

A RELAÇÃO DOS *CHAKRAS* E DO DESEMPENHO DE PRÁTICAS NATURAIS NA PSORÍASE – ESTUDO DE CASO

Camila de Oliveira Savoi¹

Resumo: Relato de um estudo de caso de psoríase, que ocorreu em períodos intercalados e de fatos marcantes na vida de uma interagente, sendo o primeiro episódio há quatro anos, manifestando três ocorrências dos sintomas desde então. Nesse estudo de caso, focou-se como objetivo geral a amenização da psoríase, utilizando de práticas naturais e estimulando reflexões sobre o estilo de vida que poderia estar colaborando para a doença. As práticas naturais utilizadas de Massoterapia, Reflexologia, Aromaterapia, Musicoterapia, Arteterapia e Terapia Floral, contribuíram para a promoção da auto-estima e do amor próprio da interagente, melhorando as lesões cutâneas em relação ao quadro inicialmente apresentado.

Palavras-chave: Psoríase; *Chakras*; Práticas Naturais.

Introdução

A psoríase, uma das doenças mais antigas da humanidade, como afirmam Rubin e Farber (2002), é definida por Brasileiro Filho (2000) como lesões ou feridas caracterizadas por placas avermelhadas cobertas de escamas prateadas, que podem localizar-se em diversas áreas do tegumento. O mesmo autor ainda relata que essa doença crônica acomete de um a dois por cento da população mundial, podendo surgir em qualquer idade. Ainda é considerada multifatorial e mal compreendida fisiologicamente.

Os possíveis fatores que influenciam no aparecimento da psoríase, conforme Rubin e Farber (2002), são: genética; lesões físicas; infecção; clima frio e seco; certas drogas; proliferação celular anormal; alterações circulatórias e

¹ Acadêmica da 9ª fase do curso de Naturologia Aplicada, Universidade do Sul de Santa Catarina – Unisul.

Av. Pedra Branca, 25 – Cidade Universitária Pedra Branca 88137-270 - Palhoça SC. Brasil.
E-mail: camilasul@bol.com.br

imunológicas, já que a erupção das feridas coincide com a infiltração de células T na epiderme, sendo assim denominada como uma doença auto-imune.

De acordo com Francone *et al* (1990), estas células T dependem do timo para sua diferenciação e funcionamento adequado. Dessa forma, um dos fatores que influencia a psoríase tem ligação com o timo, este por sua vez, segundo Gerber (2000), é uma glândula que está sob influência do quarto *chakra*, o qual localiza-se sobre o timo, na parte média do esterno.

Chakras, conforme Gerber (2000), são centros de energia do ser humano que se assemelham a rodas de energia. O corpo possui sete grandes *chakras*, os quais estão envolvidos na captação de energias sutis e na transmutação em uma forma de energia utilizável na estrutura humana. A energia dos *chakras* pode provir tanto do corpo físico como de estados emocionais, de pensamentos e da relação da pessoa com o meio em que vive. Se pelo menos um desses fatores estiver em desequilíbrio, o fluxo energético será prejudicado, redundando no surgimento de doenças, já que cada *chakra*, fisiologicamente, está associado a plexos nervosos, órgãos e glândulas. Cada pessoa possui seu próprio padrão energético individual.

O quarto *chakra*, também conhecido como *chakra* do coração, pode então, apresentar uma disfunção energética, colaborando para o surgimento da psoríase. Um comportamento que pode estar colaborando para essa disfunção, de acordo com Baginski e Sharamon (1997), é a falta de amor próprio, de forma que a pessoa tenta compensar esta falta apresentando um comportamento gentil e atencioso, sem estabelecer os próprios limites. É provável que a psoríase esteja representando isso no físico, uma vez que as feridas afetam a pele, através da qual, segundo Berwick (1998), estabelece-se o limite do corpo e entra-se em contato com os outros seres. Gerber (1988) afirma que disfunção energética em qualquer *chakra* pode influenciar negativamente outro *chakra*, já que estes se comunicam através de canais de energia. Portanto, uma disfunção no *chakra* do coração, pode ter sido gerada pela disfunção de outros *chakras* e vice-versa.

A Naturologia Aplicada tem como objetivos a prevenção e a recuperação da saúde através de práticas naturais. O naturólogo está capacitado para atuar com ética e responsabilidade, tratando o ser humano como um todo,

podendo fornecer ao interagente² com psoríase as ferramentas necessárias para que o organismo se restabeleça e promovendo melhor qualidade de vida³.

Uma das práticas utilizada pelo naturólogo é a massoterapia, a qual age, conforme Cassar (2001), através do toque terapêutico na pele. As conseqüências são efeitos mecânicos, fisiológicos, reflexos e psicológicos. É difícil atribuir a uma manobra de massagem um efeito em específico, uma vez que ao fazer contato terapêutico com a pele, ocorre um desencadeamento dos quatro efeitos. Contudo, para fins classificativos, os efeitos são apresentados separadamente (Anexo A).

Outra prática, a reflexologia, é definida por Dougans e Ellis (2001) como técnica específica que atua em pontos reflexos dos pés e mãos, com base na premissa de que as áreas reflexas correspondem as partes do corpo.

Os pés e mãos possuem muitas terminações nervosas, sendo classificados por Lourenço (2002) como plexos nervosos, e denominados como áreas reflexas, pois correspondem a diversos órgãos do corpo. Dessa forma, se há áreas reflexas para todo o corpo, há áreas reflexas para os *chakras*, podendo harmonizá-los através da reflexologia como expõe Wills (2006), e conseqüentemente, diminuir a psoríase.

