

TERAPIAS NATURAIS NA SAÚDE INTEGRAL: UMA ABORDAGEM HOLÍSTICA DE TRATAMENTO

NATURAL THERAPIES IN THE INTEGRAL HEALTH: A HOLISTIC APPROACH OF TREATMENT

Neves LCP*

RESUMO: Este trabalho verificou a atuação das terapias naturais no campo energético-vibracional da pessoa em tratamento, com queixas de depressão, estresse e impotência sexual; e observou respostas físicas e emocionais da mesma. No tratamento de Pedro (pseudônimo), utilizou-se a prática de geoterapia visando trabalhar o processo de desintoxicação (a intoxicação estava presente de forma generalizada) e alívio do estresse e da depressão. Com a hidroterapia, continuou-se o processo de desintoxicação, relaxamento e estímulos da circulação geral e, especificamente, da região pélvica. Seguiu-se com a cromoterapia, além das terapias, florais de Bach, aromaterapia e fitoterapia, utilizadas concomitantemente às demais terapêuticas. Realizaram-se 24 atendimentos, com duração de 1h45min para cada sessão. As terapias atuaram repercutindo na eliminação de toxinas pelo corpo, melhorando a circulação sanguínea e o metabolismo geral. Houve eliminação do estresse e da depressão, bem como alteração positiva dos padrões referentes à libido, ocorrendo a melhora da impotência, com eliminação total dos sintomas até a finalização do tratamento. Ao final das sessões, Pedro havia superado as dificuldades no âmbito sexual, assim como a depressão e o estresse, melhorando sua qualidade de vida. Houve constatação da eficácia das terapias naturais. Respostas físicas, como a desintoxicação e restabelecimento da disfunção sexual, e emocionais referentes à cura da depressão e ao padrão de estresse até então presentes. Foram observadas mudanças positivas em relação às queixas de Pedro e em seu bem-estar como um todo, com alterações no estilo de vida, referindo-se a hábitos alimentares e a maneira de se perceber como pessoa.

PALAVRAS-CHAVE: Depressão; Desintoxicação; Impotência sexual; Terapias naturais

ABSTRACT: *This paper verified the performance of Natural Therapies in the energy-vibrational field of the person in treatment, with depression complaints, stresses and sexual impotence and to observe physical and emotional answers. In the treatment of Peter (pseudonymous), used it practical of Geotherapy aiming at to work the process of de-intoxication (the Intoxication was present in a general way) and relief of stresses and the depression. With the Hidrotherapy was continued the process of de-intoxication, relaxation and stimulations of the general circulation and specifically of the pelvic region. One followed with the Cromotherapy, and the therapies, Floral of Bach, Aromatherapy and Fitotherapy had been used concomitantly to the practical others. 24 consultations had been carried through, with duration of 1h45min for each session. Results: The therapies ones in set they had acted reverberating in the toxin elimination for the body, improving the sanguineous circulation and the general metabolism. It had elimination of stresses and the depression and positive alteration of the referring standards to the libido, occurring the cure of the impotence. The therapies, Floral of Bach, Aromatherapy and Fitotherapy had also acted effectively in the attainment of the results, and to the end of the consultations, Peter had surpassed the difficulties in the sexual scope, as well as surpassed the depression and stresses it improving his quality of life. Conclusions: It had evidenced of the effectiveness of practical the natural ones. Physical responses such as the de-intoxication and referring reestablishment of the sexual problem and emotional answers to the cure of the depression and the standard of stresses until then present. Positive changes in relation to the complaints of Peter and in its well-being as a whole had been observed. It had alterations in the style of Peter's life, mentioning itself his alimentary habits and the way of if perceiving as person.*

KEY-WORDS: *Depression; Natural therapies; Sexual impotence; de-intoxication.*

* Luciana Cohen Persiano Neves - Mestre em Saúde Coletiva, pelo Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da Universidade do Vale do Rio dos Sinos, UNISINOS. e-mail: lucianapersiano@hotmail.com

