



O corpo integrado¹

Uma síntese de visões inovadoras do corpo na promoção da saúde

Rachel Alves de Miranda²

Resumo

Este artigo foi produzido a partir de reflexões sobre as obras metodológicas das fisioterapeutas Godelieve Denys-Struyf, Marie-Madeleine Béziers e Suzanne Piret; Nereida Fontes Vilela e do médico João Celso dos Santos; e do psicólogo Pierre Weil. Todos eles objetivam uma mudança do olhar para a construção de um novo paradigma de saúde. Propõem em suas metodologias a compreensão de visões corporais abrangentes e de cuidados para entender o corpo em suas manifestações saudáveis e de adoecimento. Minha análise desses autores leva ao entendimento de que, ao assumirmos a responsabilidade por nossas fragmentações, podemos não só remodelar o nosso corpo físico como também contribuir para um mundo melhor, tornando-nos cidadãos do mundo, responsáveis pelo que somos, sentimos e acreditamos, transformando o que víamos como doença em um sinalizador de formas inadequadas de agir e de estar no mundo, e restaurando assim nossa saúde – sendo verdadeiros co-criadores da nossa própria história. É papel do profissional de saúde ser um facilitador desse processo.

Palavras-chave: Corpo, transformação, responsabilidade, consciência, desestruturação, saúde, doença.

Abstract

This article is a result of reflections on the methodological works of physiotherapists Godelieve Denys-Struyf, Marie-Madeleine Béziers and Suzanne Piret; Nereida Fontes Vilela and physician João Celso dos Santos, and the psychologist Pierre Weil. They all aim a change of perspective in order to build a new health paradigm. They propose, with their methodologies, the understanding of comprehensive visions of the body and of care so that one can understand the body in their healthy and disease manifestations. My analysis of these authors leads to the understanding that, when we take responsibility for our fragmentations, we can not only reshape our physical body but also contribute to a better world, making us citizens of the world, responsible for what we feel and believe, transforming what we saw as a disease in a sign of inappropriate ways of acting and being in the world, and thus restoring our health - being true co-creators of our own story. In this context, it is expected from the health professional to be a facilitator of this process.

Key words: Body, transformation, consciousness, disruption, health, disease, holistic, mind-body

¹ Artigo inédito, apresentado ao Programa em Abordagem Transdisciplinar Holística da UNIPAZ-RJ, 2013.

² Contato: rachel_mir@yahoo.com.br



Introdução

O avanço tecnológico e seu crescimento em escala exponencial exigem cada vez mais dos seres humanos. As situações vividas tornam-se extenuantes em todos os sentidos, ainda mais estando os sujeitos dissociados de si mesmos. Vivendo uma realidade de alto consumo, desconectam-se de valores mais sociais e ambientais, estabelecendo uma ruptura. Instala-se, assim, uma crise da separatividade.

Ao distanciar-se de sua própria natureza, o homem moderno entrega ao outro o poder de cuidar-se e torna-se refém do que o outro faz ou manda fazer, podendo reduzir a si mesmo a uma patologia ou estado de desequilíbrio. Nos consultórios e centros de tratamento, muitas vezes nem é nominado – é atendido sendo chamado por partes do seu corpo adoecido: “o senhor da gonartrose”, “a moça da bursite”. Nos tratamentos, muitas vezes só a parte afetada é atendida e tratada, de modo que não se integra e organiza o conjunto.

Em resposta à necessidade de um olhar integrador, o Psicólogo Pierre Wiel, embasado pelo paradigma transdisciplinar holístico, desenvolve um corpo de conhecimentos teóricos e práticos, propondo uma nova forma de utilização dos mesmos a fim de reintegrar o homem, o ser social e ambiental, criando a possibilidade da inteireza humana, como expõe no livro *A arte de viver em paz: Por uma nova consciência e educação* (Editora Gente, 1993).