Já a aromaterapia, consoante Price (2002) é a utilização de óleos essenciais extraídos de plantas, com o objetivo de promover saúde e bem-estar à totalidade do indivíduo, isto é, ao conjunto formado por corpo, mente e emoções. Os óleos essenciais possuem duas trajetórias de ação no corpo. A principal via de ação é através da inalação, pois penetram através dos capilares do pulmão, agindo em todo organismo e também no centro do cheiro, possuindo efeito sobre as emoções. A segunda via é aplicação dos óleos essenciais sobre a pele, os quais atuam sobre a mesma e são absorvidos, atingindo a corrente sanguínea e tecidos celulares. Dessa forma, alguns óleos essenciais, de acordo com Sellar (2002), atuam de forma benéfica na pele e restabelecem o equilíbrio da mente, além de ter efeito nas emoções.

² Interagente é o termo designado para a pessoa que o naturólogo cuida, por transmitir uma noção de co-responsabilidade. Segundo o dicionário Aurélio, é aquele que interage, interagir significa agir mutuamente. (FERREIRA *et al*, 1999).

³ “Grau de satisfação encontrado na vida familiar, amorosa, social e ambiental e à própria estética existencial. Pressupõe a capacidade de efetuar uma síntese cultural dos elementos que determinada sociedade considera seu padrão de conforto e bem-estar” (MINAYO *et al*, 2000 apud AZEVEDO, 2004, p. 13-14)

A terapia floral, outra ferramenta terapêutica de uso do naturólogo, segundo Paroni e Paroni (2003), são essências de flores benígnas, que não atuam diretamente na doença física, e sim nas possíveis causas emocionais e estados mentais da pessoa, funcionando como terapia de apoio. Os mesmos autores ressaltam que os florais transformam os sentimentos negativos em virtudes, através de energia vibracional, restaurando, assim, o equilíbrio físico, mental e emocional do usuário.

Outra prática que o naturólogo utiliza é a arteterapia. Conforme Ciornai (2004), arteterapia é a utilização de recursos artísticos em contextos terapêuticos. Limitando à representação plástica, tal como pinturas, desenhos, modelagem, entre outros. Liebmann (2000) expõe a arteterapia como “um meio de expressão pessoal para comunicar sentimentos, sem ter como objetivo produtos finais esteticamente agradáveis a serem julgados segundo padrões externos” (LIEBMANN, 2000, p. 18).

Consoante Brown (2000), a arte faz a pessoa entrar em contato com as emoções, possibilitando mudar a maneira como ela se relaciona com o mundo e consigo mesma, através do ajustamento criativo⁴.

O naturólogo também pode utilizar recursos da terapia através da música, ou seja, este profissional pode utilizar alguns elementos da musicoterapia, definida por Bruscia (1989 *apud* Von Baranow 1999), como um processo que ajuda a pessoa manter, melhorar ou restaurar um estado de bem-estar, utilizando experiências musicais, e as relações que surgem através desta, como forças dinâmicas de mudança. Essa terapia colabora para “desenvolver potenciais ou estabelecer funções do indivíduo visando melhorar sua qualidade de vida” (VON BARANOW, 1999, p. 18). Portanto, a música pode ajudar na cura da psoríase, assim como a arteterapia, através da estimulação do ajustamento criativo.

Com o objetivo de auxiliar na amenização da psoríase de uma interagente, utilizou-se de práticas naturais e reflexões sobre o seu estilo de vida, uma vez que este aspecto pode colaborar para o surgimento das lesões cutâneas.

⁴ Ajustamento refere-se à capacidade do indivíduo de “alcançar um equilíbrio harmonioso com as demandas ambientais e cognitivas” (HAYES e STRATTON, 2002, p. 05). Criativo refere-se a “capacidade para produzir soluções novas para problemas” (HAYS e STRATTON, 2002, p. 55). Ajustamento criativo, portanto, é um termo utilizado pela gestalt-terapia, o qual se refere a um novo comportamento com inúmeras possibilidades criadas pela pessoa a respeito de uma situação recorrente com o objetivo de mudar a relação do indivíduo com esta situação.

Material e Métodos

I. Apresentação do Caso Estudado

N.S.A., 20 anos, sexo feminino, estudante, procurou o Centro de Práticas Naturais com a queixa principal de psoríase, que se manifesta em todo o corpo, exceto na face e no pescoço. A psoríase da interagente inicia-se na região peitoral, espalhando-se pelo corpo com rapidez. A doença se estabelece através de pequenas manchas avermelhadas, as quais se desenvolvem para placas avermelhadas cobertas com escamas prateadas, permanecendo, geralmente, por dois meses, quando se encaminham para a cicatrização. Porém, a última aparição foi há dois meses e os sintomas permanecem desde então. A interagente apresentou esses sintomas, pela primeira vez aos 16 anos, depois novamente aos 18 anos e esta é a segunda vez que desenvolve a doença aos 20 anos, totalizando quatro vezes. As duas primeiras vezes que manifestou, foram após uma discussão com o pai, na terceira foi após o término do namoro e nessa última vez foi após o reencontro com o ex-namorado.

Morou com os pais até 18 anos, sendo que atualmente ela reside em outra cidade. Seu relacionamento com o pai é tempestuoso, discutiam muito e ela, mesmo fazendo-se de vítima, o afrontava, sendo que ele é o único homem com quem ela soube se impor. Relatou ainda que, quando passa um período na casa dos pais, sente-se deprimida e culpada se não fizer o papel de “filha querida”, pois acha que assim retribui o que eles lhe oferecem. Em relação ao ex-namorado, este era muito ciumento e frequentemente a insultava, sendo que ela não estabelecia os próprios limites na relação. Refere que sofreu nesse relacionamento porque o amava, mas não se valorizava, o que ainda ocorre atualmente. Teve um relacionamento logo após o término do namoro e afirma que tenta superar o relacionamento anterior com outra pessoa, já que ficar sem namorar a deixa carente.

