

# Programa de reflexología podal como actividad rehabilitadora para profesores de cultura física en Mayabeque



*Program of foot reflexology as a rehabilitation activity for teachers of  
physical culture in Mayabeque*

MSc. Eugenio Rodolfo González Pérez.<sup>1</sup>, Lic. José Díaz Valdez.<sup>2</sup> & Lic. William González Mederos.<sup>3</sup>

Recibido: 11-01-2018 / Revisado: 12-02-2018 / Aceptado: 13-03-2018 / Publicado: 05-04-2018

DOI: <https://doi.org/10.33262/anatomiadigital.v1i1.1039>

## Abstract.


The professional superación facilitates the graduate university students the wide acquisition and continuous improvement of the knowledge and basic and specialized abilities required for a better acting of its responsibilities and labor functions, as well as it stops its cultural development integral. La investigación he/she responds to the main demands of the Superior Education in Cuba and for ende he/she finds its legal sustenance in the Resolution 132 of the 2004


## Resumen.


La superación profesional posibilita a los graduados universitarios la adquisición amplia y perfeccionamiento continuos de los conocimientos y habilidades básicas y especializadas requeridas para un mejor desempeño de sus responsabilidades y funciones laborales, así como para su desarrollo cultural integral.

La investigación responde a las principales exigencias de la Educación Superior en Cuba y por ende encuentra su sustento legal en la

<sup>1</sup> Ciencias Médicas Mayabeque, Departamento Cultura Física, Mayabeque, Cuba, [ergonzales@infomed.sld.cu](mailto:ergonzales@infomed.sld.cu)

 <https://orcid.org/0000-0002-7353-0185>

<sup>2</sup> Ciencias Médicas Mayabeque, Departamento Cultura Física, Mayabeque, Cuba, [jdiaz@infomed.sld.cu](mailto:jdiaz@infomed.sld.cu)   
<https://orcid.org/0000-0002-7353-0186>

<sup>3</sup> Ciencias Médicas Mayabeque, Departamento Cultura Física, Mayabeque, Cuba, [wgonzalez@infomed.sld.cu](mailto:wgonzalez@infomed.sld.cu)  
 <https://orcid.org/0000-0002-7353-0187>

on the Education of Graduate degree in the Cuban context. He/she has an impact and since importance the design, implementation and evaluation of the Program of Reflexología Podal like rehabilitative activity for professors of Physical Culture in Mayabeque it is in function of the permanent education of the university egresados. Besides contributing knowledge that already consolidate those acquired proposing another road of application of alternative of the Therapeutic Massage The same one has as objective to Design a Program of Reflexología Podal for professors of Physical Culture in Mayabeque guided to the development of specialized abilities that contemplates the possibilities of social intervention in the community.

**Keywords:** professional superación, Reflexología podálica.

Resolución 132 del 2004 sobre la Educación de Postgrado en el contexto cubano. Tiene un impacto e importancia pues el diseño, implementación y evaluación del Programa de Reflexología Podal como actividad rehabilitadora para profesores de Cultura Física en Mayabeque está en función de la educación permanente de los egresados universitarios. Además de aportar conocimientos que consolidan los ya adquiridos proponiendo otra vía de aplicación de alternativa del Masaje Terapéutico El mismo tiene como objetivo Diseñar un Programa de Reflexología Podal para profesores de Cultura Física en Mayabeque orientado al desarrollo de habilidades especializadas, que contemple las posibilidades de intervención social en la comunidad.

**Palabras claves:** superación profesional, Reflexología podálica.

### Introducción.

La Universidad del siglo XXI, en correspondencia con el desarrollo de la ciencia y la tecnología, va en busca de la calidad en cada uno de sus procesos y los docentes, desde sus respectivas especialidades, tienen en ello un compromiso a seguir.

La Universidad del siglo XXI, en correspondencia con el desarrollo de la ciencia y la tecnología, va en busca de la calidad en cada uno de sus procesos y los docentes, desde sus respectivas especialidades, tienen en ello un compromiso a seguir.

“Los profundos cambios que como parte de la revolución educacional se llevan a cabo en nuestro país, tienen como objetivo resolver los problemas presentes en la enseñanza y el aprendizaje, haciendo de éste un proceso más eficiente, partiendo de ideas y conceptos enteramente nuevos.” (Castro F, 2002).