Fazendo um paralelo com o momento que vivemos, recordemo-nos que a criação da fisioterapia surgiu também de uma efervescência. Ela nasceu no pós-guerra da necessidade de reabilitar pessoas para o mundo social, cultural e produtivo da época. Após este período inicial da criação da fisioterapia, os estudos das fisioterapeutas Marie-Madeleine Bézières e Suzanne Piret contribuíram para uma maior compreensão do corpo, com a obra intitulada *Coordenação Motora: Aspectos*



Mecânicos da Organização Psicomotora do Homem (Summus Editorial, 1992). Ao conhecer estes novos conceitos, a também fisioterapeuta Godelivie Dennys-Struyf desenvolve uma nova metodologia de entendimento do corpo, que se faz através da leitura psicocorporal, o método G.D.S. (Summus Editorial, 1995).

Concomitante a tudo isto, a fisioterapeuta Nereida Vilela, na obra *Leitura Corporal: A linguagem da emoção inscrita no corpo* (Ed. Manuscritos, 2010), contribui com uma nova forma de ler o corpo, através da relação entre corpo físico e corpo emocional.

Ao reunir todos esses conhecimentos, abrimos a percepção para compreender não só a nós mesmos como também as relações que estabelecemos com os outros e com o mundo em que estamos inseridos.

Diante do exposto acima, este artigo se propõe a contribuir para a construção de um novo olhar sobre a fisioterapia clássica, esperando despertar nos profissionais de saúde um desejo de cuidar do outro, compreendendo e acolhendo suas dores, abrindo a escuta para escrever um novo estado de saúde.

Metodologia

O presente artigo foi construído com base no recurso metodológico da análise temática para permitir o diálogo entre as bases da fisioterapia e a abordagem transdisciplinar holística.

Para isso, foram analisadas referências bibliográficas que abordam a história da fisioterapia e os autores que fundamentam a abordagem transdisciplinar holística na construção de um novo paradigma.



Resultados e discussão

Foi somente no pós-guerra que surgiu a Fisioterapia com o objetivo de reabilitar as pessoas inserindo-as no mercado produtivo de trabalho. Desse momento em diante, seu crescimento vem sendo reconhecido a cada ano, expandindo-se não só na recuperação e na reabilitação como também na prevenção.

Ampliando o olhar fisioterapêutico, as fisioterapeutas S. Piret e M. M. Béziers (1992, p.15), agraciam-nos com o entendimento que supera uma visão do corpo somente como máquina ou um órgão executor, e nos dão uma compreensão que nos mostra que:

“Na realidade, anatomia e fisiologia, são estudo de matérias, de funções, de propriedades; seus elementos mecânicos são localizados, segmentares. Tentamos fazer uma montagem deles dessa forma, a coordenação motora parece ser uma síntese da anatomia e da fisiologia do movimento. Partindo deste ponto, poderemos estudar como a ruptura da harmonia se exprime na patologia e sua reversão, no equilíbrio fisiológico.”

Dando continuidade a este olhar, a fisioterapeuta Godelieve Denys-Struyf nos apresenta com mais uma nova percepção (1995, p. 15):

“O corpo oferece meios de comunicação e caminhos terapêuticos excepcionais, em especial quando a palavra está ausente, é inadequada, desadaptada ou viciada. Importante é estar em condições de ver, compreender e entender as mensagens gestuais e posturais, elas são palavras que, se ouvidas e compreendidas, contribuem para aliviar o desconforto humano. (...)”

E neste ajuste onde buscamos melhorar o foco, é importante fazer a distinção entre saúde e adoecimento. E quem corrobora para o entendimento da leitura da linguagem da emoção inscrita no corpo é a fisioterapeuta Nereida Fontes Vilela (2010, p.35):

“O Corpo Físico descreve e vive a estratificação da consciência nas suas várias formas e nos seus vários momentos (que é distinta, seguindo o padrão vibracional de cada instante). É ele que permite o aprendizado conceitual, concreto.”