INTRODUÇÃO

As terapias naturais vêm sendo procuradas cada vez mais. Esta busca tem por finalidade melhorar a qualidade de vida através de recursos menos invasivos e economicamente mais viáveis que muitos dos tratamentos alopáticos convencionais. Tais terapias utilizam-se de recursos da natureza e são empregadas desde a antiguidade por diversos povos, na cura e prevenção de doenças. Conferem bem-estar a longo prazo, pois repercutem na mudança do estilo de vida das pessoas, tratando o organismo como um todo, e não apenas os sintomas e as doenças; além de atuar na manutenção da saúde, desse modo, gerando conforto físico, mental e emocional, então, refletindo em todos os âmbitos na vida do indivíduo¹.

Existem diferentes tipologias de terapias naturais, quais sejam: geoterapia – definida como a arte de cuidar da saúde utilizando-se argila para fins terapêuticos. Esta é indicada na prevenção ou tratamento de doenças e o poder de ação desta terapia fundamenta-se em seis teorias:

- 1) Teoria energética, refere-se à troca da energia perniciosa acumulada na área doente com a energia de alta qualidade vital que se encontra condensada na argila. Esta energia é proveniente dos raios solares, da energia telúrico-magnética e da energia intrínseca.
- 2) Teoria mineralizante, definida pela concentração de geominais presentes na argila, que, em contato com a pele ou trato gastrointestinal, promove ao corpo acesso a tais minerais.
- 3) Teoria osmótica, entendida como um processo natural da capacidade de equilíbrio dos líquidos do meio menos concentrado para o mais concentrado, proporcionando equilíbrio do meio em questão.
- 4) Teoria antimicrobiana, caracteriza-se por a argila ser pobre em substâncias necessárias à sobrevivência dos germes, ao ser aplicada sobre determinado local, priva-os dos nutrientes.
- 5) Teoria anti-radiativa, definida a partir de observações em que objetos contaminados por radioatividade, após entrarem em contato com o barro, perdiam rapidamente a radioatividade. A argila tem a propriedade de reagir a energias estranhas do organismo.
- 6) Teoria do equilíbrio térmico, ocorre devido ao fenômeno dissipador de calor produzido pela compressa fria¹.

A hidroterapia consiste no uso terapêutico da água em qualquer de suas formas: sólida, líquida ou gasosa, interna ou externa, no tratamento de doenças ou traumatismos. Nas utilizações externas da água, a temperatura e o tempo de aplicação influem diretamente em seus efeitos. A intensidade do estímulo térmico é proporcional à diferença de

temperatura entre a água e o corpo humano. As aplicações de calor ou frio produzem uma ação reflexa, interferindo no funcionamento de diversos órgãos e sistemas. Este efeito reflexo acontece através do sistema nervoso, influenciando as funções viscerais e repercutindo no bem-estar geral do indivíduo. Além dos estímulos térmico e reflexo, a água proporciona estímulos mecânicos por reação e osmose².

A cromoterapia é definida como a utilização das cores com o intuito de manter as vibrações do corpo em uma frequência que induz à saúde e à harmonia ou alterá-las para que tenham esse efeito. Constitui uma das mais antigas formas de terapia; nossos ancestrais já tinham a percepção de como as cores presentes na natureza os afetavam. A partir dessa terapia, foi desenvolvida a cromopuntura, que é definida como a aplicação pontual da luz colorida sobre pequenas zonas predeterminadas da pele. As cores possuem um comprimento de onda preciso e, ao ser aplicada determinada luz colorida (com um determinado comprimento de onda) nos pontos energéticos da pele, essa cor, por efeito de ressonância, envia informações adequadas ao cérebro (que antes eram deficientes devido à doença), retorna-as para o corpo, restabelecendo a harmonia e atuando no distúrbio físico³.

A aromaterapia é uma forma de tratamento que utiliza as propriedades curativas dos óleos essenciais, cujas fontes naturais vegetais foram cultivadas, colhidas e processadas de forma a preservar determinados compostos químicos funcionais para fins terapêuticos, explorando suas qualidades através da diluição em bases carreadoras adequadas. Abrange tratamentos que envolvem o estímulo olfativo, a absorção transpidérmica ou até mesmo a ingestão de óleos essenciais⁴.

