



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ARAUJO, Marina Venturini; VOLPI, José Henrique. "Ser" biopsicovirtual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm> Acesso em: ____/____/____.

“SER” BIOPSIKOVIRTUAL

Marina Venturini de Araujo
José Henrique Volpi

RESUMO

Os efeitos da Tecnologia em nosso cotidiano têm sido constantemente discutidos em nossa sociedade, já que vinculamos os aparelhos eletrônicos a diversas atividades diárias. A exposição excessiva às telas está revelando consequências danosas ao nosso organismo no âmbito físico, psicológico e social. Sob o olhar da Psicologia Corporal, vamos discutir a relação entre o abuso da Tecnologia e comportamentos típicos relacionados a esse quadro.

Palavras-chave: Abuso de TI's. Dependência tecnológica. Geração Digital. Psicologia Corporal. Tecnoestresse.

O ser humano é um indivíduo ótico, ou seja, se orienta pelo estímulo da visão desde muito cedo. Os olhos são nossos principais instrumentos de contato, comunicação e interpretação dos estímulos ao redor. Percebendo essa evidência, as empresas de comunicação e propaganda investem em anúncios e banners chamativos e os exageros vão ganhando forma no dia a dia. Sabemos que a quantidade de estímulos visuais não para por aí, estamos na era dos aparelhos eletrônicos, apegados com TVs, computadores, *tablets*, *smartphones* e celulares.

O uso excessivo dos aparelhos eletrônicos já tem sido estudado e discutido por alguns autores. Escutamos notícias sobre seu impacto na saúde dos olhos, desvios de ângulos, ressecamento; prejuízos osteoarticulares; desequilíbrios do ciclo de sono e vigília; desregulações hormonais; riscos para uma sexualidade prematura e distorcida contemplando ocorrência de *sexting*¹, *grooming*², pedofilia, abuso sexual virtual e /ou real; exposição ao *cyberbullying*³; dependência tecnológica; transtornos alimentares; sedentarismo e obesidade; comprometimentos neurológicos (epilepsia fotossensível e TDH); atrofia cognitiva infantil causada por estímulos inadequados a fases de desenvolvimento (ABREU; EISENSTEIN; ESTEFENON, 2013). Porém, quando se fala em aspectos psicológicos resumimos os

¹ Mensagens sexuais, textos curtos e diretos com ou sem imagem de teor sexual.¹

² Sedução e manipulação psicológica a fim de estabelecer uma relação de dependência emocional e iniciar um relacionamento de cunho sexual.

³ Comportamento de *bullying* envolvendo a tecnologia digital



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ARAUJO, Marina Venturini; VOLPI, José Henrique. "Ser" biopsicovirtual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm> Acesso em: ____/____/____.

comentários nas palavras ansiedade e depressão, logo, este artigo pretende somar outras informações e análises relacionadas ao excesso visual e digitalização da vida.

Para esclarecer essa perspectiva, tomamos como base os estudos de Wilhelm Reich (1995), que ao estudar o funcionamento do psiquismo observou a ligação e interferência do corpo físico e seu funcionamento na organização emocional. Concluiu que mente e corpo são linguagens de um mesmo sistema, o ser humano, e se correlacionam intensamente. Procurando mais conteúdo para suas observações, passou a investigar as características da energia psíquica (libido), assunto bastante enfatizado em sua prática como psicanalista. Identificou a partir de testes, que o estímulo libidinal é uma energia bastante concreta e se apresenta no organismo pelo seguinte movimento: A tensão mecânica (contração) gera uma carga energética, que ao ser descarregada determina um relaxamento mecânico (expansão). Assim acontece por exemplo no movimento de seres primários (ameba), no metabolismo celular, no ato de respirar, no estímulo da fome, no reflexo do orgasmo e outros. Portanto, Reich concluiu que todo movimento orgânico segue essa lógica (contração e expansão), como um ritmo universal. A estagnação dessa pulsação comprometeria o funcionamento de qualquer sistema levando-o ao desequilíbrio. Focando no sistema corporal do homem, Reich mapeou sete segmentos corporais, são eles: segmento ocular, oral, cervical, torácico, diafragmático, abdominal e pélvico. Quando esses segmentos são afetados pela estagnação geram o que Reich nomeou de "courageira", impedindo o fluxo vital e enfraquecendo o organismo como um todo, pois em todo movimento humano está implícito uma união de fenômenos energético (carga e descarga), físicos e emocionais. Junto a esse entendimento, Wilhelm Reich e posteriormente Ola Raknes e Federico Navarro, relacionaram esses segmentos corporais aos seus correspondentes psicológicos e comportamentais; complementando a teoria do desenvolvimento psicofísico infantil. (VOLPI; VOLPI, 2003; 2008)

Iniciamos nossas formações psíquicas na infância, no entanto, durante nossa trajetória (adolescência, adultos e idosos) continuamos dosando e interferindo em nossa estrutura psicológica através do nosso estilo de vida e nossos hábitos. Entendendo o excesso visual como uma prática instalada em nosso cotidiano, não seria possível que estivéssemos exigindo abusivamente de alguns segmentos corporais e gerando reações físicas e psíquicas sem nos darmos conta desta correlação?

