

REFLEXOLOGIA: HISTÓRIA E ATUALIDADES

Leila Mazlum¹

Prof. Graciela Mendonça Medeiros²

RESUMO: Embora o constante desenvolvimento tecnológico e científico na área médica, percebe-se também as dificuldades da mesma em resolver os problemas de saúde da humanidade. Com isso, é crescente a busca por outras racionalidades em saúde por parte de diversos grupos sociais. A Organização Mundial de Saúde solicitou aos governantes a elaboração de formas simples de assistência à saúde para a população mundial, respeitando, porém, os modelos médicos tradicionais. Assim, criaram-se Políticas Públicas de saúde que regulamentaram as práticas naturais. A Reflexologia, prática natural utilizada há milhares de anos como coadjuvante na recuperação da saúde, vem sendo utilizada nos mais diferentes campos da área da saúde. Nesse sentido, o presente estudo objetivou aprofundar o conhecimento das origens e do percurso histórico da Reflexologia. A pesquisa teve abordagem qualitativa, de caráter exploratório. Fez-se uma revisão bibliográfica. A análise de dados realizada fundamentou-se em referências brasileiras e internacionais, além de bases de dados gratuitas disponíveis em sites acadêmicos. Os objetivos foram alcançados. Não há notícias sobre o momento em que o ser humano começou a tratar-se com a Reflexologia; no entanto, certificou-se de que as suas origens são milenares. A prática simples e de fácil aplicação proporciona resultados benéficos tanto em tratamentos de doenças físicas quanto emocionais, como coadjuvante no reequilíbrio do organismo como um todo. Fazem-se necessárias mais pesquisas sobre esse tema, com intuito de explorar e complementar as novas histórias a serem desenvolvidas, uma vez que, para que sua prática seja eficaz, requer dos profissionais conhecimentos e formação adequada, assim como a capacidade de compreender o indivíduo em sua singularidade e integralidade.

PALAVRAS-CHAVE: História da Reflexologia. Naturologia. Práticas Integrativas Complementares.

¹ Acadêmica da 9ª fase do Curso de Naturologia Aplicada, Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL
Av. Pedra Branca, 25 – Cidade Universitária Pedra Branca 88137-270 – Palhoça S.C.

E-mail: lele-natu@hotmail.com

² Orientadora: Mestre em Educação e Saúde; Graduada em Enfermagem; Especialista em Acupuntura; professora das Disciplinas de Reflexologia, Supervisora de Estágio do Curso de Naturologia Aplicada da UNISUL. E-mail: gracims@unisl.br

1 INTRODUÇÃO

No fim da década de 70, a Organização Mundial da Saúde (OMS) desenvolveu um programa de Medicina Tradicional, visando implantação de uma política pública que permitia a integração da Medicina Tradicional e Medicina Complementar Alternativa, para assistência à saúde, além de desenvolvimento de pesquisas para o conhecimento da eficácia e eficiência das práticas naturais ou das práticas integrativas e complementares. (BRASIL, 2006).

Essa ação foi após a conferência de Alma Ata, realizada na União Soviética, em 1978, quando o diretor geral da Organização Mundial da Saúde percebeu a incapacidade da medicina tecnológica e de mão de obra especializada, em resolver os problemas de saúde da humanidade e apelou aos governantes, solicitando a elaboração de formas simples de assistência à saúde para a população mundial, porém respeitando os modelos médicos tradicionais. Lançou-se então, o programa “Saúde para todos no ano 2000”. O constante desenvolvimento tecnológico e científico da área médica e as dificuldades de reverter determinados quadros, passaram a ser o fato que explica a busca de outra racionalidade em saúde por parte de diversos grupos sociais. Surgiram, assim, novos modelos em cura e saúde, buscando as tradicionais abordagens médicas, como a medicina tradicional chinesa, ayurvédica, e a medicina xamânica. (MADEL, 2005).

Com a necessidade de ampliar conhecimentos sobre as medicinas aliadas às práticas naturais, favoreceu-se a abertura de novos campos de estudos, cursos profissionalizantes e universidades formadoras de profissionais gabaritados para tal função. Nesse contexto, entra a Naturologia Aplicada, curso de formação de nível superior, norteadas pelas áreas humanas, biológicas e da saúde, que visa abordar todos os aspectos que influenciam o ser humano, sendo eles físicos, energéticos, espirituais, emocionais, ambientais, sociais e ecológicos, ou seja, busca integrar todos os âmbitos que envolvem a vida. Sua forma de intervenção terapêutica se faz com o uso das práticas naturais, tais como Geoterapia, Hidroterapia, Massoterapia, Cromoterapia, Florais, entre outras. (HELLMANN; WEDEKIN, 2008).

A Reflexologia foi uma, dentre tantas outras terapias naturais, que despertou maior apreço para a pesquisadora estudar e explorar durante sua vida acadêmica, devido ao perfil de simplicidade e facilidade com que a prática podia ser realizada sem necessidade de recursos materiais. Diante disso, surgiu o interesse sobre a história da Reflexologia. Percebeu-se, a partir daí, que o grande problema para o estudo teórico e prático centrava-se nas

informações fragmentadas, insuficientes apresentadas pelas diversas fontes de referência sobre o assunto, especialmente nas bibliografias atuais, tais como as de : Lourenço (2010), Dougans e Ellis (2006), Gillanders, (2008); Hall, (1997); Marquardt (2005), Kunz e Kunz (1997), entre outros. Assim, optou-se por pesquisar sobre suas origens, países que desenvolveram a Reflexologia e o modo de aplicar a sua prática, procurando saber se haveria outras informações ou curiosidades que não estão registradas nos livros. Para tanto, criou-se o objetivo de aprofundar o conhecimento das origens e do percurso histórico da Reflexologia até os dias atuais, ou seja, até o ano de 2012.

A relevância deste artigo deve-se ao fato de contribuir e crescer conteúdo no desenvolvimento teórico e no aperfeiçoamento prático da Reflexologia, já que a Naturologia Aplicada visa usufruir das teorias e práticas das medicinas tradicionais como um dos métodos de intervenção. Além disso, conhecer mais sobre a história de um dos recursos terapêuticos da Naturologia respalda a necessidade da profissão em elucidar perante a comunidade acadêmica e social os benefícios da prática, na trajetória de uma Bela Arte do Cuidado à Saúde.

A pesquisa teve como percurso a abordagem qualitativa, utilizando de análise subjetiva. O conteúdo coletado é de caráter exploratório, uma vez que visa obter familiaridade com o tema, buscando subsídios para a formação da investigação mais precisa sobre outras abordagens acerca do tema. (MOTTA, 2011).

No método para a coleta de dados, seguiu-se a proposta de revisão bibliográfica, já que a análise dos dados coletados baseou-se em bibliografias brasileiras e internacionais, além das informações recolhidas nas bases de dados gratuitas disponíveis em sites acadêmicos. A perspectiva científica fundamenta-se em critérios emancipatórios, visando o caráter histórico a conquistar e o exercício da qualidade de atos conscientes e produtivos. (DEMO, 1991).