Estes aromas agem nos centros cerebrais, provocando reações emocionais e/ou físicas, afetando os sentimentos, relaxando ou revigorando, excitando ou ajudando a afastar o estresse.

A terapia floral baseia-se no uso de essências florais, que são extratos líquidos sutis, geralmente ingeridos por via oral, usados para tratar profundas questões do bem-estar emocional, do desenvolvimento da alma e da saúde do corpo-mente. As flores utilizadas para se preparar os florais possuem uma frequência mais elevada. Elas não agem devido à composição química do líquido, mas por causa das energias vitais provenientes da planta. As essências florais têm uma natureza vibracional, atuam através dos vários campos de energia humana, os quais, por sua vez, influenciam o bem-estar mental, emocional e físico⁵.

A fitoterapia consiste na utilização de plantas medicinais como remédios para reforçar funções orgânicas debilitadas e estimular o poder curativo do corpo. É baseada nos princípios ativos de tais plantas, que podem ser utilizadas na forma de chás, infusos, unguentos, xaropes, tinturas, inalação, gargarejos, emplasto, compressas, cataplasma, banhos, entre outras⁶.

Todas as plantas apresentam princípios ativos que podem ser divididos em dois grupos: medicinais e tóxicas. Além do princípio ativo, as plantas contêm uma série de componentes químicos com atividade desconhecida; são as chamadas substâncias inertes. Tais substâncias, quando usadas isoladamente, podem interagir com os princípios ativos, acentuando ou atenuando seus efeitos. Esta união diminui os efeitos colaterais das plantas, aumentando a absorção pela corrente sanguínea e linfática, o que reforça o seu efeito medicinal⁷.

Com este estudo, observaram-se as respostas físicas e emocionais do interagente, referentes às suas queixas e analisou-se a maneira pela qual essas terapias agem no campo energético-vibracional da pessoa em estudo, ao longo do tratamento. Para tanto foi aplicada a prática geoterápica para trabalhar a desintoxicação e alívio do estresse e da depressão através da aplicação do cataplasma cêrvico-sacral e de alguns pontos reflexos estimulados com argila. Na prática hidroterápica, para desintoxicação, relaxamento e estímulos da circulação geral e, especificamente, da região pélvica; utilizaram-se aplicações de pacho frio duplo, compressa céfalo-caudal fria dupla, banhos pélvicos alternados e banho completo alternado. Seguiu-se a cromoterapia para dar continuidade ao tratamento e aos resultados até então obtidos, utilizando os colorpontos e tratamentos específicos. As práticas de florais de Bach, aromaterapia e fitoterapia foram aplicadas atuando concomitantemente às outras terapias.

MÉTODOS

Caracterização do estudo

Esta pesquisa foi realizada a partir de metodologia exploratória, estudo de caso descritivo com abordagem qualitativa⁸. Foi estudado um único sujeito, ao qual foram aplicados os tratamentos descritos. Após o aceite do interagente em participar do tratamento, o mesmo assinou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido em duas vias; uma permanecendo com a pesquisadora e outra com o participante do estudo, onde constava o telefone de contato da pesquisadora e todas as informações sobre o tratamento de forma clara e de fácil compreensão,

conforme prevê a Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde⁹.

Apresentação do caso

Pedro (pseudônimo), sexo masculino, foi mecânico de aeronaves por 32 anos e estava aposentado há 3 meses. Procurou o Centro de Práticas Naturais e foi selecionado por ordem de chegada. Pesava 90 quilos e media 1,70m de altura. Casado pela segunda vez, residia na cidade de Palhoça (SC) com a atual esposa e tinha 6 filhos (com idade entre 16 e 30 anos), com os quais mantinha um bom relacionamento. Tinha 1 filho de 18 anos do primeiro casamento, que vivia em Porto Alegre (RS) com a mãe, com os quais não tinha contato, relatando se sentir triste e culpado pela situação.

