

La medicina natural está ganando terreno día a día, aunque alternando, eso sí, con la tradicional, pues en el fondo se complementan una y otra.

Los pies hablan de salud

NOMBRE PROPIO
Teresa Biota

Alfonso Zapater

Está claro que el cuidado de los pies es importante en múltiples aspectos, pues además de servir para andar suelen reflejar, con frecuencia, las secuencias de no pocos padecimientos físicos. Para ello está la podología, por un lado, y la reflexología podal, por otro.

En esta ocasión, el diálogo surge con una reflexóloga, Teresa Biota, que lleva seis años desarrollando en su gabinete profesional de Zaragoza una ciencia casi tan antigua como el mundo, dentro de la denominada medicina natural.

-Los pies hablan de nuestra salud -afirma-, y la reflexología podal tiene la finalidad de restablecer la corriente energética y vital.

-¿Cómo se aplica?

-Por medio de un masaje en el pie, que activa los mecanismos de defensa natural que posee el organismo humano. De esa forma se establece la corriente energética y vital, cuyo debilitamiento produce alteraciones orgánicas.

Explica que la citada técnica empezó a ser practicada con éxito por la masajista americana Eunice Ingham, aventajada alumna del doctor Fitzgerald,



Teresa Biota, masajista terapéutico, especialista en reflexología podal

Suelen ser como un mapa del cuerpo humano en que se ve reflejado cada uno de sus puntos

el pie no es tan sólo un conjunto anatómico formado por veintiséis huesos entrelazados por ciento siete ligamentos y diecinueve músculos». De hecho, la mencionada técnica tampoco pretende ser una panacea universal, pero consigue armonizar los trastornos energéticos en el organismo, estimular el abas-

tecimiento sanguíneo-linfático, eliminar sustancias tóxicas y aumentar la capacidad defensiva del cuerpo.

-¿Cómo se actúa?

-Mediante ligeras presiones que van explorando y detectando los puntos reactivos dolorosos del pie para pasar trabajando por medio del masaje. Con ello se limpia el organismo de residuos, toxinas e impurezas, que por sí solas no podrían ser eliminadas, y que son la causa inicial de la mayoría de los males que padecemos.

-Con la reflexología podal, ¿se puede sustituir al médico?

-De ninguna manera. Es una técnica que no sana, porque ésta es misión del propio médico. Alivia el dolor, eso sí, y el masaje puede ser un excelente complemento de la medicación.

-Teresa Biota quiere dejar las cosas en su sitio para no haya malentendidos.

descubridor de los meridianos energéticos. El tratamiento está basado en la manipulación de los puntos reflejos del pie, en el que se dibuja un mapa que representa el cuerpo humano.

-¿Quiere decir que en el pie se halla presente cada parte de nuestro cuerpo?

-Efectivamente. Cuando yo comencé a estudiar la citada técnica se me quedó grabada esta frase: «Nuestros pies hablan».

-¿Está segura de que sucede así en la realidad?

-Sí, por cuanto los pies reflejan todo el cuerpo humano. De hecho, la correspondencia es tal que cuando nos sometemos a una operación aparece ésta marcada con una rayita o de otro modo. Considerando que la enfermedad, al igual que la salud, está dentro de nosotros, es posible, en consecuencia, mejorar los dolores y molestias del ser humano.

Refiere Teresa Biota que la reflexología podal «proporciona deliciosos momentos de relajación, ya que