Revela que no passado costumava esconder as lesões da psoríase, usando sempre muita roupa, hoje já não faz isso. Descreve-se como muito sensível ao ambiente e ao toque, comunicativa, com os pensamentos voltados para o futuro (“e se?”), não sabe impor limite aos outros, não confia na própria intuição, tem baixa

auto-estima e medo de situações diante das quais não tem controle ou o perde, sendo que nestas situações começa a se insultar mentalmente, percebendo que nestes momentos sua imunidade também diminui. Mostra-se confusa em suas ações, questionando-se se toma as decisões corretas na vida.

Não pratica exercício físico por lassidão, criando empecilhos para iniciar a prática. N.S.A. não ingere carne animal, come rápido e costuma comer entre as principais refeições. Em relação ao consumo de água, consome 500 ml por dia. Sua pele aparenta ser do tipo seca. Frequentemente fica congestionada nos seios da face e por isso não identifica o exato gosto da comida. Atualmente, está com retenção de líquidos, principalmente na face, pernas e abdômen. A menstruação da interagente está atrasada há dois meses, sendo que seu ciclo sempre foi regular, mas ela descarta a possibilidade de gravidez. Suas funções intestinais são regulares e frequentes. Referente aos cinco sentidos, o tato predomina sobre os outros. Gosta de música melódica, com uma letra que remeta a um significado especial para ela, também gosta de música celta e os sons dentro da mata.

II. Práticas Desenvolvidas:

Os atendimentos ocorreram no Centro de Práticas Naturais, na Unisul – Pedra Branca, Palhoça (SC) e foram realizados de uma a três vezes por semana, iniciando-se na data de 06 de abril de 2006, estendendo-se até 08 de junho de 2006. No dia 06 de abril foi realizado o registro de interagência⁵, no dia 11 o tratamento utilizado foi a massoterapia. De 18 de abril a 16 de maio, a reflexologia, totalizando nove sessões. Do dia 18 de maio a 08 de junho foi utilizado a massoterapia novamente, porém este período não será abordado neste artigo. Utilizou-se, como práticas auxiliares, a musicoterapia, arteterapia, aromaterapia e terapia floral.

Da segunda interagência em diante seguiu-se um padrão de atendimento: recolheu-se os dados da sessão anterior, verificou-se os sinais vitais (pressão arterial, frequência cardíaca, frequência respiratória e temperatura corporal), realizou-se duas leituras dos *chakras*: a primeira leitura com a pessoa em repouso, e a segunda leitura após a aplicação da prática natural com a interagente

⁵ Documento preenchido na primeira sessão, o qual contém informações sobre a queixa da pessoa, aspectos emocionais e físicos do interagente e de seu estilo de vida.

também em repouso; avaliação do padrão bioenergético (com base nas leituras do *chakras* utilizando o pêndulo⁶, nas características psicoemocionais⁷ que N.S.A. apresentava no momento dessa avaliação e na comparação com o padrão bioenergético apresentado nas sessões anteriores), nova verificação dos sinais vitais e relato da interagente de como se sentiu durante a prática.

Na primeira sessão de massoterapia, foi proposta para a interagente uma seqüência de automassagem, sendo realizados os movimentos junto a ela, esclarecendo-lhe algumas dúvidas em relação aos procedimentos da massagem. As manobras dessa seqüência são propostos por Fritz (2002) e Shen (1999). Junto da automassagem, foi fornecido à interagente um creme neutro sem alumínio para facilitar o deslizamento nas manobras, com 1% de óleo essencial de Lavanda (*Lavandula officinalis*), a qual, de acordo com Sellar (2002), é citofilático. Neste dia a interagente foi informada sobre a importância da ingestão de água⁸ e da prática do exercício físico.

Neste primeiro atendimento iniciou-se o uso da música com fins terapêuticos, que esteve presente em todos os atendimentos subseqüentes, com música New Age, melódica e elementos femininos (água, piano, vozes femininas).

Em seguida, aplicou-se a reflexologia, utilizando-se do padrão técnico reflexológico nos pés com movimentos demonstrados por Gillanders (1999). Como a pele dos pés da interagente apresentava-se ressecada e com alguns cortes, foi utilizado um creme neutro sem alumínio com os óleos essenciais de Eucalipto (*Eucalyptus globulus*), Patchouli (*Pogostemon patchouli*) e Lavanda, os quais, segundo Sellar (2002), são regeneradores do tecido cutâneo. Efetuou-se, através do padrão técnico reflexológico, uma avaliação das áreas reflexas sensíveis, alertando para possível fragilidade no órgão correspondente, conforme informa Hall (2002b).

Nessa mesma sessão foi introduzido no tratamento o uso de óleos essenciais no ambiente durante o atendimento, sendo utilizado uma gota de cada óleo no difusor com 5ml de água, sendo escolhidos baseado-se em indicações obtidas em Price (2002): Bergamota (*Citrus bergamia*), Lavanda, Olíbano (*Boswellia carterii*), e Patchouli.

⁶ Conforme orientações de Campadello (1995), colocando-se o pêndulo sobre a localização do chakra com o interagente em decúbito dorsal, adotando-se o lado de giro positivo para sobreativo, o lado de giro negativo para infrativo e o balanço diagonal para bloqueado. A intensidade do giro reflete a intensidade de energia no *chakra*.

⁷ Baseado em Crea (1992).

⁸ Orientação escrita e oral, consoante Kuhne (1996, p. 137).