Se busca lo que a juicio del autor debe ser y será un sistema educacional que se corresponda cada vez más con la igualdad, la justicia plena, la autoestima y las necesidades morales y sociales de los ciudadanos en el modelo de sociedad que el pueblo de Cuba se ha propuesto crear.

La búsqueda de la excelencia en la educación, según Rubinstein (1966) “se manifiesta en la voluntad de un perfeccionamiento continuo de la enseñanza sobre bases científicas y dialécticas, que sustentan las decisiones y el accionar cotidiano de las instituciones educativas e impulsan a la vez, el desarrollo de la investigación pedagógica como necesidad del propio perfeccionamiento, hacia el logro de un aprendizaje desarrollador.”

Esta búsqueda de la calidad ha alcanzado igualmente a las carreras relacionadas con la Cultura Física. Un Licenciado en estas especialidades, que en el siglo XX podía permanecer por más de veinte años utilizando los mismos conocimientos adquiridos en la universidad, en la actualidad se ve obligado a renovar más de una vez sus conocimientos y habilidades. En particular, los conocimientos alcanzados en los últimos años en la Cultura Física Terapéutica indican que desarrollar la docencia en esta especialidad sobre la base de la “ciencia constituida” o de la “Tecnología Sedimentaria “, ya no es una opción viable.

En el caso de nuestro país, en lo que respecta a la educación en el campo de la cultura física, se presentan otras limitaciones, dadas fundamentalmente porque un alto por ciento de egresados universitarios de Cultura Física no recibe Educación de posgrado en Masaje Terapéutico, de lo que no está exenta los profesores de cultura física en Mayabeque.

### **Desarrollo**

La presente investigación estuvo conformada, de manera general, por tres etapas: etapa de diagnóstico, elaboración de la propuesta y etapa de validación de la propuesta relacionando en todo momento los resultados cualitativos y cuantitativos de manera dialéctica. En opinión del autor de esta investigación, esta estrategia es la que mejor se relaciona con las condiciones y características de los profesores que realmente estén interesados en lograr niveles superiores de profesionalidad. Para desarrollar la investigación se siguieron los siguientes pasos metodológicos:

- Búsqueda bibliográfica
- Análisis documental
- Estudio y determinación de la población y la muestra para el diagnóstico
- Elaboración de los instrumentos y adecuación en correspondencia con las particularidades de los estudiantes y el conocimiento de los profesores para de esta forma conocer la pertinencia de la propuesta
- Elaboración de la propuesta del programa
- Recogida de la opinión de expertos respecto a la propuesta del diseño del curso de posgrado
- Procesamiento de la información
- Aplicación de los instrumentos del diagnóstico
- Análisis e interpretación de los resultados obtenidos.

**Métodos y técnicas empleados.**

- a) Etapa de diagnóstico: Se realizaron encuestas a profesores de cultura física con el fin de constatar las necesidades de la superación en masaje terapéutico.

Se tomo como referencia una población de 100 profesores correspondiente al inder, sede universitaria, facultad de ciencias médicas Mayabeque Se selecciona una muestra aleatoria de 30 profesores representando el 30% del universo, sus edades oscilan entre los 25 y 40 años, teniendo de procedencia social heterogenia, de ellos 15 son del sexo femenino y 15 del sexo masculino. Todos fueron encuestados, lo que representó el 100%

En la encuesta aplicada a través del cuestionario de preguntas se observa que 20 profesores para un 66.6 % consideran que en su formación fue insuficiente el desarrollo de habilidades prácticas en alternativas de masaje terapéutico, así como 10 de los profesores encuestados refieren la ausencia de contenidos necesarios de masaje terapéutico, revelándose una dificultad latente en el uso de estas terapias de manipulación.

El 100% de los encuestados consideran necesario un curso de posgrado en esta modalidad. De esta forma se puede adquirir las habilidades especializadas necesarias para la puesta en práctica de las diferentes alternativas del Masaje Terapéutico pues al no estar contemplado este contenido dentro del proceso de enseñanza aprendizaje de las asignaturas, no satisfacen las expectativas deseadas por los estudiantes.

Referente a la interrogante relacionada con los fines para los que emplearía los conocimientos recibidos como profesionales, el 55% coincidió en el empleo de estos conocimientos en el trabajo en la comunidad, 10 profesores refirieron emplearlos en la Formación integral de la Cultura Física Terapéutica, para un 35% y solo 3 profesores plantearon utilizarlos para el sustento familiar.

El 100% de los encuestados como sugerencia refieren que se impartan cursos de posgrado en masaje terapéutico al término de la carrera y antes de comenzar como profesionales en aras de poder realizar una especialidad.