Os resultados foram satisfatórios, visto a elucidação da trajetória histórica. Ampliaram também as informações sobre a origem e o percurso histórico da Reflexologia, assim como também permitiram expandir o conhecimento sobre como essa prática tão simples vem sendo utilizada nos mais diversos campos de cuidados à saúde. Pretendeu-se, com o mesmo rigor, elucidar a importância que ela, a Reflexologia, vem ganhando dentro desse espaço.

2 DISCUSSÃO E RESULTADOS

Para melhor discussão do estudo, optou-se por desenvolver a pesquisa em três seções: a) **As origens da Reflexologia**, com intenção de discutir sobre os primeiros registros da Reflexologia e os povos envolvidos, os países que se destacam pelo modo de contar a sua história; b) **A trajetória histórica da Reflexologia**, com o objetivo de relatar os grandes mentores que se destacaram na disseminação da Reflexologia e suas origens, bem como os estudos, artigos, livros que marcaram a história da Reflexologia e; c) **A Reflexologia Atual**, com o propósito de discutir como a Reflexologia chegou ao Brasil, em seu percurso histórico até o ano de 2012.

3 ORIGENS DA REFLEXOLOGIA

Dos conhecimentos repassados ao longo dos anos acadêmicos do curso de Naturologia Aplicada da Universidade do Sul de Santa Catarina, teve-se conhecimento que a Reflexologia, assim como outras práticas, tem origem milenar. De acordo com Bressler (1996), a Reflexologia é conhecida como prática chinesa, há mais de 5000 anos.

Um dos objetivos desta pesquisa foi verificar onde de fato foi o berço da Reflexologia. Na busca dessa informação, obtiveram-se descrições de que estudiosos e autores de vários livros e artigos, destacam a crença de que a técnica realmente é originária da China, e todos são unânimes na indicação datada de 5000 anos atrás. Os autores Feliciano e Campadello (2004) afirmam que, nos países do oriente como China, Malásia e Índia, praticava-se uma forma rudimentar de pressões sobre os pontos da superfície corporal afetada e as zonas geográficas próximas, para o alívio de certos transtornos. Alguns teóricos ainda acreditam também que certo tipo de Reflexologia foi transmitido aos nativos norte-americanos pelos Incas da América do Sul. Sabe-se que o povo cherokee aplicava uma espécie de terapia de pressão aos pés, utilizando muitas vezes sondas de madeira para detectar os pontos reflexos e, assim, desbloquear canais de energia a fim de restaurar o equilíbrio do corpo. (GILLANDERS; 2008).

Também documentos (pictogramas) encontrados no Egito, em 2330 a.C, apontaram que os egípcios antigos utilizavam técnicas de massagem nos pés para recuperar a saúde das pessoas, assim como os índios americanos e outros povos se utilizavam dessa técnica com fins terapêuticos. (LEITE; ZÂNGARO, 2007).

Como as datas históricas são muito próximas e contemplam a Idade Antiga – época que se estende da invenção da escrita 4000 a.C. até a queda do Império Romano – 476 d.C, optou-se por buscar informações na história da escrita, para então, trazer respostas sobre as origens da Reflexologia, uma vez que relatos de autores sugerem a China e outros documentos datados sugerem o Egito como o precursor.

Assim, no estudo sobre a história da escrita, há relatos em que não é possível saber onde a transformação de símbolos em palavras se deu em primeiro lugar, mas as escritas mais antigas que se conhecem nessa categoria surgiram na China, no Egito e na Mesopotâmia, onde o cuneiforme que serviu para anotar as línguas dos acádios e sumérios acabou por legar algumas de suas formas básicas ou sinais. (MENERE; 2011). Com isso, percebeu-se que não há uma definição clara de onde pode ter surgido o primeiro relato sobre a Reflexologia, pois sempre há referências de desenvolvimentos de grandes descobertas na China e no Egito, quase que em tempos paralelos.

Assim, muitos especialistas manifestaram sua crença na teoria de que a Reflexologia nasceu na China, embora as evidências concretas sejam ambíguas. É de se observar que as culturas egípcias e babilônicas desenvolveram-se antes da chinesa, e que o Egito destacou-se e contribuiu com significativa evidência histórica para o desenvolvimento da Reflexologia. (DOUGANS; ELLIS; 1992).

2.1 EGITO

O Egito era uma região centrada no rio Nilo. A característica do povo era conservador e voltado para os próprios interesses, não se interessando pela expansão ou conquista de novas terras. Eram autossuficientes, tinham seus próprios deuses e característica de vida singular. A língua egípcia e a escrita hieroglífica desenvolveram-se concomitantemente e só eram interpretadas e conhecidas pelo próprio povo, sendo uma cultura isolada. A forma de comunicação com outros países era realizada com escrita diferente (RONAN; 2001).

O hieróglifo é definido como um sistema de registros de imagens ou sinais que serviam como um código de escrita sintética ou ideográfica, ou seja, um grupo de sinais que sugerem uma idéia ou frase. Esses elementos ideográficos fazem parte da escrita analítica encontrada nos hieróglifos, como forma de comunicação, e que apresentam atividades que podem estar relacionadas à Reflexologia utilizada pelos egípcios. (MENEGERE, 2009).

A descoberta do hieróglifo (figura 1), durante a 6ª Dinastia Egípcia, mais especificamente 2330 a.C, foi determinante no marco das origens da Reflexologia. Esse hieróglifo foi encontrado na Mastaba de Ankhmahor (mais alto Oficial depois do Rei), em Saqqara. (DOUGANS; ELLIS, 2006; FELICIANO; CAMPADELLO, 2004; KUNZ B.; KUNZ, 2008; HALL,2007; BYERS, 2008).

Figura 1- hieróglifo original encontrado na Tumba de Ankmahor, escavado por Vitor Loret em 1899.

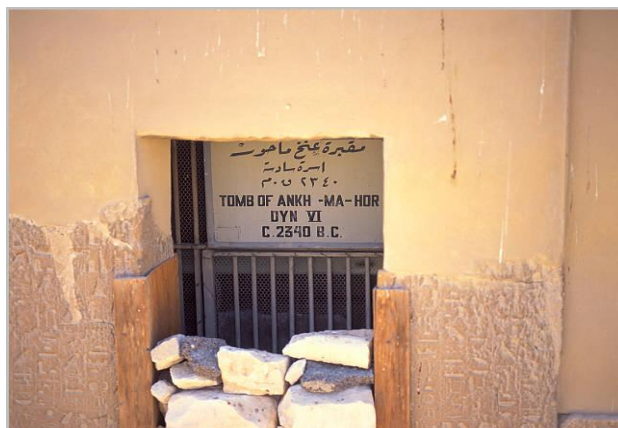


Fonte: MAGI, Giovana. **Saqqarah: la pirámide, las mastabas y la zona arqueológica**. Casa Editrice Bonechi. Ed. espanholla. Firenze: Itália, 2005

Mastaba ou tumba eram construções egípcias que tinham por objetivo guardar os mortos e seu enxoval funerário. Deveriam, portanto, ser estruturas eternas, um local seguro, resistente ao tempo e protegido contra os animais (SANTOS; 2000).

