

Um sistema de alarme

Na vida da aposentada Sandra Amaral, porém, a reflexologia tem papel principal. Ao longo de muito tempo, dores no corpo e na cabeça tiraram sua tranquilidade e chegaram a quase incapacitá-la para o trabalho. Para se ver livre do incômodo, Sandra tomava tantos medicamentos que o organismo não respondia mais a nenhum deles. “Tentei a acupuntura, que também não resolveu. Então, o próprio acupunturista indicou a reflexoterapia. Não sei o que eu tinha, mas acredito que me curei. Hoje, sou superativa, faço caminhadas, ando de bicicleta e até esqueci da dor”, relata. Sandra diz com satisfação que a aposentadoria tem sido vivida com disposição e energia. “Minha circulação melhorou, meu intestino voltou a trabalhar muito bem. Me aposentei, mas não fiquei parada. Hoje, uso até salto alto”, comemora.

Iano Andrade/CB/D.A Press



Sandra (deitada) encontrou na reflexoterapia feita por Bernadete o alívio para as dores no corpo e na cabeça

Comunicação

Além das mãos, “instrumentos de trabalho” do reflexoterapeuta, a comunicação entre o profissional e o paciente é fundamental para a prevenção de doenças. Na visão dos adeptos da técnica, os pés funcionam como um alarme, porque apontam a tensão

energética antes que o corpo manifeste os sintomas de alguns males. “Muitas pessoas chegam com dor nos pés, mas são vítimas de problemas emocionais”, explica a reflexoterapeuta do Up Day Spa Rosângela Oliveira. Além dos exames visual e tátil, a conversa com o paciente define os movimentos

ideais que estimulam o organismo a usar sua própria força. Para Rosângela, o profissional precisa ter muita sensibilidade e deve estar apto a lidar com desabafos e reações normais decorrentes do tratamento. “Alguns pacientes choram, outros dormem. Cada caso é um caso”, avalia.

Transpiração, sensação de frio, aumento na quantidade de urina e expectoração podem ocorrer nos dias posteriores à reflexoterapia. A técnica deve ser aplicada com cuidado especial em gestantes e diabéticos e é contraindicada a pessoas com feridas nos pés ou com trombose. (MN)