Las respuestas con relación al valor que le conceden a las alternativas de masaje terapéutico fueron:

**Tabla 1.** Alternativas de Masaje Terapéutico

Alternativa de Masaje Terapéutico	Cantidad de profesores	Valor asignado	%
Técnicas Metamórficas	-	-	-
Quiropraxia	-	-	-
Reflexología Podálica	18	10	60
Osteopatía Craneal	-	-	-
Drenaje Linfático	-	-	-
Auriculoterapia	3	5	10
Shiatsu y acupresión	5	7	16,6
Terapia de polaridad	1	3	3,3
Acupuntura	3	5	10
Osteopatía	-	-	-

**Fuente:** Elaboración propia.

El análisis de la información recopilada permite plantear, que las dificultades constatadas en el desarrollo de las relaciones con el masaje terapéutico en los profesores de cultura física es un problema a resolver que exige un tratamiento científico

Son múltiples las alternativas que pueden contribuir a la solución de este problema, pero es obvio que se impone el desarrollo de las potencialidades de los profesores con una estructuración sistémica de la actividad de posgrado que fortalezca su independencia cognoscitiva y contribuya al desarrollo del masaje terapéutico

### **Elaboración de la propuesta**

En esta etapa se desarrolló el diseño del programa del curso de masaje terapéutico para mejorar el desempeño profesional de los profesores de cultura física que contribuye a elevar el nivel profesional en la formación integral, en el mismo se plantea la fundamentación, el diseño y la ejecución de la estrategia metodológica del diseño del programa de curso de posgrado. El modelo de diseño de programa propuesto persigue además un cambio en los

profesores, desarrollar sus motivaciones y capacidades para que se comprometan con el cambio y se responsabilicen con los resultados.

La organización y desarrollo de los recursos humanos encaminados al mejoramiento profesional y humano puede lograrse sobre la base de una concepción sistémica, que tiene su expresión lógica en un modelo teórico, integrado por elementos que interactúan.

La lógica del diseño teórico elaborado tiene dos criterios esenciales que son: necesidad y calidad. La necesidad se refiere a que el mismo debe responder a la satisfacción de las demandas sociales o personales que le confiere pertinencia social debido a la Incapacidad de los profesores de cultura física en Mayabeque para resolver problemas profesionales de profilaxis y terapéutica con masaje terapéutico en sus comunidades de origen

La calidad de la educación se hace realidad en los aprendizajes cualitativamente relevantes. La calidad no está en lo que se enseña sino en lo que se aprende, por lo que en la práctica dicha calidad está cada vez más centrada en el propio sujeto educativo (Arrién, 1995).

Lo que un profesor como alumno puede aprender en un momento depende tanto de sus propias características como de los contextos donde se desarrolla y aprende, lo que evidencia la necesidad de promover cambios en las concepciones, actitudes y prácticas de los docentes y en las familias de forma tal que puedan crear contextos enriquecedores para el aprendizaje de sus pacientes.

De igual forma los diferentes sectores de la comunidad donde se encuentran ubicadas las instituciones de profiláctica y terapéutica han de contribuir de forma más eficiente para que esto sea posible.

### **Diseño del programa para el curso de posgrado en masaje terapéutico a partir del enfoque Sistémico**

Tomando como base la vertiente genética del enfoque sistémico para la estructuración del programa, seguimos la siguiente secuencia:

- Identificación de la célula a partir de la cual se desarrollará el programa- sistema.
- Determinación de la ley que seguirá el objeto en su desarrollo a partir de la célula. Consideramos como tal al enfoque comunitario de la reflexología.
- Fundamentos teóricos del programa en el que el sistema del pie y la reflexología, su concepto, historia, vínculos de su estimulación con la salud individual, de la familia y la comunidad, ocupen el lugar preponderante.
- El sistema del pie y la reflexología. Aplicaciones de la reflexología en los distintos componentes del sistema del pie.
- Repercusiones de la reflexología del pie en el sistema del cuerpo humano.
- Implicaciones de la reflexología del pie en la dinámica individuo- sociedad. Repercusiones en la vida laboral y escolar.
- Elaboración del subsistema de evaluación del aprendizaje.

Presentación de la propuesta de programa de reflexología podal como actividad rehabilitadora para profesores de cultura física en Mayabeque.