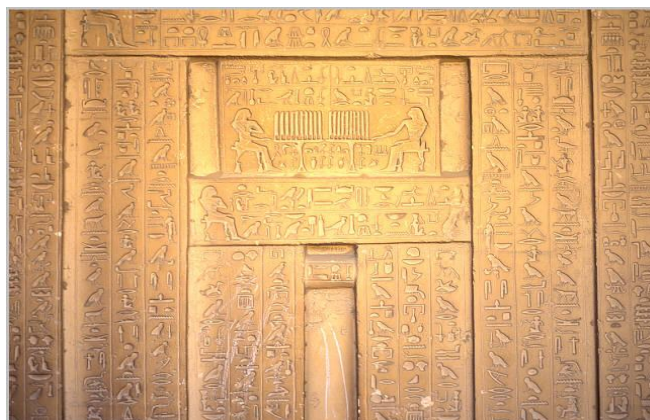
A Mastaba de Ankhmahor (fig. 2), foi escavada em 1899, por Victor Loret. Havia seis câmaras (fig. 3), e era conhecida como a “La Tumba Del Médico” (a tumba do médico), por conter cenas de práticas da medicina em suas paredes, por isso, levava o título de médico. Das cenas, uma delas era a do hieróglifo que sugere o uso da Reflexologia (fig. 4), outra era a cena de um procedimento cirúrgico de circuncisão (fig. 5). Ainda se encontrou vários outros hieróglifos de cenas da vida cotidiana, assim como uma cena que simboliza artesãos trabalhando em diversas atividades, o que sugeria outras possíveis atividades de Ankhmahor. (MAGI, 2008; AGGELETON, 2007; LIDELL, 2002).

Figura 2: mastaba de Ankhmaror vista a partir do leste



Fonte: Disponível em:< <http://egyptphoto.ncf.ca/mastaba>> Acesso em: 03 de mar. 2012

Figura 3: vista parcial de uma câmara secreta (serdab) na tumba de Ankhmaror, imagens e convívio social



Fonte: Disponível em < <http://egyptphoto.ncf.ca/mastaba>> Acesso em: 03 de mar. 2012

Lourenço (2010) afirma que o hieróglifo acima (fig.3) é o documento mais antigo que descreve a prática de Reflexologia, e Gillanders (2008) explica que o pioneiro da Reflexologia durante os anos de 1930, o Dr. Shelby Riley, sustentava que foi a partir do Egito que a prática de Reflexologia se espalhou pelo Império Romano.

Figura 4- Hieróglifo Egípcio de 2330 a.C



Fonte: BYERS, C, Dwight. Better Health with Foot Reflexology. The Ingham method. Inghem Publishing, INC. Florida-U.S.A, 4 ed. 2008

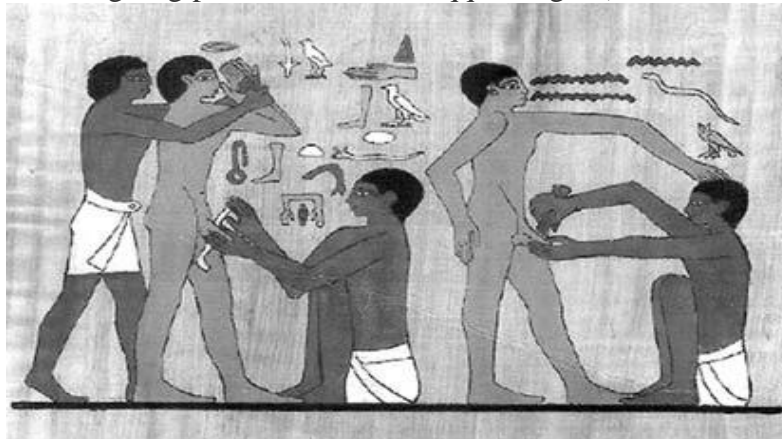
A imagem acima (fig. 4) mostra o que parece ser uma forma de Reflexologia sendo aplicada a dois pacientes. Na parede, ao fundo, aparecem símbolos de energia: “o pássaro branco da paz e do paraíso”, que é um símbolo de serenidade, prosperidade e boa vontade GILLANDERS, 2008, p.13), junto a outros desenhos tais como uma ave, pirâmides, ferramentas e símbolos, hoje não identificados. Dougans e Ellis (1992) explicam que a figura indica que um dos profissionais se ocupa dos pés de um paciente e o outro das mãos. A explicação desse pictograma foi proposta pelo egípcio Mohamed Elawany que descreve:

As pessoas escuras, com cabelo encaracolado, à moda dos africanos, provêm do Egito superior, e são, obviamente, os terapeutas, os quais vieram do sul para tratar os habitantes do Egito inferior, que tinham pele clara e cabelos lisos. As posições dos pacientes são diferentes. O paciente da esquerda tem a mão direita sobre o joelho direito e a mão esquerda sob a axila direita. O outro paciente é o oposto. Há uma relação entre o tipo de problema que o paciente tem e o ponto onde o terapeuta toca, e isso determinam os pontos de pressão que ele e o paciente usam. Nesse caso, o paciente está tocando o ponto reflexo sob o braço, onde a dor correspondente é sentida. (DOUGANS; ELLIS, 1992 p.29).

Na pintura exposta pela figura 4, o profissional que se ocupa dos pés está sentado de costas para o paciente. Essa posição supõe-se que teria sido adotada para evitar o constrangimento de uma pessoa aproximar os pés do rosto de outra. Além disso, acreditava-se que as mãos sob a axila faziam liberar a energia do corpo durante a sessão, e que colocar uma das mãos sob a axila asseguraria seu retorno ao corpo, impedindo que ela se dissipasse. A perda de energia vital, ao que se acreditava, enfraquecia o organismo. Os pictogramas desenhados na parede também enfatizam o conceito de energia: a linha azul em ziguezague simbolizava as águas turbulentas do Nilo e, por extensão, a força vital do universo. A

pirâmide que se vê acima das cabeças de cada dupla é outro símbolo de energia. (GILLANDERS; 2008).

Figura-5 Relevô do Antigo Egito, Ankhmahor, Saqqara, Egito (2345-2182 aC)



Fonte: AGGELETON, Peter. ¿“Sólounpedacito”? :la historia social de la circuncisión masculina. Universidade Peruana Cayetano Heredia. Health Matters. 2007. Disponível em: <<http://www.diassere.org.pe/RHM5.pdf>> Acesso em: 05 de maio de 2012

Um outro pictograma, igualmente importante, foi descoberto no templo de Amon em Karnak, que celebra a vitória militar de Ramsés II, que reinou em 1279-13^a. a. C. A figura mostra um curandeiro cuidando dos pés de soldados de infantaria na batalha de Qadesh. Segundo os historiadores, essa campanha militar, datada de 1276 a.C, envolveram longas marchas e muitos ficaram feridos necessitando de cuidados. (KUNZ B.; KUNZ, 2008).

Ainda segundo a mesma autora, historiadores descrevem que o líder militar romano Marco Antônio, 83-30 a.C, esfregou os pés da rainha egípcia Cleópatra VII (69-30 a.c). O Imperador Octávio (62-14 a.C) vê esse fato como um tipo de escravização. Porém, “para os reflexólogos, a imagem de Marco Antônio, trabalhando sobre os pés da amada lembra uma pessoa estendendo a mão a outra, ultrapassando as palavras”. (KUNZ B.; KUNZ, 2008, p.10).