- O estado de tensão e congestão – primeiro sinal do processo de adoecimento- tem origem na não realização dos anseios genuínos, da incompletude das ações para proverem a satisfação e o prazer do ser.

- Sobre os gens: trazem os códigos da constituição biológica, funcional, energética, psíquica, comportamental e histórica dos antepassados. Tem os registros dos vários corpos e, em especial, dos corpos Austral e Causal. O Gene armazena dos dados e distribui as informações sobre a história evolutiva da vida. Integra os conhecimentos sobre o movimento progressivo do universo das várias formas, da humanidade e do histórico da linhagem familiar e individual. São estes códigos que sustentam a construção inicial do Corpo Físico. O processo de desenvolvimento e maturação segue segundo os princípios, conceitos, leis, e posturas adotados. Os detalhes de formatação são definidos pela maneira como se vive e se expressa os impulsos processados pelo Corpo Emocional. Aí se faz a grande diferenciação, a explicitação da individualização e as mudanças e evoluções genéticas. O Corpo Físico evolui suas formas, seguindo o jeito incorporado de pensar, de sentir e de fazer. A plástica corporal descreve a maneira escolhida de viver. Diferencia-se da forma básica, a medida que se definem e se modificam as particularidades psíquicas e comportamentais, isto é evolução.”

Somos construídos a partir das informações de 23 cromossomos masculino e feminino, são estas informações que criam os tecidos, aparelhos, órgãos e sistemas tudo separado, mas funcionando tudo junto. São os ossos estruturas que edificam o corpo, os tecidos que possibilitam o movimento destas estruturas e o sistema nervoso que promove a energia motora necessária ao deslocamento da estrutura.

A coordenação, segundo S. Piret e M. M. Béziers (1992, p. 15-22) está também construída a partir de princípios que promovem seu entendimento, sendo o primeiro referente à ação da contração muscular e seus efeitos na estrutura óssea e articulações; o segundo, relacionado à visão articular, leva à compreensão da esfericidade. O terceiro, relativo às oposições das esfericidades, leva à inversão das rotações e as transformam em flexão e extensão. O quarto refere-se ao tônus muscular; músculos dois a dois, formando o antagonismo organizado entre si, resultando na coordenação motora.

O quinto princípio engloba o estado de tensão, criando as unidades de coordenação; o sexto princípio, relacionado a cada unidade de coordenação se relaciona com outra unidade de coordenação através dos encaixes dos elementos



esféricos. Por fim, tem-se o sétimo princípio, referente à organização mecânica do corpo. Fundada no antagonismo muscular, esta é construída com base no princípio de elementos esféricos tensionados pelos músculos condutores que, da cabeça à mão e ao pé, unem todo o corpo em uma tensão que rege sua forma e seu movimento, constituindo a coordenação motora.

Assim, podemos compreender que todo o indivíduo se organiza para frente e para cima numa perfeita coordenação motora. Esta perfeita biomecânica é a casa que habitamos ou o terreno propício à construção de experimentações.

A utilização dessa estrutura de modo inadequado pode nos levar a alterações da forma, que num primeiro momento podemos chamar de compensações. A permanência em um quadro de compensações provoca novas alterações, que podem levar a uma lesão. Lesões assim geradas são as patologias mais comuns conhecidas. Se tivermos a consciência dessa biomecânica, podemos prevenir uma série de intercorrências motoras patológicas e este conhecimento, além de resgatar a forma, previne uma série de doenças relacionadas e estabelecidas de você para você mesmo.

Podemos observar que este corpo construído para experimentações é o local propício e adequado para o qual o olhar terapêutico se debruça a fim de observar o terreno onde as informações genéticas e as informações adquiridas se encontram. É deste encontro que podem surgir as compensações, alterações e lesões quando não existe harmonia entre as partes que compõem o corpo.

