

# Doenças Psicossomáticas

*Sintoma: espelho da alma. O corpo se manifesta, fala descarrega e protege por meio do seu próprio adoecimento*

**E**m 1890 o pai da psicanálise, Sigmund Freud, acreditava que os conflitos psíquicos inconscientes eram transferidos para a esfera somática, sob forma de sintomas, tais como falta de ar, cegueira e outras doenças. Essa concepção ganhou evolução por diversos estudiosos da psicologia humana, em que se verificou que os sintomas das doenças eram expressos por meio de conflitos inconscientes

Dessa forma, ganhou-se a compreensão de que a psicossomática estaria ligada diretamente à genética, tratando-se, portanto, de um método de trabalho ou uma atitude do médico perante o doente e a doença. Essa concepção foi tendo um papel de humanização na medicina, envolvendo também a psiquiatria, com a descoberta de relações de significados psicológicos, os chamados "motivos" nos quadros clínicos, tornando possível, de acordo com o seu precursor Jaspers, estabelecer as relações de causa e efeito, explicando-se assim os significados e a associação das doenças.

Com essa nova descoberta, o tratamento deveria se constituir em seguir a pista das fantasias reprimidas e trazê-las de volta à consciência, de onde tinham sido expulsas. Mediante essa definição, passou-se finalmente a se compreender que, para falarmos em psicossomática, é necessário levarmos em conta o indivíduo como um todo, respeitando o seu estado mental, biológico e social.

Quando pensamos em psicossomática, torna-se quase impossível não falarmos de Jung e sua teoria do inconsciente coletivo, seus arquétipos e símbolos, correspondendo à poderosa massa psíquica herdada da evolução da humanidade e renascida em cada estrutura individual, manifesta por meio dos sonhos, dando origem aos mitos e símbolos da história da humanidade. O ser humano traria assim uma memória emocional que se constituiria numa bagagem para a elaboração de seus con-

flitos. Dessa forma, seus aspectos como um todo (morais, biológicos, sociais e espirituais) poderiam influenciar seu comportamento, e todo este aspecto contribuiria para adoecê-lo ou curá-lo, torna-lo feliz ou infeliz, fazendo-o com que ame ou odeie, etc.

Desejamos e queremos sempre o melhor, e, quando não o temos, sofremos por isso.

Mas há de se ter muito cuidado quando nos referimos à medicina, pois esta muitas vezes leva o indivíduo à alienação da dor, e com a supermedicalização desta o ser humano tende a retirar de si a participação e responsabilidade sobre sua saúde. A dor representa para o médico um instrumento a serviço do diagnóstico, dando a este a oportunidade de descobrir qual a harmonia perdida e que conseqüentemente levou ao desencadeamento daquela doença.

O corpo se manifesta, fala, descarrega e protesta por meio de seu próprio adoecimento. Então, para alcançarmos o equilíbrio perdido e, conseqüentemente,

a cura, é preciso entrar em contato com o nosso "eu" interior, despertar nossos conteúdos internos para a vida e, acima de tudo, resgatar o amor próprio.

A doença é, por fim, como uma "trama" simbólica, na qual os sintomas mostram o que vai além da consciência e da alma do paciente.

A doença é algo saudável, é o caminho que necessitamos trilhar para atingirmos a cura ou a saúde, por meio dela podemos entrar em contato com nossa essência, com nossa procura pela vida. A partir dessa reflexão temos a possibilidade de sermos mais sadios e equilibrados. A psicoterapia é um meio de auxiliar no resgate e encontro desse equilíbrio e harmonia anteriormente perdidos.

Podemos agora observar melhor, com exceção das doenças hereditárias, que estamos propensos a várias doenças psicossomáticas que para nós e para a medicina é de difícil identificação.

Vejamos, a seguir, algumas doenças e suas causas emocionais:

Doença	Causa Emocional
Anorexia/Bulimia	Raiva de si mesmo; negação da vida; autodestruição
Alergias	Sensação de incômodo; repelimento de algo
Ansiedade	Insatisfação; incertezas; dúvidas; futuro incerto
Asma	Sofrimento, insatisfação, angústia
Câncer	Ressentimento; desilusão; perda; luto
Coluna (problemas)	Incapacidade de se apoiar; falta de confiança na vida
Depressão	Raiva da vida; fuga; luto; tristeza; amargura
Enxaqueca	Desejo de controlar; repressão
Gastrite	Dificuldade para lidar com aborrecimentos
Gripe	Conflitos; desespero; incômodo
Reumatismo	Amargura; vitimização
Vícios	Fuga

O crescimento pede caminhos muitas vezes difíceis, mas temos a certeza de que no amor o espelho destas almas será melhor refletido, pois o amor modifica pessoas, sintomas e transforma tudo em positivo e sublime quando busca a vida.