2.2 CHINA

A teoria de que a prática de Reflexologia surgiu na China há 5000 anos é aceita por muitos estudiosos da área. (LOURENÇO, 2010; BROWN, 2001; DOUGANS; ELLIS, 1992). Sabe-se que a escrita chinesa é o mais perfeito exemplo de escrita de palavras, tendo sofrido muito poucas transformações desde os primeiros registros até os dias de hoje. A tradição atribui sua invenção aos imperadores lendários – ou a funcionários a seu serviço –

por volta do terceiro milênio anterior a nossa era. (MENERE; 2011). Dos registros encontrados sobre a história da Reflexologia na China, não se encontrou registros baseados em escrita ou símbolos datados de fato, como a encontrada no Egito.

Um médico chinês que criou o Tao do Centro do Pé, um “livro que investigava e sistematizava os ensinamentos antigos do método para examinar o pé”. A autora relata que esses manuscritos se perderam no decorrer do tempo, isso talvez se deva ao fato de o Imperador da nova dinastia *Quin* ter mandado queimar todos os livros antigos. Uma outra explicação para o declínio pode ter sido o aumento da popularidade da Acupuntura no meio urbano. Mas, felizmente, a população rural continuou a praticar essa técnica, precursora da Reflexologia moderna. (KUNZ, B.; KUNZ, 2008 p.11).

Sob a visão da Medicina Chinesa, a manutenção da saúde é muito importante e merece mais atenção que a recuperação da Saúde, isto é, é melhor prevenir do que remediar. (WEN; KUABARA 2007). Esse mesmo autor afirma que a prática da Reflexologia podal tem uma história marcada de mais de 3000 anos dentro da China e que essa prática pode ser a mantenedora do equilíbrio de todas as funções do corpo, promovendo a saúde.

No ano de 1017, o chinês Dr. Wang Wei, um acupuntor respeitado, possuía uma figura humana fundida em bronze onde eram marcados os pontos de acupuntura. O terapeuta colocava as agulhas em áreas apropriadas do corpo do doente e, ao mesmo tempo, aplicava pressão nas bordas internas e externas dos pés e nos artelhos maiores. Essas duas intervenções em conjunto, segundo Wang, ajudavam a canalizar a energia do corpo. Os pés eram para ele a parte mais sensível do corpo e ali se encontravam as áreas mais energizantes. (LEITE; ZÂNGARO, 2007; DOUGANS; ELLIS, 2006).

Segundo Vennells (2003), citado por Leite e Zângaro (2007), esse método de pressão com os dedos é aplicado nos pés não só porque neles passam os principais canais ou meridianos que conduzem a energia da força vital ou *chi* existente em todo o corpo humano, mas também porque, nos pés, os reflexos são estimulados naturalmente por permanecerem muito tempo sob a pressão do peso corpóreo estático ou dinâmico, o que gera um efeito positivo no que diz respeito ao sistema energético do corpo e dos sistemas fisiológicos relacionados; por isso, os pés foram considerados, pelo Dr. Wang Wei, como áreas especialmente importantes a tratar.

No livro **Reflexologia Podal**, de Wen e Kuabara (2007), afirma-se que a Reflexologia podal, teve suas origens na China, assim como Qigong, farmacologia chinesa e acupuntura; porém, dentre todas as práticas, a Reflexologia é de cunho popular, não atingindo um conhecimento de nível científico. Os mesmos autores relatam que a Reflexologia foi

bastante divulgada na Alemanha e depois teve seu retorno à China, de onde acabou sendo disseminada para o mundo. Ainda descrevem que, na segunda Guerra Mundial, uma enfermeira de etnia alemã, estava no interior da China quando viu a Reflexologia podal ser praticada com êxito pelo povo local. A simplicidade da técnica associada aos resultados foi determinante para que a enfermeira divulgasse em seu país o que, posteriormente, expandiu-se para Europa e Estados Unidos.

2.3 EUROPA

Há relatos sobre dois médicos – Adamus e A'tatis – que escreveram um livro sobre a Terapia por Zonas, publicado em 1582. Logo depois, em Leipzig, o Dr. Ball escreveu outro livro sobre o mesmo assunto. Em 1898, em Londres, Sir Henry Head demonstrou a existência daquilo que se tornaria conhecido como “zonas de hiperalgesia” (LOURENÇO; 2010).

Por volta de 1893, o Dr. Cornelius descobriu que condições físicas de determinadas áreas do corpo melhoravam quando pontos específicos dos pés eram massageados; com isso, iniciaram-se os estudos da Terapias das Zonas. (LEITE; ZÂNGARO, 2007).

Segundo Lourenço (2010), uma forma de Reflexologia foi conhecida e praticada na Europa até o século XIV. Esse tipo de terapia por pressão era também conhecida nos países da Europa Central e praticada pelos trabalhadores e por aqueles que cuidavam das doenças da realeza e das classes superiores. (BRESSLER; 1996).

O pioneiro da Reflexologia durante os anos de 1930, o Dr. Shelby Riley, sustentava que foi a partir do Egito que a prática de Reflexologia se espalhou pelo Império Romano. (GILLANDERS; 2008). No período de 1913 a 1920, Dr. Riley tornou-se interessado em Reflexologia, depois de uma visita do Dr. Fitzgerald para palestrar em sua Escola *Riley of Chiropractic*. Iniciou sua experiência, promovendo tratamentos em grande número de pacientes e percebeu grandes resultados, sem precisar usar drogas em seus pacientes. Escreveu doze livros sobre a Terapia de Zona: o primeiro em 1917, e a décima segunda edição em 1942, intitulado "Zona Reflex". (BRESSLER, 1996).

Segundo Feliciano e Campadello (2004), na Europa Mediterrânea, o escultor Florentino Benvenuto Cellini (1500-1571), discípulo de Michelangelo, sofria de fortes dores que geravam muita angústia. Procurou ajuda de vários amigos, profissionais e médicos renomados na Itália e França, no intuito de se tratar, e não teve êxito nas terapias utilizadas.

Nessas cansativas buscas por cura, desistiu em procurar novos profissionais e decidiu fazer seu próprio tratamento, tendo se curado de fortes dores por meio de pressões aplicadas nos dedos das mãos e dos pés. (BRESSLER, 1996).

Conforme Lourenço (2010), o termo Reflexologia é também usado pelos russos para definir Reflexologia Psíquica, estudada por Ivan Petrovich (1849-1936) e Bechetev (1857-1927) e divulgada no Brasil pelo Dr. Hélio Lemos Lopes. O pesquisador europeu Ivan Petrovitch Pavlov (1849-1936) embasou-se no livro escrito por Ivan Sechenov, **Reflexes Ofthebrain** para desenvolver seu trabalho sobre reflexos condicionados. Essa teoria revelou que existe uma relação simples e direta entre um estímulo e uma resposta. Os russos prosseguiram seus estudos sobre a Reflexologia, tanto do ponto de vista fisiológico como psicológico. Eles utilizaram cientificamente técnicas da Reflexologia em pacientes com uma variedade de problemas e descobriram que essa terapia é um complemento eficaz da Medicina Tradicional. (DOUGANS; ELLIS, 2006; LOURENÇO, (2010). Atualmente, essas pesquisas são abordadas no artigo Revisitando a Reflexologia Soviética, de Júnior e Cirino (2009), em que abordam aspectos neurofisiológicos na Rússia do fim do século XIX e início do século XX. Enquadram nesse estudo processos da história, política e ideologia dos períodos anterior ao ano de 1917 e depois dessa data, com o intuito de provocar reflexões sobre os impactos causados pelas pesquisas na área da neurociência.

