

METODO DS > DEBORA SELMI HA SVILUPPATO UNA TECNICA CHE METTE LA RIFLESSOLOGIA PLANTARE A DISPOSIZIONE DI TUTTI SENZA MEDICINE E MACCHINARI NÉ EFFETTI COLLATERALI

Da 25 anni un alleato per salute e benessere

La riflessologia plantare e le tecniche bionaturali al servizio della medicina e per accompagnare le persone verso una conoscenza e consapevolezza di sé e conducendole ad esplorare le proprie emozioni, il proprio vissuto e le proprie modalità di relazione con loro stesse e con il mondo che le circonda. Nasce così, 25 anni fa, il Metodo DS® (Deborah Selmi), oggi punto di riferimento del settore non solo nel Modenese ma anche a livello nazionale. «Questo metodo - spiega Deborah Selmi, che ha sviluppato il metodo - nasce per portare le tecniche naturali, in particolare la riflessologia del piede, a più persone possibili. Credendo fortemente nei benefici della riflessologia plantare ed affinché la stimolazione dei punti riflessi potesse avvenire in maniera costante sono nate le calze riflessogene, così che ciascuno possa autotrattarsi, senza la presenza di un operatore. Lavoro in questo settore, sulle disarmonie delle persone, da 26 anni e ho pensato che questo fosse il modo migliore per permettere alle persone di poter continuare a beneficiare della riflessologia plantare».

LE CARATTERISTICHE

La caratteristica principale del metodo è la totale assenza di medicinali e macchinari e il solo utilizzo delle mani: «andiamo semplicemente a stimolare i centri sotto al piede, che mettono in relazione organi e apparati del nostro corpo. Non ci sono effetti collaterali e non ci sono malattie per le quali non è possibile fare questo tipo di stimolazione. Questo metodo - sottolinea Selmi - unisce i principi della riflessologia del piede, quindi della medicina cinese,



agli studi neurologici del dottor Giuseppe Calligaris, un medico italiano che ha scoperto come andando a stimolare diversi punti del corpo si potevano ottenere gli stessi tipi di relazioni emotive. Il Metodo propone la riflessologia plantare emozionale integrata: si lavora, cioè, simultaneamente sulla disarmonia e sul piano emozionale». Il Metodo DS® si applica quindi a qualunque patologia, ponendosi l'obiettivo di migliorare la condizione del paziente lavorando sul problema in maniera personalizzata: «Chiaramente problemi diversi richiedono trattamenti diversi e daranno risultati differenti - spiega Deborah Selmi - per esempio, per problemi digestivi bisognerà lavorare sull'intero apparato digerente e sul metabolismo. Gli ambiti per un trattamento plantare sono svariati, ad esempio per chi è in carrozzina la riflessologia

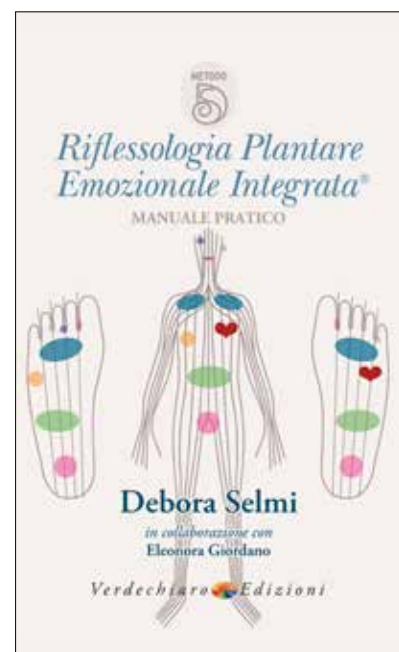
è indicatissima per stimolare la funzionalità intestinale, è molto efficace anche per problemi di vista, mestruali, o al rachide, come il mal di schiena dovuto a disequilibri posturali o ernie; in questo caso le calze apporteranno stimolazione ai punti che riguardano anche la relazione mascella e mandibola, caviglie ed anche, spalle e ginocchia».