Da segunda à oitava sessão de reflexologia foi realizado o padrão técnico reflexológico e a tonificação (massagem no sentido horário durante 20 segundos), nas áreas que a interagente apresentou sensibilidade e pontos importantes para a harmonização do organismo, resultando no trabalho dos seguintes pontos: coluna torácica, por ser a localização do quarto chakra, de forma a diminuir o desequilíbrio na região; pulmão, pois possui relação, de acordo com Maciocia (1996), com a pele, favorecendo a cicatrização da psoríase; coração que, quando estimulado, consoante Gasparetto e Valcapelli (2002), pode ajudar a pessoa estabelecer os próprios limites e respeitar-se; o timo, para diminuir a incidência da psoríase já que esta glândula possui influência sob essa patologia; seios nasais pela interagente estar frequentemente constipada nessa região; fígado, válvula íleo cecal, rim, ureter e bexiga, para ajudar no processo de eliminação das substâncias tóxicas provenientes da alimentação; ovários, tubas uterinas e útero para regular o ciclo menstrual; e finalmente a região dos *chakras*, seguindo a localização destes apresentada por Wills (2006), para harmonizá-los.

No dia 18 de abril, N.S.A. foi instruída sobre o uso de florais de Bach, seguindo as indicações de Paroni e Paroni (2003), foram escolhidos os seguintes florais para compor sua fórmula floral: Agrimony, Chestnut Bud, Pine, Cherry Plum, Crab Apple e Centaury. Essa fórmula foi feita em um frasco de 30 ml com 20% de *brandy* (conservante do preparado), para ser administrado 4 gotas, 4 vezes ao dia.

Na terceira sessão de reflexologia N.S.A. foi orientada sobre recomendações gerais em relação a hábitos para uma alimentação saudável, encontradas em Azevedo (2003, p.189). Na mesma sessão, foi fornecido à interagente um óleo para a automassagem, em substituição ao creme com lavanda, contendo 80% de óleo de gérmen de trigo, 20% de óleo de abacate; e com concentração total de 1% dos óleos essenciais de eucalipto, patchouli e lavanda.

No dia 03 de maio, iniciou-se o trabalho com arteterapia aliado a reflexologia, o qual também foi realizado no dia 11 de maio.

Resultados e Discussão

Com a aplicação do padrão técnico reflexológico, realizado nos pés da interagente durante as nove sessões de reflexologia, ela apresentou os seguintes

pontos sensíveis: do pulmão no pé esquerdo, da coluna torácica em ambos os pés, área reflexa em que se situa o quarto *chakra* segundo Wills (2006); do timo no pé esquerdo, glândula influenciada pelo quarto *chakra* consoante Gerber (2000); das tubas uterinas, útero e ovário em ambos os pés, provavelmente pelo atraso da menstruação e problemas com a imagem do feminino; da face no pé esquerdo, onde N.S.A. queixa-se de dor na própria face devido a constipação dos seios nasais; seios nasais em ambos os pés, local em que a interagente apresenta a constipação; do plexo solar no pé esquerdo, região do terceiro *chakra* no corpo de acordo com Gerber (1988), e que apresentou disfunção conforme é apresentado no apêndice A; coluna lombar no pé esquerdo, área onde situa-se a região reflexa do terceiro *chakra* conforme Wills (2006); pescoço, tireóide, paratireóide, garganta em ambos os pés, provavelmente devido a insegurança da interagente em relação a si mesma, já que esta região apresenta este simbolismo de acordo com Gasparetto e Valcapelli (2004); ureter e bexiga no pé direito, possivelmente devido a pouca ingestão de água da interagente, exigindo, por conseguinte, um funcionamento intenso desses órgãos.

Pode-se observar um desequilíbrio no quarto *chakra* pelo fato de N.S.A. apresentar diversos pontos sensíveis correspondentes às áreas conectadas ao mesmo, confirmando esta suposição através da realização do padrão bionérgico (apêndice A). Devido o bloqueio do quarto *chakra* reafirma-se a importância de realizar um trabalho nos centros energéticos na reflexologia.

Também foi observada a estrutura tecidual dos pés que, de acordo com Hall (2002b), pode ser relacionada à estrutura tecidual do corpo, sendo que através da reflexologia pode-se diminuir os sintomas apresentados nesta área do corpo. A interagente apresenta a área reflexa dos intestinos e dos seios nasais com a pele ressecada, podendo indicar que as circulações energética e sangüínea estão deficientes nesses locais. Músculos rijos nos pés, conforme Hall (2002b), significam que a área reflexa correspondente apresenta tensão, sendo que na interagente isto aparece nas áreas reflexas do pulmão, órgão ligado a pele conforme Maciocia (1996); e do intestino delgado, que pode refletir a insegurança da interagente em posicionar-se perante as outras pessoas, já que este órgão representa esse aspecto no plano emocional, conforme Gasparetto e Valcapelli (2003).

Ao apresentar-se para o terceiro atendimento, foi observado que as lesões dérmicas haviam diminuído de intensidade, porém a interagente não iniciou a prática da automassagem em sua residência, demonstrando consciência do motivo

desta ação – geralmente coloca-se em segundo lugar na própria vida, sendo muito influenciada pelos outros, o que a deixa sem iniciativa para essa prática. Mencionou ter aumentado a ingestão de água para 1,5 l por dia, adquirindo percepção da importância da mesma para o seu organismo.

No quarto atendimento, a interagente mencionou que a menstruação ainda não havia ocorrido, e ao refletir sobre isso, ela supõe que seu corpo não tem a percepção que ela é mulher. O uso da terapia através da música estaria auxiliando na melhoria deste aspecto através do uso dos elementos femininos (água, vozes femininas, piano), os quais estimulam a menstruação de forma sutil atuando através das emoções para ter um efeito no físico, já que os órgãos que representam o feminino, de acordo com Gasparetto e Valcapelli (2002), são os ovários, tubas uterinas e o útero. Ademais, a música trabalha através do efeito ressonante citado por Gaynor (1999). Porém, não se alcançou êxito no emprego da música com esta finalidade, provavelmente devido ao curto tempo de aplicação.

