



Meca Psicologia Aplicada

A Relação da Acupuntura na Saúde Física e Mental

Luana de Moraes

Costumo dizer aos meus pacientes, que nossa saúde física e mental andam de mãos dadas, e que para existir harmonia, precisamos do equilíbrio entre elas.

Vamos usar como exemplo os dias de hoje, onde vivemos correndo contra o relógio cheios de compromissos com o trabalho, com a família, pressões internas e externas. Todos esses fatores podem trazer desequilíbrios a nossa saúde como um todo. Como nesse e em outros casos, a acupuntura vem nos auxiliar na busca da harmonia corporal, emocional e energética.

A partir de 1970, tiveram início diversos estudos científicos no sentido de comprovar a eficácia da acupuntura. Em 1979, a Organização Mundial de Saúde (OMS) editou uma lista com 41 doenças que apresentaram excelentes resultados com o tratamento de acupuntura. Entre elas constam as afecções físicas, os distúrbios orgânicos, as desordens mentais e psicossomáticas.

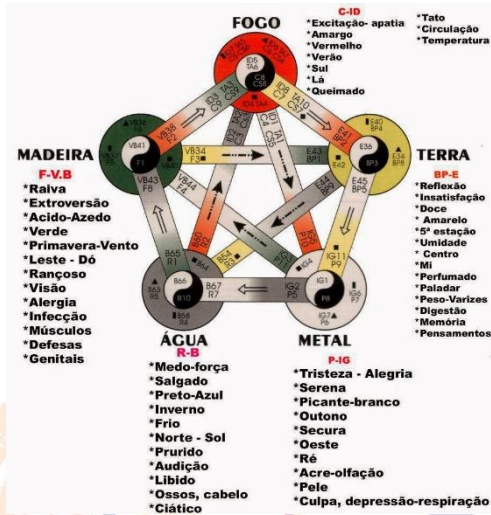
Segundo a tradição milenar chinesa, o ser humano constitui uma só entidade energética, e não é suscetível de ser dividido. O psiquismo não pode, portanto, em caso algum, ser dissociado do físico: ambos representam manifestações diferentes da mesma energia, eles seguem as mesmas leis e estão em interdependência completa, como as duas faces da mesma folha de papel. No caso de perturbações, seja do psiquismo ou do organismo, não se poderia, em absoluto, tratar de um sem referência ao outro.

Dra. Edilaine Moraes
CRP 06/60544-1

Geraldo Mendes de Campos
CRP 06/83746

Consultório Alphaville: Alam. Grajaú, 98 – 6º and, Edif. Pravda – Fone: (11) 2970-1700
Consultório São Roque: Av. Bandeirantes, 119 – Fone: (11) 4712-6342

Essa idéia é fundamentada no conceito taoísta de integração do homem com o todo, do organismo com a natureza, se baseando nas teorias do Yin Yang, os 5 Elementos e os 8 Princípios.



- Pentagrama dos 5 Elementos

O Pentagrama dos 5 Elementos pode nos ajudar a entender um pouco mais dessa inter-relação. Vamos usar como exemplo o Elemento Madeira, que em desequilíbrio, atinge o Fígado e a Vesícula Biliar, que é o órgão e a víscera relacionada a esse elemento. Podendo gerar sintomas emocionais, como irritação, agressividade e a raiva. Fisicamente pode gerar tensões e dores musculares, enxaquecas, inflamações, alergias, diminuição da nossa imunidade, entre outros. Além de atingir os outros elementos, modificando o funcionamento do organismo como um todo.

Essa imagem nos mostra, essa ligação do homem com o todo. Podemos ver que os elementos da natureza, ressoam com nossas emoções e com o nosso organismo. Esse equilíbrio do Yin Yang é essencial para manter o fluxo de energia, evitando excessos e deficiências que possam nos desarmonizar.



Meca Psicologia Aplicada

Então vamos nos cuidar, pois fazemos parte de um sistema, onde estamos inseridos no todo e o todo está inserido em nós. Devemos sempre buscar o equilíbrio, a harmonia e a coerência da nossa saúde física, mental e energética!

Luana de Moraes – Fisioterapeuta

Av. Anhanguera, 166, Jd. Bandeirantes – São Roque

(11) 4719-1517/ (11) 99749-6971



Meca

www.mecapsico.com.br

Dra. Edilaine Moraes
CRP 06/60544-1

Geraldo Mendes de Campos
CRP 06/83746

Consultório Alphaville: Alam. Grajaú, 98 – 6º and, Edif. Pravda – Fone: (11) 2970-1700
Consultório São Roque: Av. Bandeirantes, 119 – Fone: (11) 4712-6342