Apresentou como queixas principais estresse e depressão, desencadeadas há 9 anos por pressões no trabalho e pelo falecimento do pai. Desde este período referiu ter lapsos de memória. As queixas manifestam-se repercutindo em vontade de se isolar, por desejo de estar só e por medo de agredir outras pessoas. Como queixa secundária, trouxe diminuição da libido com consequente impotência sexual. Segundo ele, devido ao uso de fortes antidepressivos, tomados por 4 anos.

Pedro descreveu-se como uma pessoa experiente, irritando-se quando não o escutam ou contrariam-no. Expressou sentimentos de inutilidade, insegurança e baixa autoestima devido à disfunção sexual. O sono era agitado, movendo-se muito durante este. Dorme em média entre 8 a 9 horas por noite. Urinava em torno de 6 vezes ao dia, apresentando cor clara e inodora. Evacuava regularmente 2 vezes ao dia. Gostava de passear, caminhar e ir a cachoeiras no verão. No inverno, gostava de assistir filmes e televisão. Fumante desde os 18 anos, aos 30, parou por 10 anos, todavia voltou a fumar há 9 anos “quando houve uma enchente e perdeu muita coisa”. No exame, fumava 20 cigarros por dia.

Procedimentos nos atendimentos

Este estudo foi realizado na cidade de Palhoça, em Santa Catarina, no Centro de Práticas Naturais da Unisul – Universidade do Sul de Santa Catarina.

Foram realizados 24 atendimentos, com duração de 1h e 45min cada, 2 vezes por semana, distribuídas em 6 sessões de geoterapia, 7 sessões de hidroterapia, 10 sessões de cromoterapia, 12 sessões de aromaterapia, uso dos florais de Bach por 42 dias e o uso contínuo da fitoterapia, sempre com diálogos entre interagente e naturóloga. As sessões foram realizadas de tal forma devido a critérios preestabelecidos pela coordenação do estágio supervisionado do curso de Naturologia Aplicada. Em todas as sessões, foram verificados os sinais vitais

(pressão arterial, temperatura corporal, frequência respiratória e cardíaca) e verificação dos centros de energia (chakras) no início e final de cada atendimento. Durante as interações, foram utilizados cd's com músicas relaxantes.

Como instrumento para a coleta de dados, foi adotado o registro de interação, que consiste em um extenso questionário no qual todos os âmbitos da vida do interagente são tratados com grande relevância⁸. Este foi respondido por entrevista durante a primeira sessão e adicionaram-se novas informações durante as sessões seguintes. Através deste documento, juntamente com observações e verbalizações, houve uma maior compreensão referente aos aspectos físicos, mentais e emocionais de Pedro.

Na relação com o interagente, teve-se o cuidado de proceder à investigação com base na situação total, como forma de se ter acesso às verdadeiras queixas do interagente. E, assim, entender seu processo de adoecimento e poder projetar o seu verdadeiro processo de cura¹⁰.

Terapêuticas aplicadas nas sessões

Modalidades aplicadas em geoterapia, segundo Martins e Medeiros¹¹.

Cataplasma cérvico-sacral

- Utilizou-se argila verde e branca (1:1), 5 gotas de óleo essencial de Ylang-Ylang (*Cananga odorata*) diluídos em 2ml de óleo de semente de uva;
- Tempo de aplicação: 55 minutos;
- Número de aplicações: 4;
- Temperatura da argila: a massa de argila foi aplicada morna.

Fisiognomonía nos pés

- Utilizou-se argila verde e branca (1:1);
- Tempo de aplicação: 20 minutos;
- Número de aplicações: 2.
- Temperatura da argila: a massa de argila foi aplicada morna.
- Aplicação de argila em pontos reflexos dos pés (referentes à: tireóide, supra-renal, próstata e testículos, pineal, hipófise, cérebro e plexo solar)
- Utilizaram-se 2 colheres de argila verde;
- Tempo de aplicação: 30 minutos;
- Número de aplicações: 2.
- Temperatura da argila: a massa de argila foi aplicada morna.