A diminuição das feridas da psoríase pode ter ocorrido devido o uso do creme com óleo essencial de lavanda, que, segundo Sellar (2002) possui intensa ação cicatrizante e citofilática.

Nesta quarta sessão, ela expôs que no período em que cursava o ginásio e o colegial fazia o que os outros esperavam dela, e não o que desejava, para obter a aprovação dos colegas. Atualmente, mesmo não precisando da aprovação das pessoas com quem convive, sustenta esse comportamento, de modo a não atender a própria vontade e não a comunica. Essa rigidez apresentada por N.S.A., de forma a fixar-se nas próprias ações, sendo incapaz de permitir mudanças, de acordo com Baginski e Sharamon (1997), reflete um desequilíbrio no primeiro chakra, o qual pode ser o desencadeador do desajuste energético, o que é confirmado na avaliação dos chakras (apêndice A). No físico, isso se manifesta através da retenção de líquidos relatada pela interagente.

Na quinta sessão, ela relatou que começou a perceber suas necessidades, e apesar de ainda não conseguir estabelecer limites aos outros, tem proporcionado maior atenção a si mesma e também realizou a automassagem duas vezes na semana, prática que persistiu até o fim dos atendimentos. Isso foi possível através do conjunto das práticas naturais aplicadas: a estimulação do ponto reflexo do coração na reflexologia, que, de forma simbólica, possibilita que a pessoa passe a respeitar sua própria necessidade consoante Gasparetto e Valcapelli (2002); o uso

dos óleos essenciais de Bergamota, que proporciona confiança em si; Olíbano, que aumenta a auto-confiança; e Patchouli, que também promove a auto-estima; também através da musicoterapia, uma vez que os sons que não fazem parte do ISO⁹ da interagente possibilitaram o conhecimento do novo segundo Von Baranow (1999). Ao ampliar a escuta da interagente, conforme Fregtman (1989), ultrapassou-se as redes de crenças condicionadas do seu conhecimento, um atentado à aparente segurança e um estímulo a criatividade, abrindo caminho para o diferente, para a criação, impulsionando N.S.A. para uma ação nova em sua vida que é a atenção a si mesma. E, por fim, com a massoterapia, que conforme Cassar (2001), estabelece um senso de auto-estima, necessário para a interagente perceber suas necessidades e atendê-las.

Na automassagem a interagente exerce o toque, sentido que segundo Baginski e Sharamon (1997), possui influência sobre o quarto *chakra*. Este apresenta disfunção em N.S.A., visto que ela demonstra aspectos sinalizantes para isto, tal como a doença auto-imune que afeta a pele, a falta de amor próprio e a conseqüente falta de imposição de limites aos outros. Além disso, conforme Wood e De Domenico (1998), em seguida à massagem pode ser notada uma melhora definitiva na textura e aspecto da pele, devido os efeitos dessa prática (Anexo A).

A interagente também recebeu orientações nutricionais, essenciais para o caso, uma vez que Hall (2002a) associa toxinas derivadas da alimentação com o estabelecimento da psoríase. Gerber (2000) ainda estabelece que o fator básico a afetar a energia vital é a alimentação.

A interagente, nas três últimas sessões, referiu dor na região dos seios nasais, além da constipação presente no local em todos os atendimentos. Durante a aplicação da reflexologia, a dor aliviou e a constipação da área diminuiu em reação ao tratamento, já que quando estimulados, os plexos nervosos, que são as áreas reflexas conforme Lourenço (2002), geram um estímulo o qual ativa o impulso nervoso conduzindo-o até o sistema nervoso central por meio de um neurônio sensorial (aférente). A mensagem então é recebida pelo gânglio e transmitida através de um neurônio motor (eferente) provocando uma resposta que pode chegar a uma glândula, órgão ou músculo correspondente àquela área reflexa. Este efeito também ocorre no sentido inverso de acordo com o mesmo autor, sendo que,

⁹ Identidade sonoro-musical que é formado de modo diferenciado em cada um. São as vivências sonoras do nascimento até os dias atuais. (VON BARANOW, 1999)

quando o órgão, glândula ou músculo apresenta disfunção, é refletido nos pés através da sensibilidade a dor e estrutura tecidual.

Na sexta sessão foi observada uma melhora na textura do tecido das áreas reflexas dos intestinos e seios nasais, podendo haver assim, melhora na circulação do local promovida pela reflexologia consoante Hall (2002b). O que contribuiu também para a melhora do tecido é o uso do creme com óleos essenciais no momento da aplicação da reflexologia, o qual, segundo Sellar (2002), ajuda no processo de cicatrização, melhora a circulação e hidratação da pele. N.S.A. continua demandando pouco mais de atenção a si mesma. As lesões da psoríase apresentavam-se mais suaves do que nas sessões anteriores, conduzindo-se para a cicatrização em resposta ao tratamento realizado até o momento e a ampliação da percepção da interagente sobre importância da atenção dedicada a si mesma. Ela relatou que tem percebido os próprios mecanismos de defesa que cria para não se permitir um crescimento psicológico e espiritual. Questionou-se do motivo para impedir o próprio crescimento, sem chegar a uma conclusão, mas atribuiu a compreensão desta situação aos florais, o que é possível, de acordo com Ramsell (1998), uma vez que os florais de Bach intensificam a percepção da pessoa em relação as próprias atitudes prejudiciais à ela.