Entre 1890 e 1900, os alemães pesquisaram o uso da massagem no tratamento de doenças, essas técnicas de massagem tornaram-se conhecidas como massagem reflexa (LOURENÇO; 2010). Ainda segundo o mesmo autor, os europeus expandiram as pesquisas iniciadas, todavia o crédito por colocar a moderna Reflexologia no mapa pertence aos norte-americanos.

2.4 AMÉRICA

Dougans e Ellis (2006) descrevem sobre a existência de uma forma de reflexoterapia praticada pelos índios da América do Norte. Não há evidências que sustentam essa idéia, porém, segundo esses autores, há muitas gerações, os índios da América do Norte utilizam-se de pressão reflexa aplicada nos pés como uma forma de terapia curativa. Assim como também os índios cherokees, da Carolina do Norte, reconhecem que a terapia aplicada nos pés contribui para a manutenção do equilíbrio físico, mental e espiritual. (GILLANDERS, 2008; DOUGANS; ELLIS, 1992).

Feliciano e Campadello (2004) relatam que a primeira aplicação de Reflexologia deu-se na América, em 1881, quando o presidente dos Estados Unidos, James A. Garfield, ferido em um atentado, e não encontrando cura nos tratamentos médicos, tenha recorrido à ajuda de um pajé de uma tribo indígena, que usou uma terapia que consistia em aplicar pressão em determinados pontos dos pés. Como resultado do tratamento, as dores aliviaram e em pouco tempo as feridas cicatrizaram-se.

Também pode se afirmar que uma importante contribuição na história da Reflexologia foram os achados feitos sobre o sistema nervoso, no ano de 1893, por Sir Henry Head (1861-1940). Descobriu que a área da hiperalgia, na superfície do corpo, podia refletir um órgão interno doente. Isso para o pesquisador se dava, pelo fato da pele e o órgão serem sensibilizados por nervos oriundos do mesmo seguimento da medula espinhal. Esse modelo, que mostrava as ligações entre pele e as partes do corpo, era conhecido como as ZONAS DE HEAD ou zonas de hiperalgia (DOUGANS e ELLIS, 2006), hoje, conhecidos como dermatomos. Essas descobertas foram aprofundadas pelos médicos na Primeira Guerra Mundial (1914-18), verificando que os ferimentos de bala causavam dor não só na parte danificada do corpo mais ao longo de todo o trilha de nervos relacionado. (KUNZ B.; KUNZ, 2008)

2 A TRAJETÓRIA HISTÓRICA

O grande avanço da Reflexologia se deu no início do século XX, em 1913, com Dr. William Fitzgerald (fig. 6). Um renomado médico americano, cirurgião e especialista em otorrinolaringologista do Boston City Hospital, do St. Francis Hospital Connecticut, Estados Unidos (fig. 7). Ele começou suas pesquisas sobre Terapia Zonal, após ter entrado em contato com as pesquisas do Dr. H. Bressler, que havia estudado a possibilidade de tratar um órgão usando pontos de pressão, o que era denominado por terapia de pressão. Fitzgerald passou a pesquisar e a usar a técnica para ajudar a anestésiar os pacientes durante as operações. Recebeu ajuda do Dr. Edwin Bowers, que, por sua vez, ajudou a mapear os pontos nas mãos e nos pés que correspondiam a diferentes áreas do corpo. (BRESSLER, 1996). Juntos no ano de 1917, publicou o livro: **Zone therapie or Relieving Pain at Home** (Terapia Zonal ou Aliviando a Dor em Casa), ilustrado na figura 8. (FELICIANO; CAMPADELLO, 2004). Ele dividiu o corpo em 10 zonas longitudinais que percorrem todo o corpo, sendo cinco para cada pé e cinco para cada mão. Conforme essa teoria, cada zona do corpo corresponde a uma parte específica do mesmo, e as partes se influenciam mutuamente através do fluxo de energia

(fig.9). DOUGANS; ELLIS, 2006). Segundo a mesma autora, nesse tratamento, eram utilizados principalmente os pés e as mãos, mas, em alguns casos, eram feitas pressões nos dedos dos pés, pulsos, tornozelos e joelhos.

Figura 6 - foto de William Fitzgerald



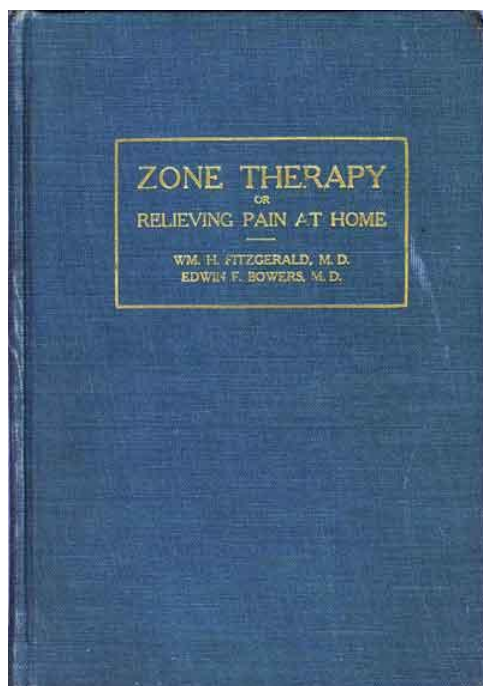
fonte: <http://www.reflexologyinstitute.com/reflex_fitzgerald.php>

Figura 7 - St. Francis Hospital Nariz e Garganta Clínica Fundada por Fitz Gerald WH Cirurgião Senior, 1921



Fonte: Disponível em: <http://www.reflexologyinstitute.com/reflex_fitzgerald.php. Acesso em: mar. 2012

Figura 8- Capa do livro de FitzGerald: **Zone therapie** or **Relieving Pain at Home** (Terapia Zonal ou Aliviando a Dor em Casa)



Fonte: Disponível em: <http://www.reflexologyinstitute.com/reflex_fitzgerald.php> Acesso em: mar. 2012

Figura 9- As 10 zonas de energia do corpo



Fonte: Disponível em: <<http://warmiwasi.wordpress.com/reflexoterapia-podal/reflexodatos-historicos>>. Acesso em: mar. 2012

As descobertas do Dr. Fitzgerald foram vistas com descrença por boa parte de seus colegas de profissão, porém, alguns se dispuseram a testar suas descobertas, obtendo assim bons resultados, tornando-se adeptos ao método. Conforme Hall (2007), foi Dr. Edwin Bowers, médico e editor de livros, amigo de Fitzgerald, quem sugeriu para o método o nome de Terapia Zonal. Vários outros médicos americanos, como os doutores George Starr White, Joe Riley e sua esposa Elizabeth Riley, contribuíram no seu desenvolvimento. Dougans e Ellis (2006) descrevem que Riley aprimorou as técnicas e fez os primeiros diagramas e desenhos detalhados dos pontos reflexos dos pés. O Dr. Fitzgerald foi um expoente da Reflexologia. (CARTER; WEBER, 2006).