Quando Godelieve nos apresenta sua metodologia, não há classificação de saúde ou doença, e sim a constatação de que “o homem é uma estrutura em pé” (1995, p. 9):

“E sempre considerou imprescindível analisar a forma humana na posição ereta, na sua pulsão global. Somente desse modo ficam



evidentes as diferentes maneiras que cada indivíduo encontra para lidar com as imposições da gravidade, em diferentes arranjos e deslocamentos das massas corporais;”

Godelieve trabalha com uma metodologia que serve para que avaliemos como estamos no momento atual a partir da observação da postura, dos gestos e das formas do corpo (1995, p. 9).

A autora trabalha com um método de conscientização de ginástica e de utilização psicocorporal. É também um método de cuidados terapêuticos, de modelagem, de ajustamentos osteoarticulares e de regularização das tensões musculares.

Assim, Godelieve (1995, p. 13), também acredita que:

“(...) há um terapeuta em cada um de nós. A dependência não é incentivada, cada um pode tomar consciência de que pode dispor das chaves de sua morada. Pelas vias do corpo, com essas ‘chaves do corpo’, cada um pode aprender a gerir, a desenvolver uma estratégia de prevenção psicocorporal bem calibrada ou contribuir para uma cura do organismo que ficou doente.”

Com isso, a autora utiliza-se do termo “cadeia” de modo a ultrapassar um conceito exclusivo de um encadeamento de músculos unidos de ponta a ponta. Diante disso, torna-se possível compreender que, primeiramente, a noção de “cadeias” articulares e musculares prolongadas pelas aponevroses evoca prioritariamente uma organização que unifica o sistema locomotor. Uma organização que unifica o corpo da cabeça às mãos e aos pés (1995, p.15).

Em segundo lugar, essa solidariedade muscular, apronevrótica e ostearticular, não se limita ao sistema locomotor, mas abrange a unidade da estrutura humana e aquilo que a anima. Essas cadeias formam conjuntos “psiconeuromusculares” que se fazem e desfazem ao sabor da expressão corporal, postural e gestual (1995, p. 16).

Em terceiro lugar, o termo “cadeias” se refere a um procedimento preventivo e terapêutico dirigido a processos psicofísicos, que de certa maneira, “encadeiam”,



aprimoram. Pode ocorrer que os conjuntos psiconeuromusculares, que normalmente se fazem e se desfazem, não se desfaçam. Antes cadeias de solidariedade, elas se tornam cadeias de prisioneiros. Essas tensões musculares, tracionando as apronevroses, fazem surgir os desvios nas articulações (1995, p. 16).

Por fim, as cadeias são “cadeias de comunicação e de troca” no interior do corpo e com o exterior (GODELIEVE, 1995, p. 17):

“Curiosa e paradoxalmente nossa época atingiu o ponto Máximo da nossa COMUNICAÇÃO, mas não se comunica com o corpo, de pessoa para pessoa. Nossa época facilita, amplia, favorece as trocas por meios de máquinas, aparelho interpostos. O corpo, maravilhoso instrumento de comunicação, se contenta com prótese. É isso o progresso?”

A partir de Godelieve pode-se compreender que o equilíbrio do corpo passa pela compreensão do mesmo enquanto expressão no mundo e encadeamento de formas. Através do corpo pode-se fazer uma leitura sobre a história do indivíduo, percebendo tensionamentos que vão para além da musculatura em si, mas que se referem a expressões do ser na vida.

Segundo o olhar de Nereida Fontes Vilela:

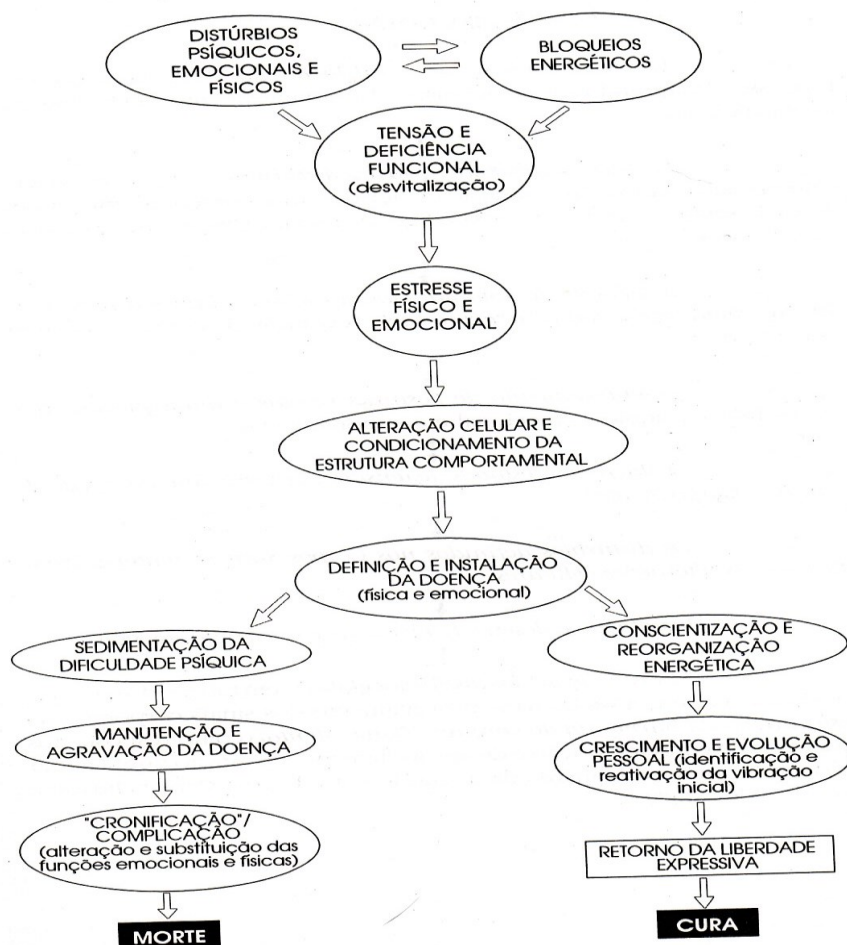
*“Na visão da Leitura Corporal, o corpo - veículo da expressão – vive, registra, reage, reflete e revela os experimentos e os aprendizados do ser, em sua grande viagem no mundo físico.
(...) À luz da leitura corporal, o corpo físico manifesta adoecimentos quando o indivíduo já está em processo de busca de cura, de revisão do percurso, de localização e reorganização daquilo que não está adequado, daquilo que falta ou que não mais satisfaz as necessidades internas (...)
A doença acontece, a partir do desequilíbrio das alterações da função celular. O funcionamento da célula está intimamente ligado aos processos mentais, sendo que estes são dependentes diretos dos níveis de consciência. Os incômodos físicos resultam das limitações perceptivas. Envolvidos por uma cultura materialista, desenvolvemo-nos de forma ausente de nós mesmos, da nossa ‘essência’ ou ‘PODER CRIATIVO’. Voltamo-nos para o externo, vivemos e analisamos nossas experiências, ao invés de ‘senti-las’ e coordená-las de forma consciente” (Seja! Leitura Corporal em Revista, nº 1, fev. 2000, pp. 4 e 5).*



Esse distanciamento e insatisfação do ser evoluem para uma diversificação de distúrbios energéticos, provocando uma desarmonia entre os corpos (físico, mental, emocional e comportamental). O aumento da tensão, do estresse e dos distúrbios se materializa, provocando alterações celulares e evoluindo para o desenvolvimento de doenças.

Contudo, através da mudança do olhar, da percepção, pode-se buscar conscientização e mudar para um aproveitamento de uma ação purificadora da doença, conforme exposto pela figura abaixo (*Homem, unidade biopsíquica – Apostila 1, M1-A1, 2000, p. 18*).

Figura: Etapas de movimentação energética



Homem, unidade biopsíquica – Apostila 1, M1-A1, 2000, p. 18



Após essas apresentações, podemos refletir que nosso corpo é uma unidade biomecânica perfeita, organizada para cima e para frente, com desejos de experimentação.