No respectivo artigo, interessa apresentar com mais detalhes o segmento ocular, entendendo que esta seria uma das regiões estimulada para decifrar infinitas informações disponibilizadas através comunicação visual e aparelhos eletrônicos. O segmento ocular é



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ARAUJO, Marina Venturini; VOLPI, José Henrique. "Ser" biopsicovirtual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm> Acesso em: ____/____/____.

denominado como o primeiro nível corporal e é constituído pelos seguintes sistemas: ocular, auditivo, olfativo, gustativo, tátil (pele) e neurológico (cérebro). Ao estudarmos o desenvolvimento infantil, o segmento ocular é o primeiro nível a ser estruturado, pois o feto e o recém-nascido já utilizam seus órgãos sensoriais para reconhecer o mundo interior e exterior. Durante a gestação o feto percebe o som, impactos e movimentos, estímulos luminosos e olfativos. Nos primeiros dias de vida, o bebê entra em contato com seu meio através do olhar, ouvir, cheirar, degustar, tocar e ser tocado. Para um bom encaminhamento de seus sentidos e conseqüentemente um bom senso preceptorial e interpretativo, o bebê deveria experimentar sensações orgânicas agradáveis, pois situações desagradáveis podem interferir em seu desenvolvimento natural, originando "bloqueios" (energéticos, musculares e emocionais) como forma de defesa a um meio hostil (NAVARRO, 1995a).

O bloqueio do primeiro nível (segmento ocular) congela o desenvolvimento natural do indivíduo e passa a alimentar um comprometimento psíquico, denominado núcleo psicótico. Pelo estudo da psicologia corporal, como já visto antes, diversos órgãos importantes estão relacionados com o segmento ocular e o stress desses sistemas não só atinge a esfera física mas também acaba modificando âmbitos emocionais. Essas mudanças psicológicas estarão relacionadas ao senso de realidade e percepção (distorções, delírios, paranoias e alucinações), interferências no contato pessoal: busca pelo isolamento ou pouco contato, dificuldade de foco e clareza, fragmentações do pensamento e fala, amortecimento da percepção corporal e expressiva, identidade desorganizada: risco de desconstrução e fragilização do eu, potencialização do sentimento de medo, insegurança e agressividade. Quando esse bloqueio ocular ocorre precocemente pode causar comprometimentos severos. Se ocorrer na gestação, surge a hipótese de quadro de autismo e durante os primeiros dias de vida proporciona transtornos como: psicose, esquizofrenia, melancolia e epilepsia (NAVARRO, 1995b).

A geração que acompanha as novidades Tecnológicas, ficou popularmente conhecida como Geração Digital ou Virtual. No entanto, a 'virtualidade' não é um conceito novo ao ser humano, alias, somos indivíduos 'virtuais' antes mesmo dos aparelhos eletrônicos existirem; pois necessitamos de abstração para conseguirmos construir as imagens e os pensamentos. A partir desse funcionamento cognitivo podemos criar realidades 'virtuais' simultaneamente a realidade física, assim como fazemos no meio digital. Porém, antes mesmo dos TI's serem incorporados à nossa rotina, começamos um jogo perigoso; consideramos exageradamente nossa realidade 'virtual' (imagens e pensamentos) e desconsideramos nossa realidade corporal.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ARAUJO, Marina Venturini; VOLPI, José Henrique. "Ser" biopsicovirtual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm> Acesso em: ____/____/____.

Nada é mais concreto que nossas sensações orgânicas para também nos identificarmos como indivíduos e construirmos nossa realidade. Sem o contato afinado com nosso próprio corpo (sensações, sentimentos e atitudes corporais), nos desligamos de nossa natureza básica, perdemos o senso de identidade, autocuidado e responsabilidade, nos tornamos enfraquecidos e muito suscetíveis a qualquer tipo de alienação e adoecimento (LOWEN, 1979).

Alienados e enfraquecidos desde o berço, nos apresentamos como alvo fácil para mídias tecnológicas e outros abusos. O contato humano é um princípio muito importante para nos estruturarmos de maneira saudável. O primeiro contato é com o corpo materno e neste momento tão precoce, gestação e primeira infância, ainda não nos reconhecemos como indivíduos, não temos nossa identidade delineada; será o contato com o outro que irá florescer e fortalecer o contato consigo e estruturar a formação do "eu" saudável. Substituir o contato humano, na dosagem que estamos habituados a fazer, por objetos "práticos e seguros" – mamadeira, chupeta, berço, andador, chiqueiro, móvel, tecidos modernos, babá eletrônica, T.V., *tablet*, celular e outros – se torna uma irresponsabilidade (LOWEN, 1983).