Para la estructuración del programa se tuvieron en cuenta los siguientes elementos:

- a) Fundamentación del programa
- b) Objetivos generales y específicos.
- c) Esquema de contenidos a desarrollar.
- d) Estrategia docente
- e) Orientaciones metodológicas
- f) Evaluación.
- f) Bibliografía

**Duración:** El Programa de un curso de postgrado en masaje terapéutico para los profesores de cultura física en Mayabeque.

Tiene una extensión de: 100 horas

**Modalidad:** Curso de Postgrado.

Producto de limitaciones en el tiempo no se realizó una validación experimental ni una consulta a expertos con el objetivo de validar la propuesta y determinar la factibilidad del programa de posgrado en masaje propuesto

### **Conclusiones.**

- Los profesores perciben la necesidad del conocimiento de alternativas acerca de masaje terapéutico pues con solo ejercicios no se puede lograr una rápida recuperación en caso de rehabilitar una patología. Problema para resolver que exige un tratamiento científico con una estructuración sistémica de la actividad de posgrado que fortalezca su independencia cognoscitiva y contribuya al desarrollo del masaje terapéutico.
- Las posibilidades del enfoque sistémico para la elaboración del programa como base de la vertiente genética nos permitieron seguir unas secuencias lógicas como: Identificación de la célula, determinación de la ley que seguirá el objeto en su desarrollo a partir de la célula, fundamentos teóricos, así como la elaboración del subsistema de evaluación del aprendizaje.

### **Recomendaciones.**

- Que se realice una validación experimental y una consulta a expertos con el objetivo

de validar la propuesta y determinar la factibilidad y pertinencia del programa de reflexología podal como actividad rehabilitadora para profesores de cultura física en Mayabeque propuesto.

**Referencias bibliográficas.**

- Acosta Martínez, B.J. (2003) Auriculoterapia. En: texto de Aprendizaje, 3ª. Ed.
- Arias, G. (2014) Evaluación y diagnóstico en la educación y el desarrollo desde el enfoque histórico cultural. Sao Pablo, Brasil, Editora Linear B.
- Arias, G. (2014) La persona en lo histórico cultural. Sao Pablo. Brasil, Editora Linear B.
- Arias, G.; García, M. T. (1996) Atención a niños con antecedentes de embarazo, parto y post natales de alto riesgo. Servicio para el Centro de Orientación y Atención psicológica a la Población. Universidad de La Habana, Facultad de Psicología.
- Bell, R. (1997) Consideraciones en torno a los problemas de la comunicación humana. La Habana, MINED.
- Caballero Rivacoba, M.; García, J. Y. (2004) El Trabajo Comunitario: una alternativa cubana al desarrollo social. Camagüey, Ediciones Acana.
- Colectivo de autores. (2001) Selección de lecturas sobre Sociología y Trabajo Social. La Habana.
- Jasso Peña, J. (2003) El Municipio: génesis del desarrollo de la Educación Física y el Deporte en un país.
- Momplet Pérez, V. (2004) Microsistema de Mano o Manopuntura. [CD-ROM]
- Momplet Pérez, V. (2014) Craneopuntura. [CD-ROM]
- Muñiz Peláez, I. (1999) Reflexoterapia y otros microsistemas. En: Tratado de Acupuntura China y Técnicas afines. [CD-ROM]
- Palacio, J. (2004) Familia, comunidad y programa educativo: unidos e indispensables para la estimulación temprana en el municipio de Artemisa. Trabajo de Diploma. Universidad de la Habana, Facultad de Psicología.
- Pérez, M. (2012) Estudio comunitario de las deformaciones posturales y podálicas en escolares Tuneros. Proyecto investigativo deformaciones posturales. La Habana.
- Barroso, L. (2016) Selección de Lectura sobre sociología y trabajo sociales. La Habana, Editorial. Deporte.



Bossy, J. (1987) Microsistemas de las extremidades. En: Los Microsistemas de acupuntura, Monografías de Reflexoterapia aplicada. México, Editorial Masson Barceleona.

¿Qué es la Reflexología?, [Internet], Disponible desde: <<http://www.salud.bioetica.org/reflexologia.htm>>

Ahonen, J. (1996) Kinesiología y anatomía aplicada a la actividad física. Barcelona, Ed.Paidotribo.

American College of Sports Medicine. (1993) Position Stand. Physical activity, Physical fitness, and hypertension. Medicine and Science in Sports and Exercise. 25 (10), i-x

Brnechea, C. (2014) Problemática de la columna vertebral y su prevención a través de situaciones lúdicas. Perspectives (3). Educación postural. Auriculoterapia 2014. [CD-ROM].

