

Reflexões sobre as relações entre duas metodologias de terapia manual e a imagem corporal

Andrea Amaral Castillo, Maria da Consolação G.C.F.Tavares

Introdução

O componente de atenção e conhecimento do próprio corpo é determinante na construção da identidade do indivíduo (Campana e Tavares, 2009). A Imagem Corporal pode ser considerada como a representação mental da identidade corporal sendo esta estruturada e influenciada pelos aspectos fisiológicos, psicológicos, culturais e sociais (Schilder, 1999).

Algumas técnicas e métodos específicos de abordagem corporal buscam compreender o indivíduo para além dos aspectos fisiopatológicos focando principalmente o sujeito que habita o corpo a ser tratado. É comum as pessoas procurarem por um trabalho de terapia manual como um meio de diminuir o stress, a ansiedade, as dores do corpo e ajustes na postura.

A proposta deste estudo é apresentar duas metodologias de terapia manual que trazem em sua concepção o olhar para o indivíduo de forma mais integrada e refletir sobre o papel destas no processo de desenvolvimento da Imagem Corporal. Foram escolhidas “Cadeias Musculares e Técnicas de G.D.S. (Godelieve Denys-Struyf).” e “Coordenação Motora” pela nossa formação teórica e experiência profissional.

Metodologia

O trabalho consiste de duas partes: 1. Apresentação do histórico, conceitos e princípios das técnicas “Cadeias Musculares e Técnicas de G.D.S.” e “Coordenação Motora”; 2. Reflexão sobre a relação dessas abordagens de terapia manual no processo de desenvolvimento da Imagem Corporal.

Cadeias Musculares e Técnicas de G.D.S. (Godelieve Denys-Struyf)

O método de Cadeias Musculares e Técnicas de G.D.S. foi desenvolvido por Godelieve Denys-Struyf entre as décadas de 60 e 70 na Bélgica. Godelieve acreditava que cada corpo é capaz de reagir diferentemente a uma mesma patologia. Desta forma não se satisfazia com as “receitas” de tratamento, prescritas no meio acadêmico de sua época. Acreditava ainda que cada

patologia está associada à pulsão global do indivíduo. Esta pulsão determina gestos preferenciais que por sua vez constituirão a tipologia do indivíduo. A partir desta visão ela propõe cinco tipologias humanas isentas de valorização e não definitivas uma vez que elas refletem apenas momentos da vida de uma pessoa. Godelieve enfatiza que não existem técnicas boas ou más, mas sim uma prescrição adequada e adaptada individualmente. Para isso é fundamental o treinamento profissional de OLHAR para o outro em sua forma, em seu movimento, em sua atitude.

O termo “Cadeias Musculares” refere-se ao conjunto articular e muscular prolongado pelas aponeuroses de forma organizada que unifica o corpo da cabeça aos pés. Essas cadeias então formam grupos psiconeuromusculares que se comportam conforme a expressão corporal, gestual e postural de cada um. Uma vez que estes grupos perdem sua capacidade flexível geram tensões musculares permanentes que tracionam o tecido conjuntivo levando a desvios nas articulações. Em outras palavras, na visão de G.D.S., pensamentos e emoções colocam o corpo em estado de prontidão para uma ação ou expressão, mesmo quando esta é inibida, gerando linhas de tensão ao longo do corpo que determinarão as marcas que caracterizam uma tipologia. Desta forma o corpo é um meio de comunicação cujas mensagens gestuais e posturais precisam ser decifradas pelo olhar do terapeuta para se estabelecer um diálogo (verbal e não verbal) principalmente quando a palavra está ausente, viciada ou doente (Denys-Struyf, 1995).

Trata-se de um método de tratamento preventivo e curativo de leitura da postura, da forma e do gesto do corpo para delimitar o terreno psicomotor e fisiológico que por sua vez determinarão os meios de abordagem mais adequados ao sistema motor específico. Tem como objetivo promover o funcionamento harmonioso do corpo respeitando a tipologia de cada um. Para isso utiliza uma diversidade de técnicas como ajustes osteoarticulares, modelagens, harmonização de tensões musculares (accordage), manobras que associam contrações isométricas e alongamentos, massagens profundas (mecânicas), leves (energéticas) e principalmente reflexas, dinâmicas psicocomportamentais que levem à construção de imagens mais justas de seu próprio funcionamento. Por fim, através da abordagem G.D.S. é possível

ensinar estratégias psico-corporais de prevenção ou contribuir para a cura do organismo “doente”.

