

Il benessere comincia dai piedi

scritto da fmadmin | Luglio 15, 2015



Diciamolo...Che bello arrivare a casa e togliersi le scarpe! Perché un semplice gesto come quello di togliere le scarpe ci dà tanto sollievo? Per capirlo non dobbiamo parlare di scarpe sbagliate...ma dei nostri piedi. Le nostre “appendici” inferiori sono una parte fondamentale del nostro corpo e purtroppo tra le più dimenticate; ci ricordiamo di loro solo quando si fanno sentire con un calletto o con un’unghia incarnita. In realtà svolgono l’azione fondamentale di sorreggere tutto il nostro peso.

Prendiamoci cura dei nostri piedi, coccoliamoli un po’ con un trattamento spa dedicato a loro. Immagina quindi di immergere i piedi nell’acqua profumata ed effervescente che inizia a sollecitare la circolazione, un’estetista che si dedica a loro massaggiandoli con un composto di zucchero di canna e bambù, un panno caldo che li avvolge e li deterge, e ancora una

maschera e un massaggio rilassante.

Tutto questo è il **pedi-care**. Naturalmente senza dimenticare le unghie in ordine e ben colorate.

Ecco qualche **piccola curiosità** sui nostri piedi:

PODOMANZIA

La “Podomanzia” è l’arte della lettura del piede definisce 4 categorie di piedi:

– **Piede fuoco**: dalla forma slanciata a forma triangolare sono le persone che non stanno mai con i piedi fermi. Il continuo movimento e la passione che mettono in ciò che fanno, contagiano l’ambiente e le persone che hanno attorno.

- **PIEDE TERRA** – Dalla forma tozza e squadrata.

Non amano molto i cambiamenti né perdersi in voli di fantasia, i piedi per terra prima di tutto. Questa loro concretezza le rende affidabili nei rapporti di lavoro e d’amicizia

- **PIEDE ACQUA** – A forma rettangolare lungo e stretto.

Sono persone che **preferiscono vivere nel mondo intimo** e staccato dalla realtà, proiettati su loro ideali e sul loro credo interiore.

- **PIEDE ARIA** – Il più elegante ed armonioso

Estroversi e socievoli, dotati di senso critico e acuti nelle osservazioni, amano la dialettica, lo scambio culturale e sono aperti ad ogni nuova esperienza intellettuale.

RIFLESSOLOGIA

I primi trattamenti di **riflessologia plantare** risalgono **nel 5000 a.c. in Cina** e India. In occidente si diffonde nel 1834 con il ricercatore svedese Pehr Henrik Ling e poi reinventata da **William Fitzgerald** che utilizzò questa pratica per fare dei piccoli interventi chirurgici senza anestesia.

UN PIEDE DA GUINNES

Il piede più lungo è del giovane marocchino Brahim Takioullah.

Il piede destro misura 37,5 cm, il sinistro ben 38,1 cm: il suo numero di scarpe è 58!

'ACQUARIO

Il pedicure più strano prevede l'utilizzo del **pesce dottore**. Questo pesciolino è in grado di mangiare tutte le pellicine dei piedi. Questo tipo di pedicure è molto popolare in Giappone ed in Asia.

IL PIEDE "PSICOLOGO"

Nulla è dovuto al caso, anche gli inestetismi dei nostri piedi, infatti sapevi che l'**alluce valgo è dovuto ad un sovraccarico di responsabilità**, che la **tallonite** può essere collegata ai **conflitti irrisolti** o ad un legame eccessivo con la madre o che l'**unghia incarnita** sul 5° dito rappresenta l'**ansia e la paura**?