Foram os pesquisadores Fitzgerald, Bowers e Riley que desenvolveram e aprimoraram a terapia zonal; porém, a fisioterapeuta, assistente do Dr. Joseph Shelby Riley, Eunice D. Ingham, no início do ano 1930, usou essa terapia em seu trabalho, obtendo bons resultados. É ela que, segundo os autores, é a responsável pelo aperfeiçoamento e disseminação da técnica. O trabalho da dra. Eunice D. Ingham, no “desenvolvimento da moderna Terapia Zonal e no mapeamento dos pés foi tão importante que ela se tornou conhecida como a Mãe da Reflexologia”. (BOOTH, 2000,p18).

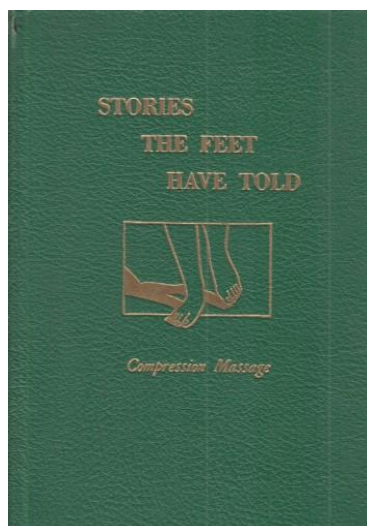
Segundo Gillanders (2008, p. 15), Eunice D. Ingham (fig. 10 e fig. 11) ficou fascinada com o conceito de sonoterapia e tratou centenas de pacientes, sempre avaliando com cuidado e particularidade, repetidas vezes, cada ponto reflexo até se sentir capaz de definir com segurança que “os reflexos nos pés são a imagem especular e fiel dos órgãos, funções e estruturas do corpo humano.”

Figura 10 e 11- Fotos de Eunice D. Ingham



A dra. Eunice D. Ingham divulgou e renomeou a técnica, desenvolveu os mapas e as teorias que embasam o ensino moderno. (DOUGANS; ELLIS, 2006; BOOTH, 2000). Ingham entendeu na prática que todo o corpo poderia ser beneficiado pela aplicação de pressão as zonas situadas nas mãos e nos pés. Escreveu dois livros intitulados: **Stories The Feet Can Tell** (1938), História que os Pés Podem Contar (fig. 12) e **Stories The Feet Have Told** (1963), Histórias Contadas pelos Pés; esses foram provavelmente os primeiros livros escritos sobre o tema. (DOUGANS; ELLIS, 2006; HALL, 2007; FELICIANO; CAMPADELLO, 2004).

Figura 12 - Livro de Eunice D. Ingham



Fonte: Disponível em: <<http://www.tomfolio.com/bookdetailssu.asp?b=24530&m=109>> Acesso em: abr., 2012

No livro **Stories the Feet Can Tell**, a autora documentou seus casos e mapeou os reflexos dos pés tais quais os conhecemos hoje. O livro foi mais tarde traduzido por várias línguas, disseminando os benefícios da Reflexologia além das fronteiras dos Estados Unidos. Seu segundo livro – **Stories the Fet Have Told**, era uma compilação das histórias de caso mais interessantes (GILLANDERS; 2008).

De acordo com Hall, (2007) e Booth (2000), Ingham, viajou pelos EUA, por 30 anos, ensinando a técnica, primeiramente a enfermeiras e aos médicos e, depois, aos outros profissionais, expandindo a Reflexologia para além do seu circuito médico e a estabeleceu como uma terapia complementar.

Em 1950, seu sobrinho Dwight Byers começou ajudá-la nos seminários e, em 1961, ele e sua irmã Eusébia Messenger (enfermeira) estudou Reflexologia sob a orientação da tia. A partir daí, passou trabalhar com Reflexologia em tempo integral. (GILLANDERS,

2008). No ano de 1952, foi fundado por Dwight Byers o Instituto Internacional de Reflexologia. Desde, então, vem contribuindo no treinamento dos profissionais reflexologistas em todo mundo. (BOOTH, 2000; DOUGANS; ELLIS, 2006).

3- A REFLEXOLOGIA ATUAL, DISCRICÕES ACERCA DA REFLEXOLOGIA NA AMÉRICA DO SUL, OU SEJA, A DISSEMINAÇÃO DA PRÁTICA ATÉ O BRASIL

A Zonoterapia, seguida da Reflexologia, foram trazidas para a América Latina, em princípio ao Paraguai, pela Missionária Margarida Gootaht que, após tratar a esposa do próprio presidente do Paraguai, ensinou a técnica no Instituto Conaras. Os brasileiros, buscando uma formação nessa área, estudaram nesse Instituto e, assim, trouxeram a Reflexologia para o Brasil. Hoje, a Reflexologia está espalhada pelo mundo, sendo conhecida e utilizada em muitos países. (LOURENÇO, 2010). Atualmente, existem vários institutos de Reflexologia no Brasil e no mundo com o intuito de treinar profissionais para executar adequadamente a técnica. Muitas escolas ou institutos formam técnicos em reflexoterapia.

No Brasil, foi criada em 28 de novembro 1994, a Associação Brasileira de Reflexologia e Terapias Afins - ABRT, que vem desenvolvendo, através de seus fundadores, Érik Motta Pereira e Osni Tadeu Lourenço, um trabalho não só de divulgação mas de estudos e pesquisas, que colocam nosso país em situação de destaque junto à comunidade internacional. A Reflexologia atualmente é conhecida e utilizada em mais de 20 países representados por suas associações.

As universidades também inserem em suas disciplinas práticas naturais e, entre elas, a Reflexoterapia, Uma das questões que trouxe à tona a necessidade de especializar esses profissionais foi a normativa do Ministério da Saúde, abrindo as portas do setor público para a inserção das técnicas na assistência pública. (MADEL, 2005).

A Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL – em Palhoça, e a Universidade Anhembí Morumbi, em São Paulo, existe o curso de graduação de Naturologia Aplicada onde os acadêmicos estudam a teoria e a prática das técnicas naturais como a Reflexologia. Nessas instituições, há a possibilidade de pesquisar e discutir sobre a Reflexologia como ciência, dando ainda mais credibilidade e ampliando as possibilidades para que esta história continue.

3.1 PESQUISAS ATUAIS.

A Reflexoterapia é a aplicação da Reflexologia e se insere nesse contexto de terapias naturais e complementares. As pesquisas revelam a sua eficácia. Ela é uma ciência por que se baseia no estudo fisiológico e neurológico e também uma arte, pois, não só depende do conhecimento da técnica, mas, muito depende da habilidade e da capacidade de interação entre o clínico (terapeuta) e o beneficiário³. (DOUGLAS; ELLIS 2006; FELICIANO; CAMPADELLO, 2004). A Reflexoterapia é, ainda, segundo os mesmos autores, uma técnica curativa holística⁴, que procura tratar o indivíduo como um todo no intuito de induzir um estado de equilíbrio e harmonia. Conforme Medina (2007), essa técnica vem despertando o interesse de diversos profissionais da saúde nas mais diferentes áreas: enfermagem, fisioterapeuta, terapeutas holísticos. E como acima citado, é uma das práticas naturoológicas utilizada pelo profissional naturólogo. (HELMAMNN, 2008).

