



**TRATAMIENTO PARA PAREJAS CON INFERTILIDAD,
MEDIANTE MASAJE MEXICANO EN EL TEMAZCAL DE
MISIÓN SAN JOSÉ**

*Experiencias y recomendaciones de María Sabina Elena
Martínez Santillán, egresada de los diplomados de Temazcal,
Herbolaria, Reflexoterapia y Masaje Mexicano de TlahuiEdu
AC*

www.tlahui.edu.mx

HOJA DE REGISTRO

- OBJETIVO, REGISTRAR DATOS: FECHA, NOMBRE, TELÉFONO, EDAD, PESO, MEDIDAS, CIRCUNFERENCIA ABDOMINAL, DESNIVEL EN MIEMBROS INFERIORES Y SUPERIORES , APERTURA DE CADERA CON QUE LLEGAN LOS PACIENTES COMO MEDIDAS COMPARATIVAS A INICIO Y FIN DEL TRATAMIENTO, ENTREVISTA ACERCA DE OTROS TRATAMIENTOS, BREVE HISTORIA CLÍNICA, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO

INGRESO

- DESPUÉS DE MOSTRAR LAS INSTALACIONES, SE CONDUCEN A SALA DE REPOSO SE ASIGNA UN LUGAR PARA QUE ACOMODEN SU COBIJA Y SÁBANA DOBLADAS E INTERCALADAS PARA SU DESCANSO AL SALIR DEL SERVICIO.
- SE LES SOLICITA CAMBIARSE A ROPA CÓMODA DE PREFERENCIA ALGODÓN PARA ENTRAR AL SERVICIO DE TEMAZCAL.

PREPARACIÓN DE LOS PACIENTES

- SE ASESORAN SOBRE COMO SE LLEVARÁ A CABO LA SESIÓN DEL TEMAZCAL, YA QUE SERÁN RAMEADOS PARA ELIMINAR FRIALDAD CON JARILLA AMARILLA .
- SE PIDE CAMBIEN A ROPA CÓMODA DE ALGODÓN, CON OPCIÓN DEL CEPILLADO DE PIEL EN SECO CON ACEITE DE OLIVA, ACEITES O ACONDICIONADOR EN PUNTAS DEL CABELLO PARA EVITAR RESEQUEDAD, SE LES OFRECE UN JARRITO DE TÉ CALIENTITO, QUE CUENTEN CON UN LITRO DE BEBIDA HIDRATANTE, TOALLA CORPORAL QUE DEBERÁN COLGAR EN LAS PERCHAS DE LA ENTRADA PARA CUANDO SALGAN DEL TEMAZCAL, INTRODUCIR TAMBIÉN TOALLA FACIAL O DE MANOS PARA SECARSE EL SUDOR EVITANDO IRRITACIÓN EN SUS OJOS.

SERVICIO DENTRO DE TEMAZCAL

- NORMALMENTE MANIFIESTAN MIEDO, SE LES EXPLICA BREVEMENTE, DÁNDOLES CONFIANZA, SE INDUCEN A RESPIRAR TAPANDO UN PORO NASAL, INHALANDO Y EXHALANDO CINCO VECES, DESPUÉS SE CAMBIA AL OTRO, Y SE EFECTÚA UNA RESPIRACIÓN INTERCALADA HASTA LA RELAJACIÓN.
- UNA VEZ AMBIENTADOS, SE RECUESTAN Y RAMEAN CON JARILLA, SE DEJAN REPOSAR INVITÁNDOLOS A HIDRATARSE PARA EVITAR DOLOR DE CABEZA.
- DESPUÉS SE AYUDA A ENJUAGARSE DONDE QUIZÁ EXPRESEN SUS EMOCIONES, SE ARROPAN, CONDUCIÉNDOLOS A REPOSAR BIEN CUBIERTOS, SOBRE EL LADO DERECHO HASTA QUE SE REGULE SU LATIDO CARDÍACO, DESPUÉS SE DESCUBREN POCO A POCO PARA CORTAR EL SUDOR.
- SE LES INVITA A VESTIR ROPA INTERIOR PARA PASAR A LA CÁMARA DE MASAJE.