Quando falamos em saúde, é importante considerarmos não apenas a qualidade de nossas sensações e pensamentos, mas também a quantidade (velocidade) em que estamos construindo tudo isso. Com a evolução tecnológica otimizamos nossas atividades diárias, tornando tudo mais prático e veloz. Hoje, temos acesso a uma grande quantidade de informações em curtos espaços de tempo e somos provocados a preencher nosso tempo livre com ainda mais atividades. Esse ritmo não só contagiou nossas práticas e nosso habitat, mas também alterou âmbitos internos, promovendo consequências graves a saúde física e emocional dos adultos e dos pequenos por eles educados (CURY, 2014).

Pensar é bom, pensar com consciência crítica é melhor ainda, mas pensar excessivamente é uma bomba contra a qualidade de vida, uma emoção equilibrada, um intelecto criativo e produtivo. (CURY, 2014, p. 98).

A construção de pensamentos é multifocal, ou seja, não depende apenas de fenômenos conscientes ou autocontroláveis, mas também resulta de atividades inconscientes como a memória RAM e o Auto Fluxo, que registram involuntariamente tudo que entramos em contato e possibilitam a abstração e a associação de ideias. As sensações e interpretações desses milhares estímulos que recebemos, provoca uma dose extra de ansiedade a fim de acelerar o ritmo orgânico e hiperproduzir pensamentos para dar conta da demanda atual. A ansiedade é um processo vital para nosso organismo, pois funciona como um combustível natural que nos



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ARAUJO, Marina Venturini; VOLPI, José Henrique. "Ser" biopsicovirtual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm> Acesso em: ____/____/____.

estimula ao movimento, no entanto, quando fora de proporção, se transforma em uma ansiedade asfixiante, iniciando vários transtornos à saúde integral (CURY, 2014).

O culto ao raciocínio lógico-científico, a desvalorização do corpo como sujeito, pecaminoso ou inferior dito por filosofias religiosas e a terceirização dos cuidados humano pelos cuidados materiais/objetos, estimulam a desconexão com a realidade corporal e promovem a "virtualidade", tornando-nos cada vez mais conectados a imagens, pensamentos e objetos, elencando necessidades e satisfações que se relacionam apenas com nosso âmbito "virtual" (cognitivo e materialista), e desnutridos em nossas necessidades corporais e humanas. A "virtualidade" é algo inerente ao ser humano, já que somos indivíduos pensantes e capazes de abstrair de nossa realidade física, mas precisamos questionar e rever os hábitos, pois somos mais que um ser racional e necessitamos do cuidado integral. Somos "virtuais", mas também energéticos, biológicos, psíquicos e sociais. Somos singulares.

REFERÊNCIAS

ABREU, C. N.; EISENSTEIN, E.; ESTEFENON, S. G. B. **Vivendo esse mundo digital**: impactos na saúde, na educação e nos comportamentos sociais. Porto Alegre: Artmed, 2013.

CURY, A. **Ansiedade**: como enfrentar o mal do século. São Paulo: Saraiva, 2014.

LOWEN, A. **O corpo em depressão** – as bases biológicas da fé e da realidade. São Paulo: Summus, 1983.

LOWEN, A. **O corpo traído**. São Paulo: Summus, 1979.

NAVARRO, F. **Somatopsicodinâmica** – sistemática reichiana da patologia e da clínica médica. São Paulo: Summus, 1995a.

NAVARRO, F. **Caracterologia pós-reichiana**. São Paulo: Summus, 1995b.

REICH, W. **Análise do caráter**. São Paulo: Martins Fontes, 1995.

VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. **Reich**: da Psicanálise à Análise do Caráter. Curitiba: Centro Reichiano, 2003.

VOLPI, J. H. e VOLPI, S. M. **Crescer é uma aventura!** Desenvolvimento emocional segundo a Psicologia Corporal. Curitiba: Centro Reichiano, 2008.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ARAUJO, Marina Venturini; VOLPI, José Henrique. "Ser" biopsicovirtual. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.) CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XXII, 2017. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2017. [ISBN – 978-85-69218-02-9]. Disponível em: <www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.> Acesso em: ____/____/____.

AUTORA e APRESENTADORA

Marina Venturini de Araújo / Bauru / SP / Brasil

Psicóloga (CRP-06/109596) pela UNESP/Assis-SP, Especialização em Psicologia Corporal (Centro Reichiano/Curitiba-PR), Psicóloga clínica e facilitadora de dinâmicas em grupo.

E-mail: venturini.araujo@gmail.com

ORIENTADOR

José Henrique Volpi / Curitiba / PR / Brasil

Psicólogo (CRP-08/3685), Analista Reichiano, Especialista em Psicologia Clínica, Anátomo-Fisiologia, Hipnose Eriksoniana e Psicodrama. Mestre em Psicologia da Saúde (UMESP), Doutor em Meio Ambiente e Desenvolvimento (UFPR). Diretor do Centro Reichiano-Curitiba/PR.

E-mail: volpi@centroreichiano.com.br