No sétimo atendimento, foi proposto à interagente uma atividade de arteterapia para aprimorar a auto-percepção da mesma baseada em Liebmann (2000). Nessa atividade, durante a aplicação do padrão técnico reflexológico, N.S.A. refletiu como ela é enquanto mulher e as características femininas que possui, e após esta reflexão, foi proposto para que se desenhasse com suas características femininas. Somente foram fornecidas as cores expostas por Baginski e Sharamon (1997) do segundo, quarto e quinto *chakra*, respectivamente, o laranja, verde e rosa, prateado e azul turquesa, para que ela entrasse em contato com as características desses centros energéticos, que segundo os mesmos autores, são importantes para ela, como, por exemplo, a feminilidade do segundo *chakra*, o amor próprio do quarto *chakra* e a auto-expressão do quinto. N.S.A. percebeu algumas características femininas que possui e não reconhecia, e refletiu sobre características femininas que ainda deve trabalhar. Isso foi possível, consoante Liebmann (2000), porque a arte aumenta a percepção de si mesmo. Para Bello (1998), o ato de pintar ou desenhar traz, gradualmente o material reprimido à consciência, fornecendo suporte para que N.S.A. reconhecesse suas características femininas e refletisse sobre elas.

Na sétima, oitava e nona sessão foi realizada a aplicação do movimento da reflexologia sobre os pontos reflexos dos *chakras* nos pés com o objetivo de harmonizá-los, o que é possível conforme Wills (2006). No sétimo atendimento, todos *chakras* ficaram com o padrão sobreativo alto, por isso o estímulo de tonificação foi reduzido de 20 segundos para 15 segundos, no oitavo e nono atendimento, com extensão aos demais. Ainda foi realizado um leve toque sobre a região que se encontra a área reflexa dos *chakras*, alcançando-se o padrão energético sobreativo médio, saudável segundo o modelo desta interagente.

No nono atendimento, N.S.A. relatou que parou de comer entre as refeições, efeito do trabalho energético que tem sido realizado com ela, já que, consoante Baginski e Sharamon (1997), o primeiro *chakra* relaciona-se com sobrevivência, e alimentar-se é fundamental para a vida do ser humano, e fazer essa ação de modo saudável oferece indícios do início da harmonização do primeiro *chakra*. Esta característica também pode ser resultante da essência floral Agrimony, já que, conforme Paroni e Paroni (2003), a pessoa que precisa deste floral pode evitar o próprio sofrimento através da ingestão excessiva de alimentos; e da essência floral Cherry Plum, o qual, segundo Scheffer (2004), proporciona coragem para superar os medos de perder o controle, medo que poderia estar sendo transferido para o comer, de forma a perder o controle sobre essa necessidade básica. Neste atendimento, algumas das feridas da psoríase estavam cicatrizando, sendo que um dos fatores que colaborou para isto foi o óleo para automassagem, o qual suaviza as peles secas e colabora para cicatrização dos tecidos, além de possuir óleos essenciais que, de acordo com Sellar (2002) ajudam no processo de cicatrização, melhora da circulação e hidratação da pele.

No décimo atendimento, foi realizada uma atividade de arteterapia em que a interagente pingava a cera derretida da vela acesa em um pote com água, de forma que a cera se solidificava na superfície da água e formava um desenho. Este exercício visava o trabalho com o terceiro *chakra*, o qual estava em disfunção na interagente (apêndice A), pois ela apresentava confusão mental, falta de confiança em si mesma e incapacidade em processar o que vem do meio e que é importante para ela, aceitando o que os colegas lhe propõem sem transformar essas sugestões para o próprio benefício, indicando assim, um bloqueio deste *chakra* conforme Crea (1992) e Baginski e Sharamon (1997). O trabalho com o elemento fogo, representado no caso pela chama da vela, atuou neste centro energético, uma vez

que este é o elemento correspondente deste chakra conforme Baginski e Sharamon (1997). O resultado desta atividade apareceu no décimo primeiro atendimento, no qual a interagente relatou que estava confiando em si mesma e aceitando do meio somente o que lhe foi útil. Nesta mesma sessão ela referiu que estava surpresa como a psoríase estava diminuindo. Ainda expôs que tem estabelecido os próprios limites, tem realizado a própria vontade e passou a se amar. Isto pode ser efeito do desbloqueio do terceiro *chakra*, o qual acarretou no desbloqueio do quarto e quinto *chakra*, o que é possível já que os *chakras* estão conectados entre si como explica Gerber (2000). Além disso, isto pode ser resultado dos florais Centaury, uma vez que ela se submetia à vontade dos outros e agora ela passou a impor os próprios limites; e Crab Apple, que aumenta a auto-estima da pessoa, ajudando a interagente a se amar - resultados possíveis desses florais conforme Paroni e Paroni (2003).

Ao término de todas as sessões de reflexologia, a interagente sentia-se sonolenta, uma reação do corpo à prática, indicando, consoante Hall (2002b) que a pessoa precisa descansar. Além disso, as funções intestinais tornaram-se mais freqüentes que o normal da interagente, sendo este fato importante para ela eliminar possíveis substâncias tóxicas advindas da alimentação como expõe Hall (2002a).

Outra reação que N.S.A. referiu foi a disposição que começou a sentir durante o dia, e isso faz com que se sinta apta para realizar suas tarefas rotineiras. Efeito que foi possível com a harmonização dos centros energéticos, além da atuação das práticas de reflexologia e massoterapia, que proporcionam um estado de relaxamento, conforme Gillanders (1999) e Cassar (2001), sendo que na medida em que N.S.A. relaxa, seu corpo pode, posteriormente, retomar as atividades com mais vivacidade; juntamente com o óleo essencial de Lavanda, o qual, de acordo com Sellar (2002), harmoniza o sistema nervoso, intensificando a sensação de relaxamento proporcionado pelas duas práticas anteriores; e os florais de Bach, os quais, conforme Monari (1997), transformam o sofrimento numa virtude inerente do ser humano. No caso de N.S.A., as essências florais canalizaram a energia que era dispensada em atos que não lhe favoreciam, passando a ser utilizada em situações que a beneficiam.