REFLEXOTERAPIA

- EN POSICIÓN DE ESPALDAS, BOCA ARRIBA, A TRAVÉS DEL AUSCULTAMIENTO DEL PIE SE PUEDE COMPROBAR LA HISTORIA CLÍNICA, VERIFICANDO PUNTO POR PUNTO O POR ZONAS LOS ÓRGANOS VITALES, EXTRAYENDO LA ENERGÍA NEGATIVA CON SACUDIMIENTOS DE NUESTRAS MANOS, AL CONFIRMAR LOS ÓRGANOS INFLAMADOS O DEFICIENTES, PROCEDER A ESTIMULARLOS.

REFLEXOTERAPIA CONTINUACIÓN

- MUY IMPORTANTE DESPUÉS DE LLEVAR A CABO EL TRATAMIENTO, MANTENER LOS PIES CALIENTITOS, DESPUÉS DE CERRARLOS.

MASAJE MEXICANO

- BOCA ARRIBA, SE DIAGNÓSTICA EL PULSO, SE EFECTÚAN LAS MANIOBRAS PARA RESTABLECERLO BAJO EL OMBLIGO.
- SE EFECTÚA UN MASAJE DE ENTONACIÓN PARA EQUILIBRAR EL TONALLI, PRIMERO CON CRUZ CORTA.
- DESPUÉS CON CRUZ LARGA, RESTABLECIENDO ASÍ TAMBIÉN SU SOMBRA O ESPÍRITU.

MASAJE MEXICANO, CONTINUACIÓN

- SE ACOMODAN SUS ÓRGANOS ABDOMINALES, DESPUÉS DE DRENAR EL EMPACHO QUE HUBIERE.
- EN LA MUJER SE COLOCAN EN SU LUGAR OVARIOS CHECANDO QUE ESTEN LIMPIOS Y FLUIDOS, SI SE SIENTE GAS, ESTENOSIS, ALGUNAS INFLAMACIONES O QUISTES SE DARÁ TRATAMIENTO PARA LIMPIARLOS, DE IGUAL MANERA SE VERIFICA LA MATRIZ QUE SI ESTA GIRADA O ROTADA SE ACOMODARÁ, AL IGUAL QUE LA VEJIGA.

MASAJE MEXICANO, CONTINUACIÓN

- EN LOS VARONES SE CHECAN LOS TESTÍCULOS DESDE ABAJO DEL OMBLIGO APROXIMADAMENTE UN DEDO A CADA LADO, MASAJEANDO SUAVEMENTE, SI HAY ENDURECIMIENTO DOLERÍA UN POCO HASTA SUAVIZAR, DESPUÉS SE LE PIDE QUE INHALE Y CON LA PALMA DE LA MANO SE SUBE, DEJANDO CAER SUAVECITO PARA QUE SE ACOMODEN EN SUS BOLSAS DE MANERA NATURAL.

MASAJE MEXICANO, CONTINUACIÓN

- POR LA PARTE POSTERIOR, DE ESPALDAS SE LIBERAN TENDONES, LIGAMENTOS, CUERDAS Y MÚSCULOS CON EL FIN DE LOGRAR UN ALINEAMIENTO DE MIEMBROS INFERIORES Y SUPERIORES, SE PROPORCIONA UN MASAJE ZONAL PARAVERTEBRAL PARA LIBERAR AÚN MÁS LOS CANALES NEURALES Y AJUSTAR LA COLUMNA.

MASAJE MEXICANO, CONTINUACIÓN

- POR ÚLTIMO SE VUELVE A VOLTEAR SOBRE SUS ESPALDAS, SE LE PIDE QUE DOBLE SUS RODILLAS Y SE VERIFICA QUE LOS LIGAMENTOS INTERNOS SE ENCUENTREN LIBRES, SI SE ATORAN, ESTAN INFLAMADOS O DOLORIDOS, HAY QUE LIBERARLOS TOTALMENTE YA QUE DE ESTO DEPENDE UNA BUENA IRRIGACIÓN SEXUAL Y UN EMBARAZO.