O corpo, palco destas experimentações, se locomove através de cadeias psiconeuromusculares, que podem ser construtivas ou destrutivas, gerando saúde ou doença.

Atender ao chamado do corpo pela dor é o caminho mais conhecido nas sociedades ocidentais e no paradigma biomédico cartesiano. O mundo atual requer de todos nós outras atitudes, novos olhares e como olhar o corpo hoje, reduzir um ser a uma patologia, a uma bursite, tendinite ou qualquer outra “ite”, “ose” é, no mínimo, fechar os olhos e ouvidos, a uma dimensão que grita para ser ouvida.

“Quebramos a unidade do conhecimento e distribuimos pedaços entre os especialistas. Aos cientistas, demos, a Natureza; Aos filósofos demos, a Mente; Aos artistas, o Belo; Aos teólogos, a Alma.

Não satisfeitos, fragmentamos a própria ciência, espalhando-a pelos domínios da matemática, física, química, biologia, medicina e tantas outras disciplinas. O mesmo ocorreu com a filosofia, a arte e a religião, cada um destes ramos se subdividindo ao infinito.

Como consequência o mundo do saber tornou-se uma verdadeira ‘Torre de Babel’, em que os especialistas falam cada qual a sua língua e ninguém se entende.

A mais ameaçadora de todas as fragmentações, no entanto, foi a que dividiu o homem em corpo, emoção, razão e intuição, porque ela nos impede de raciocinar com o coração e de sentir com o cérebro ” (WEIL, 1993, p. 26).

Porém, é preciso desenvolver um novo olhar nascido de uma mudança de paradigma no interior do indivíduo, em direção ao autoconhecimento.

Ao atender o chamado do corpo pelo autoconhecimento, estaremos mudando o olhar no sentido de uma compreensão de uma complexidade humana em pleno processo metamórfico.

Para a costura destes conhecimentos, é necessária uma nova educação, uma educação inclusiva que abarque vários saberes. Abrir a escuta para o corpo se faz



pela inteireza e este é o viés que iremos utilizar para juntar estas novas e velhas percepções.

“Autor da Teoria da Relatividade, o físico Albert Einstein demonstrou no início do século passado que tudo no universo é formado pela mesma energia, do mesmo modo que, embora vistos como diferentes o gelo e o vapor são em último caso apenas água, deste modo, a fragmentação só existe no pensamento humano, cuja propriedade essencial é justamente classificar, dividir e fracionar para, em seguida, estabelecer relações entre estes fragmentos.

Recuperar a unidade perdida significa conquistar a paz, mas, desta vez, o inimigo a derrotar não é estrangeiro, ele mora dentro de nós. É a força que isola o homem racional de suas emoções e intuições.

Foi a própria ciência moderna que começou a exigir o surgimento de uma nova consciência, incapazes de responder as questões que eles mesmos formulavam, muitos físicos saíram em busca da psicologia, da religião e das mais importantes tradições da Humanidade.

Este encontro entre ciência moderna, os estudos transpessoais e as tradições espirituais constitui o que chamamos de visão Holística, é importante que tenhamos uma clara noção dessa mudança de visão e das conseqüência que ela traz para a educação (WEIL, 1993, p. 27).

Nesse sentido, o paradigma transdisciplinar holístico de Pierre Weil é caro às reflexões deste artigo, pois está fundamentado por princípios como rigor, abertura e tolerância e coloca o indivíduo diante de si, possibilitando mudanças através das escolhas.

As experimentações propostas para empreender um processo de autoconhecimento se dão em níveis - físico, emocional, mental e espiritual - através de nossas funções psíquicas (pensamento, sentimento, sensação e intuição) nos seus diferentes níveis de consciência. Abarcam o intercâmbio da ciência, filosofia, artes e tradições espirituais, nas suas relações com o social e de sua integração na natureza, observando vários níveis de realidade. (WEIL, 1993).