Modalidades aplicadas em hidroterapia, segundo Baptista¹².

- Compressa céfalo-caudal fria (15°C) dupla, durante 50 minutos;
- Compressa fria (15°C) nos ombros, durante 20 minutos;

- Banho alternado dos pés com tempo de aplicação de 1 minuto (água quente –40°C) e 30 segundos (água fria – 15°C);
- Pacho frio duplo (aquecedor), durante 60 minutos, sendo que a temperatura da água no 1º dia foi de 19°C e no 2º dia 13°C;
- Banho pélvico alternado, durante 4 minutos na água quente (41°C) e 1 minuto na água fria (13°C), com 8 repetições;
- Banho completo alternado, durante 3 minutos na água quente (41°C) e 1 minuto na água fria (15°C), com 7 repetições.

Modalidades aplicadas em cromoterapia, segundo Marimon¹³.

- Leitura dos centros energéticos; relaxamento; releitura dos centros energéticos; desbloqueio dos chakras quando necessário e “linha yin”;
- Tonificação do elemento Terra, pontos: E42, BP3, F3 e R3. Cor: amarela; Tempo: 3 minutos em cada ponto;
- Pontos estudados por Peter Mandel referentes à: “liberar o que está trancado”, desintoxicação, força sexual, tensão nos ombros, ansiedade e fortalecimento do plexo solar;
- Pontos para cervicalgia (TA15, B41 e B42). Cor amarela. Tempo: 3 minutos em cada ponto;
- Linha do Sol.

Florais de Bach, segundo Pereira¹⁴.

- Larch – para proporcionar confiança em si mesmo, Gentian – a fim de trazer fé e confiança, Beech – para aumentar a tolerância com o modo de ser dos outros, Walnut – com o intuito de auxiliar na adaptação de um novo começo, Pine – perdoar a si mesmo e Crab Apple – ajudar na baixa autoestima corporal; uso 4 gotas 4x ao dia;
- Rescue e Agrimony – utilizado nos momentos difíceis em diminuir o fumo; 4 gotas 4 x ao dia.

Após o término do primeiro frasco de florais indicou-se a repetição da fórmula, porém substituiu-se a essência Walnut pela Mustard, que atuou eliminando a tristeza.

Fitoterapia, segundo Cunha, Silva e Roque¹⁵.

- Chá de Fáfia (*Pfaffia paniculata*), por infusão, de 2 a 4gr da erva seca em 1 litro de água ministrado 3 vezes ao dia. Atuando como tônico geral, ansiolítico, estimula a oxigenação celular, o sistema imunológico, a força muscular, ativa a memória, é tranquilizante e estimulante sexual.

Na 19ª sessão, foi indicada a erva Mão de Deus (*Titonia sp*), atuando na dependência do cigarro, a ser tomada 2 colheres de chá/dia durante 1 mês, cessando o uso por 1 semana e recomeçando por mais 30 dias.

Ao final dos atendimentos, recomendou-se a continuação do chá de Fáfia (*Pfaffia paniculata*) por mais 2 meses, após este período, cessou-se o uso por uma semana e começou-se a ingestão de 2 cápsulas por dia de Hipérico (*Hypericum perforatum L.*). Este último atuando como calmante, anti-irritante, antidepressivo, sedativo e adstringente. Aromaterapia, segundo Corazza⁴.

- 5 gotas de óleo essencial de Ylang Ylang (*Cananga odorata*) em aproximadamente 5ml de água em difusor no ambiente, atuando como antidepressivo, afrodisíaco, sedativo, auxiliando na tensão nervosa e distúrbios do sono.

A iridologia foi utilizada como método de avaliação. Foram fotografadas as íris do interagente em três momentos. Para a realização das fotos utilizou-se a Câmara Cyber Shot P92 (resolução 5.0 mega pixels) com iridofoto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nos tratamentos do estresse e da depressão, foram aplicados cataplasmas cerviceco-sacral, preparados com argilas verde e branca acrescidas de 5 gotas do óleo essencial de Ylang Ylang (*Cananga odorata*), diluído em 2ml de óleo de semente de uva), devido ao grande poder de absorção e adstringência agindo lenta e profundamente por possuir minerais como cobalto, magnésio, alumínio, silício, cobre e cálcio que estabelecem o bom funcionamento do organismo.