COMENTARIOS

- ES MUY IMPORTANTE DAR INFORMACIÓN AL PACIENTE SOBRE LOS ALIMENTOS QUE LE REGENERAN SUS ÓRGANOS REPRODUCTIVOS, COMO SON AGUA NATURAL, FRUTAS, VERDURAS, CEREALES INTEGRALES NATURALES, Y LOS QUE CAUSAN INFLAMACIÓN E INDIGESTIÓN PARA QUE LES CONOZCA Y ELIMINE POCO A POCO DE SU DIETA.

RECOMENDACIONES

- DE SUMA IMPORTANCIA EJERCITARSE DIARIAMENTE, AUNQUE SEA MÍNIMO, DESPUÉS DE TOMAR ALIMENTOS CAMINAR PARA INICIAR DIGESTIÓN Y EVITAR INFLAMACIONES ABDOMINALES, SI ES POSIBLE INCLUIR ALGÚN DEPORTE.
- LA EXPRESIÓN DE EMOCIONES Y SENTIMIENTOS, ASÍ COMO CERRAR CÍRCULOS EMOCIONALES POR MEDIO DEL PERDÓN PARA SU LIBERACIÓN.

ALGUNOS ALIMENTOS CAUSANTES DE INFLAMACIÓN E INDIGESTIÓN

- LECHE ANIMAL.
- CARNES ROJAS, CORTES GRASOS, VISCERAS, MARISCOS, EXCESO DE HUEVO.
- HARINAS Y AZÚCARES REFINADOS.
- GRASAS –FRITOS, CAPEADOS, MAYONESA-.
- ADITIVOS Y COLORANTES ARTIFICIALES.
- EMBUTIDOS Y ENLATADOS.
- BEBIDAS ALCOHÓLICAS INCLUSO CERVEZA.
- IRRITANTES, CAFÉ Y CHOCOLATE.

TRATAMIENTO

- HERVIR 2 LITROS DE TÉ CON HIERBABUENA (UN PUÑO) Y APIO (UN TALLO PICADO) POR 10 MINUTOS, REPOSAR Y COLAR, TOMAR EN AYUNAS UNA TAZA, ANTES Y DESPUÉS DE CADA ALIMENTO Y EL ÚLTIMO A LAS 8 DE LA NOCHE CON EL FIN DE QUE SE VACÍEN VEJIGA E INTESTINOS ANTES DE DORMIR, ESTO SIRVE **PARA LIMPIAR ARTERIAS Y VENAS.**

TRATAMIENTO, CONTINUACIÓN

- **JUGO BIOENERGÉTICO REGENERADOR CON DOS CUCHARADAS DE PULPA DE TORONJA, EL JUGO DE UNA NARANJA, EL JUGO DE UN LIMÓN, UN TROZO DE CHAYOTE DE 5x5, UN CUARTO DE REBANADA DE PIÑA, UNA RAMA DE APIO INTEGRAL, DOS RAMAS DE PEREJIL INTEGRAL, MEDIO XOCONOSTLE SIN PUNTAS Y SIN SEMILLAS Y UN NOPALITO QUE DEBERÁN LICUAR DE 3 A 5 MINUTOS Y TOMAR EXCLUSIVAMENTE 250 ML. POSTERIOR A SU TÉ.**

TRATAMIENTO, CONTINUACIÓN

- COMIDA, PREPARAR UNA ENSALADA CON UNA TAZA DE LECHUGA PICADA O TROCEADA, UNA TAZA DE VEGETALES O VERDURAS RALLADAS (PUEDEN SER ESCALFADAS), 2 CUCHARADAS DE PASTA, CEREALES O LEGUMINOSAS COCIDAS (ARROZ, TRIGO, CHÍCHARAS, GARBANZO, FRIJOL, HABAS, AVENA, ETC.), SE PUEDE ADEREZAR CON PICO DE GALLO (SALSA PICADA), LIMÓN, ACEITE DE OLIVA O CUALQUIER OTRO ADEREZO.

