

REABILITAÇÃO BIO-PSICO-SOCIAL (*) (**)

Nós, como seres humanos, somos formados por três aspectos predominantes que são o físico, a mente e o espírito, compreendendo que este último é o responsável pelos princípios, orientações e informações que determinam a interação e funcionamento equilibrado do físico e da mente. A medicina comprova que grande parte (aproximadamente 80%) das enfermidades ou disfunções físicas podem ter a sua origem em desacertos e desequilíbrios emocionais – são as doenças psicossomáticas. Da mesma forma também existem as doenças que são causadas pelas alterações hormonais e desequilíbrios químicos metabólicos que produzem mudanças de humor e de comportamento. Temos também a interferência provocada por lesões físicas e mentais que comprometem o funcionamento de algum órgão ou membro do corpo, despertando sentimentos e comportamentos de incapacidade e baixa auto-estima. Desta forma, o físico e o emocional interagem entre si constantemente produzindo uma condição dinâmica de funcionamento do organismo como um todo, determinando uma vida saudável, alegre, com disposição, prosperidade ou uma vida de enfermidades, desânimo, depressão, insegurança e derrota. Como encontrar e aplicar princípios, orientações e informações que sejam capazes de nos impulsionar a uma condição de reestruturação física e emocional, visto que esses parâmetros variam muito de um grupo social para outro, dependendo da cultura, educação, hábitos, costumes, comportamentos e outros fatores?

Os conceitos apresentados nas nossas palestras foram objeto de estudo de vários profissionais da área da saúde no Brasil e no exterior, em clínicas particulares e hospitais comprovando a sua validade e aplicabilidade não só na prevenção de doenças, fortalecimento dos relacionamentos, estruturação familiar, profissional, como também nos processos de **reabilitação** em todas as áreas.

Podemos afirmar que a maior parte das disfunções físicas e emocionais vem de **comportamentos inadequados** que geram dificuldade e quebra de **relacionamentos**. Como um exemplo comum podemos citar o fato de que muitas pessoas têm um comportamento perfeccionista ao extremo, querem tudo certinho, arrumadinho, não se permitem errar em nada e cobram de si mesmas e dos outros. Geralmente são pessoas exigentes, intolerantes, dificilmente delegam funções, pois não confiam nos outros, mantêm tudo com rédea curta, sob controle e vivem num clima de guerra. Como o mundo em que vivemos não é perfeito, ao contrário, com muitas falhas, a vida dessas pessoas é uma constante cobrança e decepção. Esses sentimentos podem não somente provocar uma série de alterações no seu físico, tais como intestino preso, gastrites, úlceras, artrites, dermatites e outros, mas principalmente dificuldades de convivência e de relacionamento que influenciam muito em um **processo de reabilitação**.

Avaliando vários exemplos, podemos dizer que a maior deformação, a maior deficiência do ser humano ocorre no seu emocional, na sua mente, principalmente durante a sua formação e educação. Os valores adquiridos, os traumas sofridos, as privações, as opressões, as frustrações, as rejeições, determinam o modo com que a pessoa vai enfrentar os desafios diários e como isso vai contribuir na sua reabilitação, no seu desenvolvimento pessoal e profissional.

A área prioritária a ser tratada é a nossa **mente, a nossa alma**, e para isso devemos remover todas as contaminações causadas pelos sentimentos que “travam” nosso desenvolvimento global. Devemos desenvolver comportamentos que gerem sentimentos de paz e tranquilidade. Tais sentimentos se traduzem quimicamente pela liberação de endorfinas, que são substâncias vindas do Sistema Nervoso Central. As endorfinas promovem um aumento dos linfócitos T, que são as células mais importantes do sistema imunológico, pois possibilitam maior resistência a doenças, melhorando o funcionamento fisiológico, aumentando a capacidade cognitiva, melhorando a tonicidade da pele e outras funções.

Pela exposição resumida acima, o propósito de orientar uma pessoa no **caminho da reabilitação**, seja na área física, sensorial ou mental, ganha um instrumento importantíssimo no aspecto de potencializar as transformações desejadas, mediante a busca, o conhecimento e a prática de conceitos específicos.

(*) Suely Carvalho de Sá Yañez
Terapeuta Ocupacional
Especialista em Orientação e Mobilidade
E-mail: suelydesa@hotmail.com

(**) Palestra apresentada na III REATECH - 2005