Bell, R. (1997) Prevención, corrección-compensación e integración. Revista Educación. Edición Especial. Congreso Pedagogía 95. La Habana.

Rumplif, B. (2014) El Masaje. 3ª. ed. Barcelona, Editorial Paidotribo.

Bossy, J. (1987) Cráneo puntura. En: Los Microsistemas de acupuntura. Monografías de Reflexoterapia aplicada, p.100 –108, Barceleona, México, Editorial Masson.

Bufill Le Monnier, M. Historia de la Reflexología. [Internet], Disponible desde: <<http://www.naturmedicapro.com/beta/articulos/xxxxxx271201213037sp.htm> 2001> [Acceso 5 de Abril 2017].

Corral, R.; Núñez, M. (1990) Aplicación de un método teórico a la elaboración del perfil profesional en la educación superior. Revista Cubana de Educación Superior. 10 (2).

Dabas, E. (1990) El concepto de red - Importancia de las redes comunitarias. [Internet], Disponible desde: <<http://www.cfired.org.ar/esp2/eventos/internet/pdf/01.pdf>> [Acceso 5 de Abril 2017].

Debate Revista Temas ¿Entendemos la marginalidad? [CD-ROM]

Devis, J. ; Peiro, C. (1993) La actividad Física y la promoción de la salud en los niños-as. Revista de Psicología del Deporte, (4).

Díaz Carbó, D. El procedimiento participativo de apreciación. [CD-ROM]

Fraile, A. (1996) Actividad física y salud en la escuela. Valladolid,

Editorial Junta de Castilla y León, Consejería de Educación y Cultura.

Inza, C. El cráneo puntura. [en línea] Medicina Energética 7. Disponible desde: <<http://biosalud.saber.ula.ve/db/ssalud/edocs/articulos/MedicinaEnerg7.pdf>> [Acceso 5 de Abril 2017].

Rodanal, P. (2012) Lesiones deportivas. 3ª. ed. Barcelona, Editorial Paidotribo.

Paglilla, R.; Perrone, E. (2001) El nuevo perfil de la Institución Escolar, inserta en las comunidades barriales carenciadas: de la animación institucional hacia la comunidad barrial. El caso de la EMEM 3 DE 19, de la Ciudad de Buenos Aires. 6 (32). [Internet], Disponible desde:

< <http://www.efdeportes.com> > [Acceso 5 de Abril 2017].

Paglilla, R. (2000) El deporte, agente de cambio social en comunidades de refugiados de Guerra. Revista Digital (Buenos Aires)5: 27, [Internet], Disponible desde: < <http://www.efdeportes.com/>> [Acceso 5 de Abril 2017].

Porro Novo, J. (2012) Reflexoterapia. [CD-ROM]

Porro Novo, J. (2012) Reflexología del Pie. [CD-ROM]

Porro Novo, J.. (2014) Resúmenes de cráneo puntura. [CD-ROM]

Ceballos, E. (2006) Masaje Deportivo. La Habana, ISCF. (En Proceso Editorial)

Rofman, A; Marisa Fournier, A. El desarrollo local como modelo alternativo de política social: una reflexión sobre modelos, estrategias y territorios. [CD-ROM]

Schutt, K. (1982) Salud y relajación gracias al masaje. Métodos, técnicas, indicaciones. [Internet], Disponible desde:

<[www.interhiper.com/medicina/Acupuntura/craneopuntura.htm](http://www.interhiper.com/medicina/Acupuntura/craneopuntura.htm)> [Acceso 5 de Abril 2017].

Vázquez Gallego, J. (1999) Medicina Física en el Fútbol. Madrid, Editorial Gymnos.

**PARA CITAR EL ARTÍCULO INDEXADO.**

González Pérez, E. R., Díaz Valdez, J., & González Mederos, W. (2018). Programa de reflexología podal como actividad rehabilitadora para profesores de cultura física en Mayabeque. *Anatomía Digital*, 1(1), 28-38.  
<https://doi.org/10.33262/anatomiadigital.v1i1.1039>



El artículo que se publica es de exclusiva responsabilidad de los autores y no necesariamente reflejan el pensamiento de la **Revista Anatomía Digital**.

El artículo queda en propiedad de la revista y, por tanto, su publicación parcial y/o total en otro medio tiene que ser autorizado por el director de la **Revista Anatomía Digital**.