L'ASSOCIAZIONE ENERGIA E BENESSERE®

Per ampliare il raggio d'azione, Deborah Selmi ha fondato nel 2005 l'Associazione no profit Energia e Benessere®, che si ispira ai principi etici dell'azionismo con il principale obiettivo di realizzare progetti destinati alla comunità, volti al miglioramento della vita e alla conservazione della salute anche attraverso l'applicazione delle attività bionaturali e olistiche che fanno parte del Metodo DS®: «Lavoriamo molto nelle

L'esperta: «le calze Reflex stimolano i centri del piede connessi a organi e apparati del corpo»

strutture mediche e socio-assistenziali - dice Selmi - per esempio sugli effetti collaterali di radio e chemioterapia e sulle abilità differenti, dalle persone allettate ai centri diurni, ma anche con persone che hanno disturbi comportamentali, neurologici collaborando con diversi enti ed associazioni di Modena, Reggio Emilia e le loro province». In particolare, sul fronte oncologico, la riflessologia plantare è entrata inizialmente nel day hospital dell'ospedale di Sassuolo e successivamente su Modena. Contemporaneamente all'interno degli spazi dell'Associazione Energia e Benessere®, vengono proposti il Reiki



per il trattamento del dolore e la meditazione come sollievo di mente e spirito per gli stessi pazienti: «Molti arrivano a noi attraverso il passaparola - afferma l'esperta - da pazienti che si sono trovate bene e ci mandano altre persone».

LE CALZE

Il prodotto centrale del Metodo DS® sono le speciali calze del benessere: «Sono tutte calze con le dita - spiega - per mantenere quella che è la natura del piede e la sua totale libertà di movimento. Sono fatte in canapa, quindi le nostre calze hanno durata lunghissima, tre volte più del cotone. Non si usano, non creano buchi sulle dita né sui talloni, inoltre essendo fatte di una fibra cava tengono caldo d'inverno e fresco

Il prodotto centrale sono le Reflex Socks, che stimolano i punti riflessogeni camminando

d'estate. La canapa è antimicotica e antibatterica, quindi previene la formazione dei funghi e dei cattivi odori». Tutto questo già con il modello Wellness: calza base con le dita. «Poi ci sono i modelli antiscivolo e reflex: i primi sono stati creati con inserti antiscivolo posizionati in determinati punti riflessogeni con l'intento di portare sollievo e leggerezza e vanno indossate senza scarpe; i secondi sono creati con inserti spessorati posizionati in specifici punti corrispondenti ai riflessi di organi ed apparati del corpo che camminando (con le scarpe) creano una stimolazione leggera e costante apportando un beneficio ed un benessere all'organismo. - sottolinea - in totale abbiamo 21 modelli che lavorano su differenti disarmonie (dalla postura, alla respirazione, digestione). La calza più venduta è la postural, che è specifica per la postura, molto utile anche per chi fa sport, per avere meno dolori o avere gli stes-

si pesi durante la camminata. Si tratta di una calza che stimola tutti i punti del corpo che hanno a che fare con la postura. Fra le testimonianze che abbiamo raccolto, abbiamo visto che in molti casi si hanno benefici già nel giro di un'ora di utilizzo della calza». La calza del benessere è quindi un costante massaggio per il piede che porta benefici immediati in chi la indossa. Il consulto con Deborah Selmi e il suo team, dunque, consentirà a ciascuno di trovare il tipo di calza adatta al proprio problema o di crearne una "su misura".

LA SCUOLA

Presso la sede di Modena si svolgono anche i corsi del Metodo DS®: «Noi abbiamo una scuola di formazione per operatori in tecniche bionaturali - racconta Selmi - tra queste c'è la riflessologia del piede, perché come insegniamo in uno dei nostri corsi, è possibile farla non solo sui pazienti ma anche su noi stessi e sui nostri familiari. La riflessologia è una di quelle tecniche che ciascuno di noi dovrebbe conoscere, perché è molto semplice da imparare e si può fare dovunque: per esempio anche la sera mentre sei seduto sul divano a guardare un film. La scuola prevede anche l'utilizzo di un'altra tecnica che portiamo nelle strutture: si chiama Reiki ed è una tecnica orientale che lavora soprattutto sulle situazioni croniche e il dolore. Poi c'è la cristalloterapia che utilizza le capacità dei minerali di entrare in contatto col nostro corpo. Non trascuriamo nessuna fascia d'età: abbiamo un nostro operatore che è anche pedagogo e lavora su donne in gravidanza e bambini: lavorare sulle disarmonie quando i bambini sono piccoli, dà risposte velocissime». Il Metodo DS® è descritto anche in una serie di pubblicazioni specifiche disponibili all'acquisto nello store digitale del sito ufficiale (le calze sono commercializzate da Metodo DS s.r.l.).

Per informazioni:
www.metodods.com

