



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VERONESE, Liane. A prática da massagem terapêutica sob a ótica da psicologia corporal. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

1

A PRÁTICA DA MASSAGEM TERAPÊUTICA SOB A ÓTICA DA PSICOLOGIA CORPORAL

Liane Veronese

RESUMO

O tema visa demonstrar a diferença de visão que um profissional da saúde massoterapeuta/fisioterapeuta tem do corpo de um paciente que vem pra sessão com dor, de um profissional que adquire o conhecimento dos tipos de caráter e da bioenergética, modificando sua prática terapêutica para este mesmo atendimento. Abordará também como o desbloqueio das tensões e articulações no corpo físico, quando feitas de forma suave, auxiliam no desbloqueio emocional, tornando o paciente consciente de seu corpo em terapia.

Palavras-chave: Corpo. Dor. Fisioterapi., Massoterapia. Psicologia Corporal.

A Fisioterapia é uma área da medicina que pouco a pouco foi-se diferenciando e conquistando seu espaço dentro da reabilitação, e, ao longo dos anos, através de muita pesquisa e dedicação de profissionais comprometidos foram vencendo etapas para ganhar confiança e respeito da comunidade médica e da sociedade. O objetivo da Fisioterapia não é somente reabilitar uma pessoa nas diversas áreas da medicina (ortopedia, pneumologia, cardiologia, neurologia, pediatria, geriatria, ginecologia e obstetrícia, reumatologia, estética), como também prevenir lesões e problemas nas atividades de vida diária. Como ciência vem crescendo cada vez mais, se atualizando e interagindo com outras áreas, possibilitando ao paciente melhora mais rápida e eficaz em seu tratamento. Os recursos utilizados pela fisioterapia para promover a reabilitação de um paciente são: eletroterapia, mecanoterapia, cinesiologia e biomecânica entre outros, mas a que mais atua no corpo do paciente é a massoterapia que é muito antiga e como técnica é muito bem recebida pelos pacientes.

A massoterapia, que é a terapia através da massagem, também cresceu muito e pode ser considerada uma nova ciência que tem seus diversos ramos de atuação, a saber: a shantala (massagem indiana para bebês e crianças até nove anos), a ayurvédica (massagem indiana que se utiliza de óleos e pós



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

VERONESE, Liane. A prática da massagem terapêutica sob a ótica da psicologia corporal. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

2

especiais que liberam as toxinas do corpo, presas aos músculos e tecidos), o shiatsu (massagem japonesa que atua nos pontos do corpo onde passam os meridianos, os mesmos da acupuntura e contém a energia vital), a reflexologia (massagem que se orienta pelo mapeamento de todas as partes do corpo por zonas na planta dos pés), a drenagem linfática (massagem que atua sobre o sistema linfático para que escoe o líquido em excesso do corpo), entre outras que se pode citar. Todas as técnicas de massagem no âmbito geral tem como objetivo o alívio de dores, prevenção de doenças, devolver ao corpo a saúde e manter e equilíbrio físico-emocional.

Através da Psicologia Corporal pode-se compreender bem que no corpo (nos músculos, na pele, nas vísceras) estão contidas todas as emoções de uma pessoa. As experiências da vida são registradas no corpo e é através dele que se pode evoluir em um tratamento que apresente sintomas diversos sendo puramente físicos, psíquicos ou psicossomáticos. Para Bombana (2009) “O ser humano é psicossomático por constituição, ou seja, há uma interação profunda entre fatores orgânicos e psíquicos e, portanto, em tese pode-se considerar toda doença psicossomática”. Através da análise do conteúdo verbal trazido pelo paciente em cada sessão associado a um trabalho com o corpo leva a um resultado profundo, onde pode-se ressignificar os conteúdos e as sensações corporais e fazer com que o paciente se compreenda, se aceite, mude e naturalmente isso faz com que os sintomas físicos apresentados (cefaléia, fibromialgia, gastrite ou outros) desapareçam pouco a pouco.

Unificando o conhecimento destas três áreas: a fisioterapia, a massoterapia e a psicologia corporal torna-se mais fácil compreender que toda repressão da educação e tudo que os pais ou cuidadores repassam à criança é reproduzido posteriormente em idade adulta. Que o tipo de relacionamento que teve com os pais ou cuidadores faz com que uma criança desenvolva formas de agir e reagir na vida, e como reage a fatos e pessoas forma seu caráter segundo (Navarro, 1995).