TRATAMIENTO, CONTINUACIÓN

- SE PUEDEN TOMAR 2 TORTILLAS, MEDIO BOLILLO, 2 TOSTADAS, 2 REBANADAS DE PAN INTEGRAL A ELEGIR.
- 50 GRS. DE FILETE DE POLLO, PAVO, CONEJO, RANA, PESCADO, MARISCOS, QUESO PANELA, QUESO FRESCO, QUESO COTTAGE, DOS CLARAS POR UNA YEMA DE HUEVO.

TRATAMIENTO, CONTINUACIÓN

- UNA RACIÓN DE FRUTA (DE UNA SOLA) ENTRE COMIDAS, SE PUEDE AGREGAR TRIGO COCIDO Y DOS CUCHARADAS DE YOGURTH NATURAL. PREFIERA LECHE DE SOYA Y DERIVADOS, FRUTAS FRESCAS, ASADAS O SECAS, PANES INTEGRALES, TORTILLAS DE MAÍZ, COLACIONES DE SEMILLAS, NUECES, NIEVE.

TRATAMIENTO, CONTINUACIÓN

- **CENE LIGERO, NO SE SALTE COMIDAS, USTED PUEDE TOMAR UNA EXQUISITA MALTEADA QUE LE AYUDARÁ ACTIVANDO SUS INTESTINOS (EVITE ESTREÑIMIENTO) Y REGENERE SU MEMORIA, LICUAR 125 ML. DE LECHE DE SOYA, MEDIA MANZANA, UN TERCIO DE PLÁTANO, DOS CUCHARADAS DE AVENA, CUATRO MITADES DE NUEZ, SERVIRLA EN UN VASO Y AGREGAR DOS CUCHARADAS DE YOGURTH NATURAL REVOLVIENDO MUY BIEN.**

REACCIONES, POST-TEMAZCAL

- SI TOMA SAL, MÁS DE LA NECESARIA TENDERÁ A HINCHARSE AL RETENER LÍQUIDOS, **SE RECOMIENDA EL MASAJE EN SECO CON ACEITE DE OLIVA Y CEPILLO DE LECHUGUILLA.**
- SI TOMA MENOS DE DOS LITROS DE AGUA AL DÍA, LE DOLERÁ SU CABEZA DE LIGERO A SEVERO, **SE HIDRATARÁ INMEDIATAMENTE CON UN VASO DE AGUA MINERAL CON EL JUGO DE UN LIMÓN O DE NARANJA Y UNA CUCHARADITA DE AZÚCAR.**

REACCIONES POST-TEMAZCAL, CONTINUACIÓN

- SI PRESENTA NÁUSEAS O VÓMITO DURANTE O DESPUES DEL TEMAZCAL, QUIZÁ SUS INTESTINOS SE ENCUENTREN INFLAMADOS, SU DIGESTIÓN LENTA O SOBREPESO, **SE RECOMENDARÁ UN MASAJE DE ENTONACIÓN, CON ELIMINACIÓN DE EMPACHO, CIERRE DE CADERA Y AJUSTE DE COLUMNA PARA REACTIVAR SU METABOLISMO E INICIE LA ELIMINACIÓN DE EXCESOS.**

REACCIONES POST-TEMAZCAL, CONTINUACIÓN

- **SI PRESENTA OPRESIÓN DEL PECHO, GANAS DE GRITAR, DE LLORAR O DESGANO, SE HARÁ NECESARIO ACOMPAÑARLE Y TOMAR SUS MANOS DANDOLE CONFIANZA DE EXPRESAR SUS EMOCIONES, ESCUCHANDO PACIENTEMENTE HASTA QUE SE DESAHOGUE, DESPUÉS SE LE CIERRA SU CABEZA: SUBIENDO SU HUESECILLO NASAL, CON LAS DOS MANOS CERRANDO A LA ALTURA DE SUS SIENES Y DE FRENTE A NUCA PARA QUE DESCANSE.**

