

# Riflessologo/a

## curare, trattare, massaggiare

I riflessologi e le riflessologhe sono appositamente formati alle tecniche di massaggio riflessologico e hanno una buona conoscenza medica adatta alla loro professione. Stimolano le zone riflesse dei piedi, delle mani, della testa, delle orecchie e di tutto il corpo. Il trattamento delle zone riflesse del piede è particolarmente apprezzato perché si dice che abbia un effetto "integrale". Utilizzando una speciale tecnica di massaggio, i riflessologi e le riflessologhe esercitano una pressione sui punti chiave. In questo modo si attivano impulsi che dovrebbero avere un effetto stimolante o calmante sugli organi associati, a seconda dei disturbi.

La terapia delle zone riflesse, come metodo terapeutico complemen-

tare, mira a rafforzare ed equilibrare i poteri di autoguarigione dell'essere umano e i suoi sistemi regolatori di base. Lo stress nella vita di una persona porta a blocchi nel flusso di energia e ad anomalie nei tessuti. Trattando le zone riflesse, queste possono essere normalizzate.

I riflessologi e le riflessologhe lavorano principalmente in centri fitness, hotel benessere, villaggi turistici o anche nel proprio studio per la terapia di riflessologia plantare. A seconda del motivo della terapia, il numero di trattamenti varia da 9 a 18 sedute. In caso di disturbi cronici e di lunga durata o per favorire il benessere, la terapia può essere effettuata per un periodo di tempo più lungo.

### Cosa e per cosa?

- ▶ Affinché il riflessologo possa stimolare la circolazione sanguigna, le funzioni degli organi e delle ghiandole del paziente, massaggia in modo mirato le aree sensibili del piede.
- ▶ Affinché la riflessologa possa alleviare il disagio dovuto a una grande cicatrice sulla gamba di un paziente, tratta il riflesso e le zone secondarie ad essa.
- ▶ Affinché il riflessologo possa individuare gli organi su cui vuole esercitare un'influenza positiva, si basa sull'anamnesi (storia clinica) e sui risultati della tecnica di palpazione.
- ▶ Affinché il paziente si rilassi meglio psicologicamente e fisicamente, la riflessologa attiva i punti del piede che sono efficaci a questo scopo.

### Fatti

**Accesso a)** Età minima di 18 anni (non è richiesta una formazione iniziale specifica) o  
**b)** raccomandazione dell'associazione svizzera di riflessoterapia (ASRT): formazione di base completa di 3 o 4 anni, età minima 23 anni.

**Formazione** 3 - 4 semestri di formazione ulteriore (circa 300 ore).

**Gli aspetti positivi** Solo con le mani, i riflessologi e le riflessologhe influenzano positivamente sui sistemi di organi, sul sistema linfatico e sul sistema nervoso. L'aumento del benessere fisico e psicologico dei pazienti è il loro successo personale.

**Gli aspetti negativi** A volte i pazienti si aspettano piccoli miracoli dalla terapia. Per loro, questi professionisti hanno bisogno di un po' più di spiegazioni, oltre che di mani sensibili.

**Buono a sapersi** A seconda che i riflessologi e le riflessologhe lavorino nel proprio studio o come dipendenti, varia anche il loro ambiente di lavoro. Ma ovunque lavorino per il bene delle persone, il loro obiettivo rimane sempre quello di attivare i poteri di autoguarigione, sia nella sfera fisica che in quella mentale. La percezione attenta delle reazioni durante e dopo il trattamento fornisce ai professionisti informazioni per l'ulteriore progettazione della terapia.



### Profilo dei requisiti

	favorevole	importante	molto importante
costituzione robusta, buona salute			
discrezione			
facilità nei contatti			
fluidità nell'espressione orale e scritta			
interesse per le questioni sanitarie, interesse per la cura			
orientamento al cliente, empatia			
perseveranza, pazienza			
resilienza			
senso dell'ordine e della pulizia, consapevolezza in materia di igiene			
senso di osservazione			

### Percorsi di carriera

Naturopata EPS (diploma federale)
Massaggiatore/trice medicale APF (attestato professionale federale)
Riflessologo/a
Formazione secondo la raccomandazione dell'associazione professionale (vedi ammissione)