As essências florais Chestnut Bud e Pine não mostraram êxito direto na característica que trabalham, provavelmente porque precisam de maior tempo de uso pela pessoa para poderem apresentar resultados.

Considerações Finais

Com a execução do presente estudo de caso pode-se obter uma confirmação do benefício das práticas naturais e da avaliação energética, quando distintamente utilizadas e inter-relacionadas, no caso de psoríase.

Em relação às práticas naturais, seu uso em conjunto foi de grande valia para o bem estar da interagente, sendo que todas as práticas foram essenciais no caso apresentado. Já a avaliação dos *chakras* fidedigna é eficaz para compreender o interagente em sua totalidade e a reação quanto as modalidades das práticas aplicadas, incluindo os aspectos emocional, mental, físico e sua relação com o meio, sendo necessário que ele se adapte a dinâmica deste, podendo ser possível através do ajustamento criativo, pois a doença, neste caso, está alertando para a mudança exterior e a estagnação de uma ação interior. Foi viável, através da avaliação dos sete principais centros energéticos e da textura da pele dos pés da interagente, a constatação da melhora do caso sendo que estes se modificaram conforme a evolução do caso (evolução dos *chakras* no apêndice A).

Portanto, o apego a uma ação em relação ao meio em que se vive gera um desequilíbrio energético, já que aquele está em constante modificação. Ao possuir flexibilidade em seu comportamento dependendo da exigência do meio em que a pessoa viva, já não há mais motivos para o desequilíbrio energético persistir.

Cabe aqui observar que cada ser humano é único e a psoríase desta interagente refletia características de alguns *chakras* em específico, porém outras pessoas podem desenvolver essa mesma patologia como uma advertência de disfunção em outros centros energéticos.

Agradecimentos

Agradeço a N.S.A. por se dispor ao trabalho proposto à ela e por me oportunizar o acompanhamento durante este período que me proporcionou uma maior compreensão sobre o ser humano de forma integral.

Referências Bibliográficas

AZEVEDO, E. **Alimentos orgânicos**: ampliando os conceitos de saúde humana, ambiental e social. Florianópolis: Insular, 2003. 198 p.

_____. **As relações entre qualidade de vida e agricultura familiar orgânica**: da articulação de conceitos a um estudo exploratório. 2004. 111 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Agrárias) – Programa de Pós-Graduação em Agroecossistemas, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

BAGINSKI, B. J. e SHARAMON, S. **Chakras**: mandalas de vitalidade e poder. São Paulo: Pensamento, 1997. 206 p.

BELLO, s. **Pintando sua alma**: método de desenvolvimento da personalidade criativa. Brasília: Universidade de Brasília, 1998. 248 p.

BERWICK, A. **Aromaterapia holística**. 2. ed. Rio de Janeiro: Nova Era, 1998. 270p.

BRASILEIRO FILHO, G. **Bogliolo patologia**. 6. ed. Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan, 2000. 1328 p.

BROWN, D. **Arte terapia**. São Paulo: Vitória Régia, 2000. 89 p.

CAMPADELLO, P. **Radiestesia na autocura**. São Paulo: Robe, 1995. 308 p.

CASSAR, M. **Manual de massagem terapêutica**: um guia completo de massoterapia para o estudante e para o terapeuta. São Paulo: Manole, 2001. 231 p.

CIORNAI, S. **Percursos em Arteterapia**. São Paulo: Summus, 2004. 273 p.

CREA, P. **Gemas**: gemoterapia manual práctico y clínico. 3. ed. Buenos Aires: Continente, 1992. 125 p.

DOUGANS, I.; ELLIS, S. **Um guia passo a passo para a aplicação da reflexologia**. 3. ed. São Paulo: Cultrix, 2001. 266 p.

FERREIRA, A.B.H.; ANJOS, M.; FERREIRA, M.B. **Aurélio século XXI**: o dicionário da língua portuguesa. 3. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1999. 2128 p.

FRANCONE, C. A.; JACOB, S. W.; LOSSOW, W. J. **Anatomia e fisiologia humana**. 5. ed. Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan, 1990. 569 p.

FREGTMAN, C.D. **Música Transpessoal**: uma cartografia holística da arte, da ciência e do misticismo. São Paulo: Cultrix, 1989. 228 p.

FRITZ, S. **Fundamentos da massagem terapêutica**. 2.ed. São Paulo: Manole, 2002. 698 p.

GASPARETTO, L.A.; VALCAPELLI. **Metafísica da saúde**: sistemas respiratório e digestivo. 2. ed. São Paulo: Vida e Consciência, 2003. 181 p.

_____. **Metafísica da saúde**: sistemas circulatório, urinário e reprodutor. 2. ed. São Paulo: Vida e Consciência, 2002. 176 p.

_____. **Metafísica da saúde**: sistemas endócrino (incluindo obesidade) e muscular. São Paulo: Vida e Consciência, 2004. 147 p.

GAYNOR, M.L. **Sons que curam**. São Paulo: Cultirx, 1999. 208 p.

GERBER, R. **Medicina vibracional**: uma medicina para o futuro. São Paulo: Cultrix, 1988. 463 p.

_____. **Um guia prático de medicina vibracional**. São Paulo: Cultrix, 2000. 448p.

GILLANDERS, A. **O guia familiar para a reflexologia**. São Paulo: Manole, 1999. 143 p.

HALL, M. **Reiki para doenças comuns**: um guia prático para a cura. 2. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2002a. 210 p.