Aprende-se também que o corpo reage se expandindo quando sente alegria e prazer, e se contrai quando sente medo, angústia, desprazer. (Lowen, 1990). A cronicidade das contrações musculares ao longo dos anos chama-se



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

3

VERONESE, Liane. A prática da massagem terapêutica sob a ótica da psicologia corporal. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

couraça muscular, que é formada a partir de uma couraça primeiramente psíquica. Segundo Volpi & Volpi (2002), as couraças musculares foram mapeadas por Reich após a compreensão de que o corpo, mente e emoções estavam interligados pelo sistema neurovegetativo e se localizam no corpo em sete segmentos na região dos olhos, boca, pescoço, peito, diafragma, umbigo e pelve.

No corpo permanecem cargas de tensão que ao longo da vida foram-se acumulando e que necessitam ser eliminadas, expressadas, colocadas para fora para que não virem doença. Mas como eliminar estas cargas tensionais que se formaram e permanecem advindas de emoções represadas e contidas no corpo?

Como a massagem é uma via de atuação diretamente corporal pode-se realizar através do toque a liberação de emoções represadas solicitando ao paciente que respire fundo e entre em contato com a tensão e com as sensações que advém dela. O toque do terapeuta ajuda o paciente a se perceber e tomar consciência do que está guardando ou prendendo. A energia que circula pelo corpo fica bloqueada nas regiões de maior tensão e o toque descomprime o bloqueio, melhorando o fluxo sanguíneo e energético. O sentido da massagem geralmente é feito da cabeça para os pés (céfalo-caudal) respeitando as couraças (psíquica e muscular) para eliminar as cargas emocionais e tensionais. O fato de respirar conscientemente deixa a pessoa no momento presente, o que diminui a ansiedade e acalma. O contorno que é dado ao corpo com as mãos, através de deslizamentos firmes e gentis, em cada articulação, imprime um novo registro de cuidado, o que gera a sensação de segurança, permitindo ao paciente uma entrega, um abandono do controle, pelo menos por algum tempo. A pressão exercida sobre as regiões de maior tensão são realizadas primeiramente de forma superficial.

À medida que o tecido vai se familiarizando com o toque, pode-se aprofundar a pressão, mas sempre levando em conta a dor que o paciente sente no momento. Fazendo esta conexão com o tecido tenso torna-se bem mais fácil uma resposta de relaxamento do que pressionar sobre a dor de forma intensiva.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

4

VERONESE, Liane. A prática da massagem terapêutica sob a ótica da psicologia corporal. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

Para auxiliar no processo de descarga emocional, durante a própria sessão de massoterapia pode-se usar os recursos da psicologia corporal como os actings da vegetoterapia, que são movimentos que liberam as tensões das couraças musculares ou mesmo exercícios de bioenergética como colocar uma almofada sob as costas com os braços abertos para que a energia se escoe, saia do corpo. Segundo Lowen (1966), “tornar consciente o ódio, a culpa, expressar a hostilidade reprimidas se restaura a capacidade de sentir prazer, a tonicidade normal do corpo”. Com isso tem a possibilidade também de recuperar a sua graciosidade.

Na massoterapia como em outras terapias corporais o contato com o próprio corpo pode ser resgatada, nutrida, validada. Enquanto o paciente é estimulado a trabalhar de dentro para fora, a massagem atua de fora para dentro, auxiliando no processo de catarse e flexibilização dos tecidos e integração do indivíduo como um todo.

Cada uma das três ciências abordadas, atuando isoladamente, tem um resultado. Atuando em conjunto, permitem um resultado terapêutico muito eficaz e profundo, integrando o paciente para a vida de forma plena. Vida sentida em seu próprio corpo.

REFERÊNCIAS

BOMBANA, J. A. **Emoções que afetam a saúde**. São Paulo: Escala revista Viva Saúde n.71, março/2009

NAVARRO, F. **Caracterologia Pós-Reichiana**. São Paulo: Summus, 1995.

LOWEN, A. **A espiritualidade do corpo**. Bioenergética para a beleza e a harmonia. São Paulo: Cultrix, 1990.

VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. **Crescer é uma aventura!** Desenvolvimento emocional segundo a psicologia corporal. Curitiba: Centro Reichiano, 2002.

LOWEN, A. **O ritmo da vida**: uma discussão da relação entre prazer e as atividades rítmicas do corpo; o espectro das emoções. Uma hierarquia de funções, 2, 1966. Nova Iorque.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

5

VERONESE, Liane. A prática da massagem terapêutica sob a ótica da psicologia corporal. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

AUTORA

Liane Veronese/PR - Fisioterapeuta, Massoterapeuta, Psicomotricista Relacional, pós graduada em Educação em Valores Humanos, diretora da Clínica de fisioterapia Toque Vital e está cursando Especialização em Psicologia Corporal, no Centro Reichiano, Curitiba/PR.

Email: liane@toquevital.com.br

