

Réflexologie

Correction devoir de la leçon 1

1. La réflexologie est juste pour les pieds !

La réflexologie peut être effectuée sur les pieds, les mains, le visage et même les oreilles! La réflexologie plantaire est la plus populaire et beaucoup de réflexologues croient que la sensibilité des pieds la rend particulièrement appropriée pour le traitement. La réflexologie des mains est souvent utilisée comme exercice à pratiquer à domicile pour le client entre deux séances.

2. La réflexologie est une de ces dernières thérapies à la mode !

La réflexologie a des racines en Egypte Antique, en Inde et en Chine. Depuis des siècles les scientifiques étudient la théorie selon laquelle que le corps possède des zones d'énergie. En 1913 un praticien hospitalier américain, le docteur William Fitzgerald, a établi que des zones réflexes sur les pieds et les mains étaient liées avec des organes et des régions dans l'organisme à travers un réseau. Dans les années 1930 une physiothérapeute, Eunice Ingham, développa le travail du docteur Fitzgerald et appela sa méthode « Réflexologie ».

3. Résumez-moi en une phrase ce qu'est la réflexologie.

La réflexologie est une méthode douce qui consiste à appliquer des pressions sur les points réflexes des pieds et permet provoquer un état de relaxation profond, stimuler le pouvoir l'auto guérison de l'organisme et aider à un retour à un état d'équilibre et le bien-être (homéostasie).