A busca da compreensão do ser humano como um sistema integrado vem fazendo com que os mais diversos profissionais busquem aplicar seus conhecimentos, incorporando em seu trabalho terapias holísticas milenares. Em sua tese de mestrado, Teles (2010) cita a Reflexologia como uma das práticas de abordagem holística utilizada pelo profissional terapeuta na busca da saúde do indivíduo. Um estudo apresentado por Puerto (2009), da Fundación Universitaria Manuela Beltrán Colombia, revela os benefícios dessa terapêutica no alívio de dores associadas a distúrbios musculoesqueléticas.

Conforme Lee (2011), em um estudo feito pelo Departamento de Enfermagem, Christian College of Nursing, Gwangju, na Coreia. O objetivo desse estudo foi avaliar a eficácia da Reflexologia podal no sono, fadiga e dor. O estudo revelou o efeito positivo para a diminuição da fadiga e a melhor qualidade do sono, afirmando mais uma vez a importância da Reflexologia como cuidado em enfermagem.

Outra pesquisa feita no Centro de Fonte de Pesquisa de Medicina Complementar, University of Western Sydney, comprova que a Reflexologia auxilia no alívio da ansiedade no trabalho de parto. Mas, também menciona a necessidade de fazerem maiores estudos sobre o assunto. (SMITH et al., 2012)

A Reflexologia também é utilizada como um método de avaliação para identificação de disfunções fisiológicas, através da percepção da sensibilidade dolorosa dos pontos reflexos. Essa afirmação foi constatada por uma pesquisa desenvolvida em 2009, na Universidade do

³ Denominado pelo Profissional Naturólogo, dentro da relação de interagência, como interagente; e pelo SUS de usuário.

⁴ Termo derivado do grego *holos*, que quer dizer inteiro.

Sul de Santa Catarina – UNISUL, intitulada A existência do sinal reflexológico Dor, nas disfunções ovarianas: uma análise naturológica (AZEREDO 2009; MEDEIROS 2011).

Ribeiro (2009), em sua pesquisa sobre o cuidado de enfermagem no pós-operatório de cirurgia cardíaca, fala das percepções da pessoa que recebe reflexoterapia: observou-se que a reflexoterapia contribuiu para a reabilitação dessas pessoas proporcionando relaxamento, conforto, sono e repouso. Salientou também que, para que a satisfação das necessidades ocorresse, as condições do ambiente e a interação entre o cuidador e o ser cuidado foram fundamentais.

Enfim, entre tantos trabalhos acadêmicos, concluiu-se que a reflexoterapia, aplicada de forma a respeitar a individualidade e a autonomia da pessoa, proporciona benefícios para uma melhor recuperação e restabelecimento energético da mesma. Essa abordagem já vem sendo milenarmente cultivada, mas atualmente é que pesquisas acadêmicas vêm auxiliando estudiosos e pesquisadores a obterem amparo científico no contexto teórico e prático da técnica.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após a análise dos resultados obtidos no presente estudo, pode-se concluir que os objetivos foram alcançados, e que do problema proposto, obtiveram-se respostas significativas. Os resultados demonstraram que, embora não se saiba exatamente onde a Reflexologia começou, as evidências indicam que essa prática vem sendo utilizada por diversas culturas ao longo da história e que demonstram claramente a intenção dos cuidadores em melhorar a saúde e prevenir doenças fazendo uso dessa terapia.

A Reflexologia está sendo praticada e pesquisada nos mais diversos campos da área de saúde. Isso contribui para amadurecer a cientificidade dessa prática tão simples, mas que vem dando resultado quando praticada adequadamente por pessoas qualificadas. A prática é simples e de fácil aplicação, porém, requer conhecimento e habilidade, uma vez que é uma modalidade que trabalha o indivíduo em suas várias dimensões.

Esta pesquisa trouxe a relevância histórica dessa prática e contribuiu com informações capazes de elucidar o seu trajeto desde a sua utilização pelos povos antigos sempre voltada à saúde física e emocional. Conhecer um pouco mais sobre o percurso histórico da Reflexologia preencheu algumas lacunas e pontos de curiosidade que se buscava neste estudo. Conhecer um pouco mais dos mentores da prática, bem como suas formações

profissionais, foi curioso, interessante e satisfatório para a finalização da formação acadêmica, pois tornou a pesquisadora mais apaixonada pela prática.

Acredita-se que os estudos nessa área vêm sendo feitos por profissionais competentes o que valoriza a eficácia de sua prática. As pesquisas acrescentam informações que auxiliam na comprovação científica da reflexoterapia. Considera-se a prática como uma ciência por que se baseia no estudo da fisiologia e neurologia, mas também uma arte, pois, não só depende do conhecimento da técnica, mas muito depende da habilidade e da capacidade de interação entre o clínico (terapeuta) e o beneficiário/interagente (aquele que interage).

Levando em consideração os resultados deste estudo, conclui-se que a reflexoterapia se apresenta como uma ferramenta que pode ser praticada isoladamente ou como um coadjuvante no tratamento das mais diversas doenças, na prevenção e na promoção da saúde, melhorando a qualidade de vida e o bem-estar dos indivíduos.

Apesar desta pesquisa apresentar limitações devido aos poucos registros públicos em meio científico, representou também um avanço acadêmico por ser um estudo que possibilitou um maior conhecimento da história dessa prática. Ainda assim, acredita-se que seja necessário continuar a pesquisa, para que se consiga rastrear a história atual, que outros profissionais estejam fazendo, para que não se perca ao longo dos próximos anos. Há também necessidade de maiores estudos clínicos sobre a sua eficácia. É necessário, igualmente, divulgar as contribuições da reflexoterapia para que mais pessoas se beneficiem dessa técnica de cuidado em saúde.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE REFLEXOLOGIA E TERAPIA ASSOCIA DAS. Estatuto Social. São Paulo, 28 de novembro de 1994. Disponível em:< www.abrta.blogspot.com. Acesso em: 03 abril 2012

AGGELETON, Peter. ¿“Sólounpedacito”? :la historia social de lacircuncisión masculina. Universidade Peruana CayetanoHeredia. Health Matters. 2007. Disponível em:<<http://www.diassere.org.pe/RHM5.pdf>> Acesso em: 05 de maio de 2012

BOOTH, L. **Reflexologia Vertical**. 1º ed., São Paulo: Pensamento, 2000.

Bressler, Harry Bond. **Zone therapy**. The Willianas Printing Company. Richmond. Virginia –U.S.A. 1996

BROWN, Denise Whichello. **Reflexologia das mãos: introdução prática**. São Paulo: Manole, 2001.