Coordenação Motora (S. Piret e M.M.Béziers)

Desenvolvido também entre as décadas de 60 e 70 na França, o método surgiu na época de transição do conceito corpo – máquina (dicotomia entre corpo e mente) para corpo vivenciado. Nos anos 60 surge a cultura do corpo na Europa incrementando a indústria dos cuidados corporais, biometrias, dietas refinadas e o grande avanço das cirurgias plásticas. Na fisioterapia surgem ginásticas capazes de liberar mecanismos “emperrados”, mas encontrava seu fracasso por falta de uma visão integrada do corpo como lugar de troca e relação. Por outro lado psicólogos e psiquiatras não eram capazes de perceber que alguns problemas de comportamento ou atitude de seus pacientes podiam ser explicados em parte por uma coordenação motora deficiente necessitando de uma abordagem além do tratamento psíquico ou farmacológico. Assim era possível perceber que as perturbações motoras implicavam em conhecimentos além da anatomia e fisiologia humanas.

Surge então o método de Coordenação motora que ressalta a importância da participação do indivíduo no processo terapêutico para modificar a imagem que ele tem de seu próprio corpo contribuindo para aquisição de uma nova maneira de utilizá-lo. Segundo Piret e Béziers (1992) a partir de seus estudos principalmente com bebês, há um movimento, dentro da variedade dos movimentos normais, inscrito na anatomia humana como um movimento de base que foi chamado por ela de “Movimento Fundamental”. Assim apresenta como princípios da Coordenação Motora que os movimentos essenciais (como a preensão e o andar) se baseiam no enrolamento e endireitamento do corpo que constituem os fatores do movimento (a tensão, orientação, complexidade, equilíbrio e unidade), como uma propriedade essencialmente humana. Não é necessária grande força muscular para se manter em pé de forma estável, mas antes um equilíbrio adequado, pois mais importante do que tonificar é colocar os músculos em posição adequada para que o equilíbrio entre eles aconteça espontaneamente.

Para isso o método se utiliza de manobras de estimulação cutânea e muscular manual, movimentos elípticos sobrepostos apoiados na biomecânica de encaixes e deslizamentos de elementos articulares esféricos e

posicionamentos capazes de colocar os músculos em estado de comprimento justo para a função em equilíbrio. Outro aspecto importante é a repetição do movimento (seja ativo como passivo) com o objetivo de despertar a imagem sensorial do movimento tornando-a mais precisa. A partir daí o movimento surge de forma espontânea com mínimo gasto energético e mais harmonioso.

Reflexão sobre a relação dessas abordagens de terapia manual no processo de desenvolvimento da Imagem Corporal

Este trabalho traz de forma sintetizada duas metodologias de intervenção corporal que apresentam em comum o sujeito enquanto o foco da abordagem. A perspectiva desses trabalhos corporais incrementa a promoção de maior conhecimento do próprio corpo e percepção de seus limites e possibilidades. As pessoas que experienciam essas práticas corporais relatam uma maior apropriação de si mesmos percebendo-se como os próprios condutores de seu corpo. Num estudo realizado com pacientes com lombalgia não específica, os resultados demonstram uma melhora persistente após seis (6) meses de tratamento com G.D.S. (Arribas et al, 2009).

Para tanto a capacidade do profissional em OLHAR, para acolher e reconhecer a subjetividade dentro da especificidade humana fornece o subsídio para estabelecer uma forma individualizada de TOCAR. Surge então, um meio de comunicação numa linguagem tônica capaz de evocar sensações e percepções que constituirão em novas representações. O sucesso dessas metodologias se apóia numa formação específica e diferenciada de profissionais que atuam diretamente com o corpo principalmente na área do movimento e da atividade física trazendo inúmeros benefícios em todos os aspectos aos quais o indivíduo está inserido.

Conclusão

A abordagem individualizada e a formação pessoal do professor/terapeuta são aspectos importantes a serem considerados quando se busca o desenvolvimento da Imagem Corporal no contexto de práticas corporais.

Referências

Arribas, M.J.D. et al. *Effectiveness of the Physical Therapy Godelive Denys-Struyf Method for Nonspecific Low Back Pain Primary Care Randomized*

Control Trial. SPINE V. 34, N. 15, pp 1529–1538, Lippincott Williams & Wilkins, 2009.

Campana, A.N.N.B.; Tavares, M.C.G.C.F. *Avaliação da Imagem Corporal – Instrumentos e Diretrizes*. São Paulo: Phorte, 2009.

Denys-Struyf, G. *Cadeias Musculares e Articulares – O Método G.D.S*. São Paulo: Summus, 1995

Piret, S.; Béziers, M. M. *A Coordenação Motora – Aspecto Mecânico da Organização Psicomotora do Homem*. 2ª ed. São Paulo: Summus, 1992

Schilder, P. *A Imagem do Corpo – As energias construtivas da psique*. São Paulo: Martins Fontes, 1999