeles consideran que los estudios son "muy Prometedores".⁵

"Es un enfoque holístico ", dice Norman.¹ Cuando usted está relajado en todo el cuerpo y no tiene que lidiar tanto con el Stress, su sistema inmunológico será más capaz de enfrentar cualquier problema que surja.

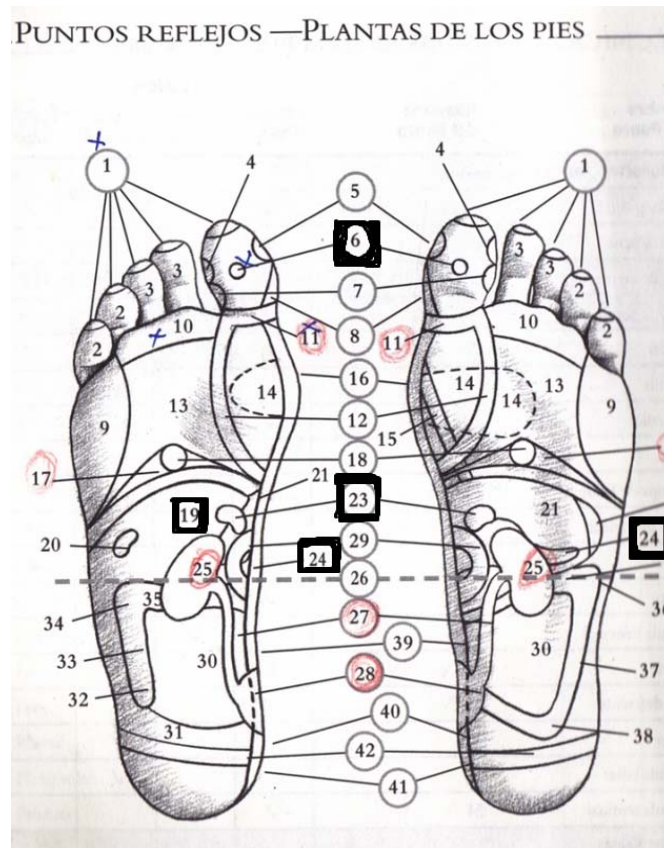
También en nuestra investigación mostraron una significativa mejoría, incluyendo una reducción de los niveles de Glucosa en sangre los del grupo A, lo que nos permite sugerir que la Reflexología Podal resulta un tratamiento efectivo para la Diabetes tipo II, resultado que coincide con el desarrollado por Wang⁶ en 1993 y así la hipótesis planteada en la investigación se cumple al influir la Reflexología positivamente en la reducción de los síntomas físicos y psíquicos que aparecen en el paciente diabético.

CONCLUSIONES

La Reflexología resulta una modalidad de la Medicina Alternativa efectiva para el tratamiento de la Diabetes Mellitus tipo II.

Anexo

Anexo. Puntos reflejos. Plantas de los pies.



Glándula pituitaria: 6 Hígado: 19 Glándula suprarrenal: 23
Páncreas: 24

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Norman Laura A. Guide to Foot Reflexology. [s.l]: [s.n]; 1988.
2. Kevin Y, Kunz B. Hand and Foot. Prentice Hall. [s.l]: [s.n]; 1984.

-
3. Díaz Díaz O, Valenciaga Rodríguez JL, Domínguez Alonso E.
Comportamiento epidemiológico de la diabetes mellitus en el municipio de Güines: Año 2002. Rev Cubana Hig Epidemiol [revista en la Internet] 2004 Abr [citado 2011 Sep 28]; 42(1): Aprox: 4p. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-30032004000100003&lng=es.
 4. González U. El concepto de calidad de vida, la evolución de los paradigmas de las ciencias de la salud. Rev Cubana Sal Púb 2002; 28(2):8.
 5. Manual Merck de Diagnóstico y Tratamiento. 10. ed. Madrid: Harcourt; 2001.
 6. Wang M. Trating type II Diabetes Mellitus with foot reflexotherapy. Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1993; 13(9):536-38.

Recibido: 14 de enero del 2016.

Aprobado: 9 de febrero del 2016.

Graciela Rafaela Hernández Ramírez. Policlínico Docente Luis E. de la Paz Reina.
Yara. Granma, Cuba. E-mail. graciehr@infomed.sld.cu