REACCIONES POST-TEMAZCAL, CONTINUACIÓN

- **SI DUERME Y NO DESCANSA (FATIGA CRÓNICA O ESTRÉS METABÓLICO), PRESENTARÁ CANSANCIO ACUMULADO POR LO QUE TENDERÁ A DORMIR PLÁCIDAMENTE HASTA SU TOTAL ECUPERACIÓN, SE PUEDE RECOMENDAR 250 ML. DE JUGO DE UVA INTEGRAL DE PREFERENCIA LA MÁS OSCURA LICUANDO VASO Y MEDIO CON CÁSCARA Y SEMILLA, TOMARLO POR LA TARDE POR 30, 60 A 90 DÍAS PARA REGENERAR EL SISTEMA NERVIOSO Y AYUDAR A SU RELAJACIÓN NATURAL.**

OBSERVACIONES

- POR LO ANTERIOR, ES QUE ESTAMOS OBLIGADOS A UNA CONSTANTE CAPACITACIÓN.
- EL PACIENTE CONFÍA EN NOSOTROS, PONE SU VIDA LITERALMENTE EN NUESTRAS MANOS, PORQUE REGULARMENTE LLEGAN SIN ESPERANZA, BUSCANDO UNA OPCIÓN.
- TENEMOS QUE APOYAR A UNA NUEVA EDUCACIÓN DE VIDA Y SALUD, DE AMOR POR NOSOTROS MISMOS Y A LA NATURALEZA, RETORNANDO A ELLA POCO A POCO, LA ALIMENTACIÓN NATURAL ES LA MEJOR OPCIÓN.

EXPERIENCIAS

- TENEMOS 6 AÑOS TRABAJANDO DE ESTA MANERA, HEMOS TRATADO A 92 PAREJAS, TENEMOS NACIDOS 85 BEBÉS SANOS, UN PRODUCTO QUE NO MADURÓ A LOS 8 MESES DE GESTACIÓN MURIÓ –NO DESARROLLÓ ESTÓMAGO- PRESUPONEMOS QUE SE EMBARAZARON ANTES DE TERMINAR EL TRATAMIENTO, UNA PAREJA NO TERMINÓ EL TRATAMIENTO, DOS MUJERES DECLARARON NO QUERER EMBARAZARSE, TENEMOS TRES MUJERES CON 6 Y 7 MESES DE EMBARAZO, LOS PARTOS HAN SIDO NORMALES, UNO CON TRIATES DOS NIÑAS Y UN NIÑO, HAY DOS PAREJAS EN TRATAMIENTO ACTUALMENTE.

AGRADECIMIENTOS

- AL DR. MARIO ROJAS ALBA Y A YELILA TRUJILLO POR SER UNA GRAN ASISTENTE.
- A MI FAMILIA, ALUMNOS Y PACIENTES POR TENERME PACIENCIA EN EL ENTENDIMIENTO QUE TODO ESTO ES EN BIEN DE TODOS NOSOTROS.
- SOBRETUDO A !OMETEOTL!, SEÑOR DE LA CREACIÓN, DE LA DUALIDAD, A MI GUÍA ESPIRITUAL PREBÍSTERO JESÚS NAVARRETE HERNÁNDEZ DE LA PARROQUÍA DE SAN MARTÍN DE PORRES QUE TIENE A BIEN CONFIARNOS EL SERVICIO EN EL DISPENSARIO PARA ATENCIÓN A LA COMUNIDAD.
- A TODOS MIS COMPAÑEROS Y A LOS PRESENTES POR ESCUCHARME Y COMPARTIR SUS EXPERIENCIAS, MIL GRACIAS, QUE SEAN ILUMINADOS POR LA LUZ Y LA SABIDURÍA UNIVERSAL EN ESTE CAMINO DE LA SANACIÓN, ASÍ SEA.