BYERS, C, Dwight. **Better Health with Foot Reflexology. The Ingham method**. Inghem Publishing, INC. Florida-U.S.A, 4 ed. 2008.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS** /Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. - Brasília: Ministério da Saúde, 2006. (<http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>). Acesso em 05 agos. 2011.

CARTER, MILDRED; WEBER, TAMMY. **Reflexologia das mãos: Chave para a saúde Perfeita**. 2006

DOUGANS; I. SUZANNE; E. **Um guia passo a passo para a aplicação da Reflexologia**. São Paulo: Pensamento-Cultrix, 2006.

FELICIANO, Carlos Alberto; CAMPADELLO, Pier. **Reflexologia energética: massagem para os pés**. 3. ed. São Paulo: Madras, 2004.

GILLANDERS; A. **Guia complexo de Reflexologia: todo conhecimento necessário para adquirir competência profissional**. São Paulo: Pensamento, 2008.

HELLMANN, F.; WEDEKIN, L.M. **O Livro das Interagências**. Tubarão: Ed. Unisul, 2008.

HALL, M.N.: **Reflexologia: Um método para melhorar a saúde**. São Paulo Pensamento: 2007

_____: **Reflexologia: Guia Prático**. São Paulo Callis: 1997

JÚNIOR, E. J.S; CIRINO, S.D. Revisitando a Reflexologia soviética. Universidade Federal de Minas Gerais. **Mnemosine** Vol.5, nº2, p. 131-1. 2009.– Artigos Departamento de Psicologia Social e Institucional/ UERJ . **Disponível em:** < www.ufmg.br/prpq/images/.../2009/ciencias_humanas_bibliografia.pdf >. Acesso em: 03 mar.2012.

LEITE, F.C.; ZÂNGARO, R.A. **Reflexologia: Uma Técnica Terapêutica Alternativa**. IX Encontro Latino Americano de Iniciação Científica e V Encontro Latino Americano de Pós-Graduação – Universidade do Vale do Paraíba, 2007. Disponível em: < <http://biblioteca.univap.br/dados/INIC/cd/epg/epg3/epg3-27.pdf> > Acesso em 19 set. 2012.

LEE J, HAN M, CHUNG Y, KIM J, CHOI J. Effects of Foot Reflexology on Fatigue, Sleep and Pain: A Systematic Review and Meta-analysis. **J Korean Acad Nurs**. 2011 Dec;41(6):821-33. doi: 10.4040/jkan.2011.41.6.821. Disponível <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22310867>> Acesso em: 04 de abril de 2012.

LOURENÇO; O. T. **Reflexologia podal: primeiros socorros e técnicas de relaxamento**.ed.4ª. São Paulo: Ground, 2010.

LEIDELL, Lucy. Thoma, Sara. **O novo Livro de Massagem**.1ª ed. Manole Baurueri- São Paulo, 2002.

MARQUARDT, H. **Reflexoterapia pelos pés**. 5ª ed. Barueri, São Paulo: Manole, 2005.

MENERE; A. L. **A história da escrita**: uma introdução. Anais da biblioteca nacional. V.129. Rio de Janeiro: 2011. Disponível em: < http://objdigital.bn.br/acervo_digital/anais/anais_129_2009.pdf#page=203-> . Acesso em: 28 abr. 2012.

MEDINA. F. I. M. Reflexología podal: un enfoque desde la fisioterapia. Noviembre 2007. disponível em: < http://www.efisioterapia.net/articulos/leer.php?id_texto=245>. Acesso em: 03 de mar. 2012

MOTTA, Alexandre de Medeiros. **Ciência e pesquisa**: livro didático. Palhoça: Unisul Virtual, 2011.

MENDEL, T.L. **Cultura Contemporânea e Medicinas Alternativas: Novos Paradigmas em Saúde no Fim do Século XX**. PHYSIS: Rev. Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, 15(Suplemento):145- 176, 2005. Disponível em: < www.scielo.br/pdf/physis/v15s0/v15s0a08.pdf > acesso em: 05 de mar. 2012

MAGI, Giovana. **Saqqarah: la pirámide, las mastabas y la zona arqueológica**. Casa Editrice Bonechi. Ed. espanholla. Firenze: Itália, 2005.

PUERTO,ÁNGELA MARCELA. . Disminución del dolor asociado a patologías **musculoesqueléticas**. Umbral Científico, núm. 14, junio, 2009, pp. 48-54
Fundación Universitaria Manuela Beltrán Colombia. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal. Disponível em< redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=30415059004> Acesso em: 05 de mar 2012

RIBEIRO, J. A. O cuidado de enfermagem no pós-operatório de cirurgia cardíaca: as percepções da pessoa que recebe reflexoterapia. **UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA**. FLORIANÓPOLIS ,2009.Disponível em: < www.tede.ufsc.br/teses/PNFR0628-D.pdf>Acesso em 03 mar. 2012

SMITH, C.A, LEVETT, K.M, COLLINS, C.T, JONES, L. **Massage, reflexology and other manual methods for pain management in labour**. Centro de fonte de pesquisa Medicina Complementar, University of Western Sydney. **Base de Dados Cochrane** Syst Rev. 2012 Fev 15; 2:<<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?cmd=search&db=pubmed&term=Smith%20CA%5Bau%5D&dispmax=50>>acesso em: 10 mar. 2012

KUNZ, B. E KUNZ, K. **Reflexologia**: como restabelecer o equilíbrio energético. 10ª Edição. São Paulo: Editora Pensamento, 1997.

SANTOS, M. E; **O saque de tumbas no tempo dos faraós**. Gaia, Rio de Janeiro: LHIA/ Fábrica de Livros; 2000. Disponível em: <http://arqueologiaegipcia.com.br/wp-content/uploads/saque_no_tempo_dos_faraos_elias_santos.pdf>. Acesso em: 28 abr. 2012.

TELES, Thiago Guedes. **Reflexões sobre a visão biomédica e a visão holística no tratamento das lombalgias crônicas**. FUNDAÇÃO EDSON QUEIROZ UNIVERSIDADE DE FORTALEZA – UNIFOR FORTALEZA - CE.2010. Disponível em< uol01.unifor.br/oul/conteudosite/F1066342877/Dissertacao.pdf> Acesso em: 03 mar.2012

WEN,H.X., KUABARA, M. **Reflexologia Podal**. 1ª ed. Iconi. 2007

VENNELLS, David, **o que é Reflexologia**, 1ª ed. Nova Era, Rio de janeiro - RJ, 2003;

http://www.reflexologyinstitute.com/reflex_riley.php

DOMENICO, Giovane, WOOD,C. Elizabeth. **Técnicas de Massagem de Beard**. 4ª ed. Manole, Baurueri - SP ,1998;

INITZ, Sandy. **Fundamentos da Massagem Terapêutica**. 1ª ed. Manole, Baurueri - SP, 2002;

Pyramides of Egypt <http://egyptphoto.ncf.ca/mastaba%20of%20ankhmahor.htm>

ALBERTO, Carlos et.al. Reflexologia: **Conhecendo melhor esta técnica**. Fisioweb: publicado em 14 de março de 2003. disponível em www.fisioweb.com.br, acessado em 03/03/2012;

BOOTH, L. **Reflexologia vertical**. São Paulo: Pensamento, 2005.