De acordo com a Teoria Mineralizante, pela ampla concentração de geominerais, em contato com a pele, a argila promove, ao corpo, acesso dos minerais que contém. A reação e ação dos minerais com o corpo envolvem processos dinâmicos através da ação de capilaridade, difusão, osmose, entre outros mecanismos que caracterizam esta teoria¹. Na região a ser aplicado o cataplasma, estão localizados os principais centros de energia (chakras) e a argila auxilia na reorganização e harmonização desses centros.

Iniciou-se um processo de desintoxicação no qual o odor das fezes expelidas aumentou, assim como a quantidade de urina. Pedro relatou nesse período estar conseguindo dormir tranquilamente e acordar disposto, o que não era habitual. Os pontos reflexos trabalhados com argila trouxeram um maior equilíbrio, auxiliando na diminuição do fumo e da ingestão excessiva de alimentos à noite.

A fisiognomonia é a técnica de conhecer e avaliar as condições de saúde de uma pessoa pela observação de sinais e formas da face ou pés¹. Neste caso, a avaliação é realizada sobre as diferenças de

cores e textura apresentadas na argila aplicada na face ou pés do interagente. Por meio desta técnica aplicada nos pés de Pedro, perceberam-se disfunções referentes ao pulmão (o interagente é fumante) e à região pélvica devido a alterações na coloração da argila e ao ressecamento precoce nestas regiões. Ao fim do tratamento, os pés de Pedro começaram a se descamar, e, também, na região pélvica, significando a renovação da pele e da área em questão.

Durante a aplicação do pacho, houve um momento de autopercepção por parte do interagente, onde ele relatou estar tendo uma maior consciência de si e do seu processo de cura. Esta prática deu continuidade aos processos de relaxamento e desintoxicação (toxinas foram expelidas também pela grande quantidade de suor no momento da aplicação e, na noite que se seguiu, ocorrendo também diarreia). Nesse período, Pedro começou a ter ereções noturnas, estas acompanhadas de grande vontade de urinar. A compressa céfalo-caudal fria dupla originou respostas de desintoxicação, aumentando a quantidade de urina e fezes (novamente houve uma leve diarreia) expelidas, e tonificação geral do corpo.

Após a 1ª sessão de banho pélvico alternado, foi referido pelo paciente grande sensação de alívio, leveza e descongestionamento da região pélvica, o que resultou na concretização de um ato sexual satisfatório e sem problemas (como não ocorria há mais de 6 anos). A partir deste período, a autoestima, confiança e segurança de Pedro voltaram à tona, manifestando-se também em mudanças externas, como em seu visual. Foi realizado novamente o banho pélvico alternado (na sessão seguinte), seguido do banho completo alternado, os quais ampliaram e intensificaram os resultados já obtidos.

O óleo essencial de Ylang-Ylang (*Cananga odorata*), os florais de Bach e o chá de fáfia (*Pfaffia paniculata*) atuaram proporcionando alívio do estresse e da depressão, melhorando a libido, regularizando e tranquilizando o sono, proporcionando maior confiança em si mesmo, trazendo fê e confiança, ampliando sua maneira de perceber o outro, auxiliando na adaptação deste novo começo, ajudando a perdoar a si mesmo, melhorando a autoestima corporal, aumentando o vigor físico e mental e aliviando estados de ansiedade.

As moléculas constituintes dos óleos essenciais seguem simultaneamente por duas vias, os pulmões e o cérebro. Tais óleos desencadeiam um efeito físico imediato sobre os pulmões, passando desses para a corrente sanguínea, que os transporta para todo o corpo. A delgada mucosa do topo do nariz contém pequenos receptores, os cílios. A partir destes, mensagens são enviadas ao cérebro, especificamente

para o sistema límbico. Este, responsável por ativar a memória, sentimentos e respostas emocionais¹⁶.