HALL, N. M. **Reflexologia**: um método para melhorar saúde. São Paulo: Pensamento, 2002b. 152 p.

HAYES, N.; STRATTON, P. **Dicionário de psicologia**. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2002. 243 p.

KUHNE, L. **Cura pela água**: a nova ciência de curar. 7. ed. São Paulo: Hemmus, 1996. 429 p.

LIEBMANN, M. **Exercícios de arte para grupos**: um manual de temas, jogos e exercícios. São Paulo: Summus, 2000. 286 p.

LOURENÇO, O. T. **Reflexologia podal**: sua saúde através dos pés. São Paulo: Ground, 2002. 109 p.

MACIOCIA, G. **Os fundamentos da medicina chinesa**: um texto abrangente para acupunturistas e fisioterapeutas. São Paulo: Roca, 1996. 658 p.

MONARI, C. **Participando da vida com os florais de Bach**: uma visão mitológica e prática. 2. ed. São Paulo: Roka, 1997. 664 p.

PARONI, C.; PARONI, M. **Aprenda a ser feliz com os florais de Bach**. 3. ed. São Paulo: Prol, 2003. 176 p.

PRICE, S. **Aromaterapia e as emoções**: como usar óleos essenciais para equilibrar o corpo e a mente. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2002. 316 p.

RAMSELL, J. **Florais de Bach**: perguntas e respostas. Rio de Janeiro: Campus, 1998. 110p.

RUBIN, E.; FARBER, J. L. **Patologia**. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002. 1564 p.

SCHEFFER, M. **Terapia floral do Dr. Bach**: teoria e prática. 10. ed. São Paulo: Pensamento, 2004. 229 p.

SELLAR, W. **Óleos que curam**: o poder da aromaterapia. Rio de Janeiro: Nova Era, 2002. 270 p.

SHEN, P. **Massagem para o alívio da dor**: passo a passo. São Paulo: Manole, 1999. 144 p.

VON BARANOW, A. L. **Musicoterapia**: uma visão geral. Rio de Janeiro: Enelivros, 1999. 96 p.

WILLS, P. **Manual de reflexologia e cromoterapia**. 5. ed. São Paulo: Pensamento, 2006. 128 p.

WOOD, E. C; DE DOMENICO, G. **Técnicas de massagem de Beard**. 4. ed. São Paulo: Manole, 1998. 185 p

APÊNDICE A

Quadro 01 - Avaliação bioenergética dos *chakras* de N.S.A. ao longo do período de atendimento realizado no Centro de Práticas Naturais da Unisul.

Data	1° chakra	2° chakra	3° chakra	4° chakra	5° chakra	6° chakra	7° chakra
11/04	IA	IB	BL	BL	BL	SA	SM
18/04	IA	IM	BL	BL	BL	BL	SM
25/04	BL	BL	BL	BL	BL	BL	SM
27/04	BL	IB	BL	BL	BL	SB	SB
02/05	BL	IM	BL	BL	BL	SB	SM
03/05	BL	IA	BL	BL	BL	BL	BL
04/05	SB	BL	BL	BL	BL	SB	SA
09/05	SB	BL	BL	BL	BL	SM	SA
11/05	SB	IA	BL	BL	BL	SM	IM
16/05	SB	IM	IM	SA	SB	SM	IB

Legenda:

Escala classificativa da frequência vibratória da energia nos *chakras*: **SA** – sobreativo alto, frequência vibratória alta, excesso de energia; **SM** – sobreativo médio, frequência vibratória saudável; **SB** - sobreativo baixo, frequência vibratória pouco abaixo do saudável; **IB** – infrativo baixo, frequência vibratória baixa; **IM** – infrativo médio, frequência vibratória deprimida; **IA** – infrativo alto, frequência vibratória com consumo excessivo de energia; **BL** – bloqueado, frequência vibratória caótica, ora infrativo, ora sobreativo.

ANEXO A

Quadro 02 - Classificação dos efeitos da massagem e os principais efeitos desta prática para a psoríase (sublinhados). Adaptado de Cassar (2001); Wood e De Domenico (1998).

Tipos de Efeitos da Massagem			
Mecânicos	Fisiológicos	Reflexos	Psicológicos
<ul style="list-style-type: none"> Movimento de: <ul style="list-style-type: none"> <u>Linfa</u> <u>Sangue venoso</u> Secreções pulmonares Edema <u>Conteúdo Intestinal</u> Conteúdo de hematomas Mobilização de: <ul style="list-style-type: none"> Fibras musculares Massas musculares Tendões Tendões em bainha <u>Pele e tecido subcutâneo</u> <u>Tecido cicatricial</u> Aderências 	<ul style="list-style-type: none"> <u>Aumento da circulação sangüínea e linfática</u> <u>Aumento do fluxo de nutrientes</u> <u>Remoção dos produtos catabólicos e metabólicos</u> <u>Estimulação do processo de cicatrização</u> Resolução de edema e hematoma crônico Aumento da extensibilidade do tecido conjuntivo Alívio da dor Aumento do movimento das articulações Facilitação da atividade muscular Estimulação das funções autonômicas <u>Estimulação das funções viscerais</u> Remoção das secreções pulmonares Estímulo sexual <u>Promoção do relaxamento local e geral</u> 	<ul style="list-style-type: none"> Reflexo somático <u>Reflexo viscerocutâneo</u> Reflexo visceromotor Reflexo abdominal Reflexo abdominocardiaco 	<ul style="list-style-type: none"> <u>Relaxamento físico</u> <u>Alívio da ansiedade e tensão (estresse)</u> Estimulação da atividade física Alívio da dor Sensação geral de bem-estar (conforto) Estímulo sexual Fé em geral da deposição das mãos