Compreender essas metamorfoses faz de nós autores da própria vida. Cabendo a nós submetermos aos efeitos do externo ou realizar o próprio projeto de ser.



Com este novo olhar e entendimento podemos refletir que para aprofundar o entendimento há que se lançar um olhar modificado ao todo, e é esta profundidade que nos remete ao paradigma transdisciplinar holístico.

Assim, este olhar aplicado ao corpo abordando a consciência, trazido por Piret e Béziers (Summus, 1992) e Godelieve (Summus, 1995) nos leva a refletir sobre vivências e compreender o corpo que habitamos mais conscientemente.

Com isso, é preciso superar o olhar fragmentado e centrado nas patologias, para construir um olhar que vê além da lesão, entendendo que a mesma é consequência da desestruturação entre o físico, o social e a natureza de cada indivíduo.

Conclusão

O corpo é *holos* não por modismo ou de uma forma esotérica, e sim porque todas as suas partes funcionam em um sistema solidário de encadeamento para a realização de uma ação. O corpo é a demonstração mais clara, objetiva e perceptiva de que o funcionamento é global. Podemos refletir que nosso corpo é uma unidade biomecânica perfeita, organizada para cima e para frente, com desejos de experimentação. O corpo palco destas experimentações se locomove através de cadeias psiconeuromusculares que podem ser construtivas ou destrutivas, gerando saúde ou doença ao atender o chamado do corpo.

Temos uma cabeça apoiada num pilar (coluna) que estão ligados à cintura escapular e aos braços para as realizações do interno e do externo. Estas ações são levadas ao mundo para as trocas pela nossa cintura pélvica, e nossas pernas nos conduzem ao encontro com o outro (social). Esta organização natural da vida (corpo – coordenação motora) realiza suas trocas, por meio das cadeias musculares, com



outros seres, nas suas descobertas do existir, e nesses encontros, abrem-se portas para a consciência e o autoconhecimento (leitura corporal).

Pelo autoconhecimento e compreensão da própria dor, estaremos honrando as transformações propostas pelo paradigma transdisciplinar holístico que fala da mudança do olhar para a compreensão de uma complexidade humana em processo metamórfico que busca pelo crescimento de seres humanos melhores.

Esse processo nos torna cidadãos do mundo, responsáveis pelo que somos, pelo que sentimos, pelo que vemos e acreditamos. Diante desta complexidade, só nos resta ser responsáveis por nós mesmos, nossas doenças e nossas curas. No momento atual, não podemos mais culpar o outro pela nossa desarmonia. Resta então lançar mão do trabalho de cuidar de nós, trocando com o outro conscientemente e assumindo, todos, a responsabilidade por um mundo melhor.

Este artigo espera ter contribuído para uma compreensão não mais e somente de patologias a serem cuidadas, e sim de um olhar que vê além do resultado final (a lesão), sabendo que o resultado final pode ser consequência da desestruturação entre o físico, o social e a natureza de cada indivíduo.

Referências bibliográficas

BEZIERS, Marie Madeleine; PIRET, Suzanne. *A coordenação motora: aspecto mecânico da organização psicomotora do homem*. São Paulo: Summus, 1992.

CHIMELI, Nereida Vilela. *Homem, unidade biopsíquica*. Belo Horizonte: Núcleo de Terapia Corporal, Apostila 1, M1-A1, 2000.

DENIS-STRUYF, Godelieve. *Cadeias musculares e articulares: o método G.D.S.* São Paulo: Summus, 1995.

SEJA! *Leitura corporal em revista*. Belo Horizonte: Núcleo Terapia Corporal. Ano 1, Nº 1, 2000.

VILELA, Nereida Fontes; SANTOS, João Celso dos. *Leitura corporal: a linguagem da emoção inscrita no corpo*. Belo Horizonte: Manuscritos, 2010.

WEIL, Pierre. *A Arte de Viver em Paz*. São Paulo: Gente. 1993.