Os florais Rescue e Agrimony trouxeram suporte nos momentos difíceis em diminuir o fumo, o qual foi regredido gradativamente. Cada uma dessas flores tem um comprimento determinado de ondas de energia, que está em harmonia com certa frequência energética do ser humano. De acordo com os estudos e experiências do Dr. Bach, quando a pessoa apresenta um sintoma, o comprimento de onda no seu campo de energia está desarmonizado. Tal deformação terá efeito negativo sobre toda a psiquê da pessoa. Nestas situações, os florais de Bach, que possuem as mesmas frequências harmoniosas do ser humano, atuam entrando em contato com a desarmonia, restabelecendo a frequência correta e natural do ser humano, atuando como um catalizador¹⁷.

Nas sessões de cromoterapia, o uso do óleo essencial e dos florais de Bach foi cessado. Durante todos os atendimentos com a cromoterapia, a linha Yin foi realizada com o intuito de abrir o campo energético do interagente; pois estudos realizados por Henrique Cirilo¹⁸, do Instituto Brasileiro de Terapias Chi Kung e terapias afins, afirmam que a sequência realizada dos colorpontos disponibilizam o campo energético do interagente a uma maior recepção para o tratamento proposto. Do mesmo modo, para finalização dos tratamentos, aplicou-se a linha do Sol, dessa forma, objetivando a harmonização e o equilíbrio do fluxo de energia.

No decorrer das sessões de cromoterapia, ao serem trabalhados pontos referentes à desintoxicação, um forte odor exalado da pele de Pedro foi sentido no ambiente. Tal processo repercutiu na diminuição da necessidade de fumar, reduzindo bastante o número de cigarros (pela metade do habitual). Durante o processo de desintoxicação ocorrido na cromoterapia, houve diarreia 2 vezes por 3 dias.

Ocorreu uma melhora ainda maior no que se refere à sexualidade e à libido. Segundo dizeres do próprio interagente: “Antes me sentia inútil, inválido, estava morto. Hoje me sinto vivo! Renasci novamente!”.

A verificação dos centros energéticos (chakras) durante as 24 sessões possibilitou maior percepção da grande quantidade de tensão presente no interagente, acarretando em um gasto excessivo de energia. No decorrer das interações, houve diminuição deste nível de tensão, o que repercutiu também na melhora das queixas em questão.

A cromoterapia atua através do reequilíbrio do distúrbio energético básico que produziu originalmente os sintomas. É uma terapia holística, atua sobre a pessoa, como um todo, segundo os

princípios holográficos, não visando à cura diretamente da dor, e sim a pessoa em tratamento³.

Pedro seguiu orientações alimentares repercutindo em melhora de seu bem-estar e da auto-estima, emagrecendo 10 quilos. Sintomas e doenças, como a depressão, podem estar associados a uma dieta inadequada. Maus hábitos alimentares podem causar disfunção emocional e/ou física pela falha em fornecer a nutrição necessária e adequada para um funcionamento apropriado do organismo¹⁹. As orientações alimentares não foram baseadas em uma dieta quantitativa, mas sim visava a qualidade dos alimentos, incluindo alimentos naturais, orgânicos, integrais ricos em fibras, etc²⁰.

A iridologia é a ciência aplicada como método de diagnóstico através da observação da íris. Nesta está registrada toda a constituição orgânica de uma pessoa e como esta apresenta suas características e comportamentos, o que possibilita a descoberta de disfunções que precisam ser prevenidas ou tratadas¹⁴.

De acordo com a 1ª análise iridológica, o padrão da íris é flor, o que demonstra segundo Pereira¹⁴, uma personalidade exibicionista, que gosta de mudanças e tende a depressão quando não se tem um resultado satisfatório. Havia presença de intoxicação concentrada na área cerebral (Pedro queixava-se de lapsos de memória); escurecimento na região relacionada à próstata, pênis e testículos (impotência sexual); apresentou anel de pele, o que se refere à dificuldade em eliminar toxinas. Havia a presença de “pétala” na região das suprarrenais (associadas ao estresse e a alterações hormonais, que se relacionam à diminuição da libido); e de um grande anel de sódio e colesterol (depósito de sais e gorduras).

De acordo com a última análise iridológica, houve diminuição generalizada de toda intoxicação, o anel de sódio e colesterol tornou-se inexistente. Consegiu-se visualizar melhor as fibras em toda a íris, o que anteriormente não foi possível devido à intoxicação. Constatou-se também a presença de sinais de cura. A partir do diagnóstico da íris é possível saber se um tratamento está tendo o efeito desejado ou não, assim, além do desaparecimento dos sintomas e de algumas “marcas” na íris, a cura tem seu próprio sinal, que são marcas esbranquiçadas que começam a surgir no “fundo da antiga marca, ou lesão” proveniente da desarmonia¹⁴.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A atuação das terapias naturais trouxe respostas físicas e emocionais positivas em relação às queixas do interagente e em seu bem-estar como um todo, agindo no campo energético-vibracional e proporcionando um equilíbrio da pessoa em

tratamento. Constatou-se verdadeira eficácia dessas terapêuticas por meio de todos os métodos aplicados e resultados obtidos.

As terapias naturais mostraram-se como um caminho que une a ciência e a arte do autoconhecimento, dessa forma, criando uma relação perfeita em busca da saúde integral e em prol de uma medicina não só curativa como também preventiva.

AGRADECIMENTOS

Aos professores do Estágio Supervisionado e ao interagente Pedro que contribuíram para realização deste trabalho.

REFERÊNCIAS

1. Bontempo M. Medicina Natural. São Paulo: Nova Cultural; 2000.
2. Moor FB, Peterson CS, Manwell ME, Noble FM, Muench G. Manual de Hidroterapia e massagem. São Paulo: Casa Publicadora Brasileira; 1968.
3. Pagnamenta FFM. Cromoterapia para crianças. São Paulo: Madras; 2003.
4. Corazza S. Aromacologia: uma ciência de muitos cheiros. São Paulo: Senac; 2002.
5. Kaminski P, Katz R. Repertório das Essências Florais. São Paulo: Triom; 2003.
6. Ball S, Gillanders A, Hayfield R, Lundberg P, Monro R, Turner NR, et al. Curando as doenças do dia-a-dia com métodos naturais. Rio de Janeiro: Reader's Digest; 2002.
7. Franceschini S. Plantas Terapêuticas. São Paulo: Andrei; 2004.
8. Bauer WM, Gaskell G. Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático. Petrópolis: Vozes; 2002.
9. Brasil. Conselho Nacional de Saúde. Normas regulamentadoras sobre pesquisa em seres humanos. Brasília, CSN; 1996.
10. Vasques MI. O trabalho enlouquece? Petrópolis: Vozes; 2004.
11. Martins ME, Medeiros MSG. Geoterapia. Florianópolis; 2004. Material não publicado.
12. Baptista T. Hidroterapia Natural. Florianópolis 2004. Material não publicado.
13. Marimon R. Gemomedicina. Florianópolis; 2003. Material não publicado.
14. Pereira CFM. Enciclopédia de Medicina Natural. São Paulo: Madras; 2004.
15. Cunha PA, Silva PA, Roque RO. Plantas e produtos vegetais em fitoterapia. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian; 2003.
16. Price S. Aromaterapia e as emoções: como usar óleos essenciais para equilibrar o corpo e a mente. Rio de Janeiro; 2002.
17. Scheffer M, Inner T. Encyclopedia of Bach Flower Therapy. Rochester: Inner traditions; 2001.
18. Cirilo H. Curso de Colorpuntura. Ibrachi – Chi Kung. São Paulo. 2003. Material não publicado.
19. Werbach M. A cura através da nutrição: uma abordagem natural do tratamento de 50 doenças comuns com dietas e nutrientes. Rio de Janeiro: Revinter; 2001.
20. Azevedo E. Alimentos orgânicos. Florianópolis: Insular; 2003.