



## TOQUE SUTIL: UM MÉTODO DE TRABALHO CORPORAL EM PSICO-ONCOLOGIA

Dulce Loureiro Conte<sup>1</sup>

Maris Stella Alvares Gabriel<sup>2</sup>

*“A Calatonia possibilita, também, uma aproximação, em escala extensa, a campos extra-rationais da psique (aos conteúdos uma vez já conscientes e àqueles que nunca o foram) às áreas de apoio transpessoal e àquele núcleo da totalidade psíquica que é muito mais que apenas a soma dos seus componentes”*

(Sándor, 1974).

Pethö Sándor (1974) foi um médico húngaro que trabalhou em hospitais da Cruz Vermelha na época da Segunda Grande Guerra. Nesses hospitais não havia recursos para o atendimento adequado e necessário aos pacientes que chegavam com a mente e o corpo dilacerados. Conhecia e aplicava técnicas de relaxamento autógeno, porém, não conseguia o resultado que esperava, devido às condições dos enfermos e do meio ambiente inóspito. Começou, então, a observar que, enquanto manipulava os pacientes para a higienização corporal ou alimentação, esses respondiam positivamente ao contato físico empregado. A partir disso, começou a tocar propositalmente nesses pacientes, mudando-os de posição, segurando um membro, ou simplesmente tocando partes de seus corpos, especialmente nas extremidades dos pés, mãos e cabeça. Observou que o toque trazia conforto físico e psíquico para as pessoas, promovendo o relaxamento e alívio de dores.

Aqui no Brasil, após a Guerra, retomou as pesquisas com os toques e deu continuidade na elaboração de técnicas que, juntas, formaram um método de trabalho corporal de grande utilidade como recurso em várias áreas da saúde, surgindo o que denominou de Calatonia ou Método Calatônico.

Conforme Gabriel (2001), esse método está fundamentado em um tripé psiconeuroanatômico, elaborado pela epistemologia do corpo, isto é, Sándor embasou-se na constituição fisiológica e anatômica do corpo, seus sentidos, suas particularidades, ligados

<sup>1</sup> Psicóloga, especialista em Cinesiologia Psicológica, Instituto Sedes Sapientiae/SP e Psicologia e Saúde Hospitalar, COGAE-PUC/SP; Distinção de Conhecimento em Psico-oncologia - SBPO-SP; Formação em Psicoterapia Psicodramático-Construtivista de Casais, Famílias e Grupos - F&Z/SP-UCG/Goiás- em andamento. Contato: [dulceconte@uol.com.br](mailto:dulceconte@uol.com.br)

<sup>2</sup> Psicóloga, especialista em Cinesiologia Psicológica pelo Instituto Sedes Sapientiae/SP; Mestre em Psicologia Clínica pela UNESP/Assis. Contato: [maris@cabonnet.com.br](mailto:maris@cabonnet.com.br)

intimamente com os complexos processos da psique. Grande estudioso da área da neurologia, anatomia e psicologia, pode entrelaçar esses conhecimentos com suas vivências e observações, para a construção das técnicas.

Três técnicas básicas constituem o método como um todo: *Calatonia, Descompressão Fracionada e Toque de Reajustamento nos Pontos de Apoio*. Essas técnicas são realizadas por meio de toques muito sutis na pele, em pontos pré-estabelecidos no corpo do paciente que possibilita a consciência corporal, permitindo perceber e sentir seu corpo de maneira muito individual, refinando a percepção que tem de si mesmo.

O toque, como instrumento ou ferramenta recondicionadora fisiopsíquica, proporciona para o paciente uma sensação de relaxamento que o leva a experimentar os efeitos de tranquilização geral e, por conseguinte, à reorganização psíquica.

Para a aplicação do método emprega-se a estimulação tátil, pois a pele possui qualidades de condutora de pressão, calor, frio, dor, proporcionando ao paciente uma vivência multissensorial, que possibilita a síntese perceptiva e aperceptiva.

A pele, pela sua origem em parte ectodermal, está em conexão íntima tanto com o sistema nervoso central como com os órgãos, refletindo a atividade destes em condições normais ou patológicas. De acordo com Rossi (1993), essas funções mais complicadas e sutis atuam nas suas ligações com o sistema nervoso central, com os hormônios e neuro-hormônios e com o sistema imunológico. É através da pele que o cérebro do indivíduo é ativado para receber mensagens de relaxamento.

Damásio (2006) entende que o hemisfério direito do cérebro compõe o complexo somatossensorial e ali está a representação da nossa estrutura orgânica; é representada como a fronteira de comunicação do corpo entre o meio ambiente e o interior do organismo, sendo *“uma peça-chave na regulação homeostática: é controlada por sinais neurais autônomos do cérebro e por informações químicas de diversas proveniências.”*

Aliada a essas informações neuroanatômicas está o pensamento analítico de C. G. Jung, médico psiquiatra suíço, que dá suporte teórico quanto à compreensão psicológica do ser, que não pode ser deixada de lado. Em seus postulados, amplia o conceito de doença, considerando suas implicações psíquicas. Considera que o sistema físico e o sistema psíquico formam um processo único, inseparável, não estabelecendo a prevalência de um sobre o outro. Assim, estabelece a existência de uma interdependência entre psique e corpo (Jung, 1972).

Compreende-se, então, que quando o corpo é tocado, a psique pode reagir e é nesse momento que o psicoterapeuta acolhe as possíveis reações psíquicas, embasado nos conceitos propostos pela teoria analítica.

Com a reunião de todas essas características, o método criado por Sándor é, atualmente, utilizado como recurso em diversas áreas da saúde, sendo bastante útil em psico-oncologia, como em cuidados paliativos, uma vez que as técnicas auxiliam na integração dos aspectos físico, social, psicológico e espiritual do paciente.

Conforme Abalo (2005), se a vida é composta por um sucessivo movimento entre períodos de bem estar e períodos de não estar bem, como proposto pelo paradigma salutogênico de Antonovsky (1987), então o que se deve esperar das reações do indivíduo frente a esse *continuum*, e até nos momentos de entrega corporal no relaxamento, é mesmo o enfrentamento dessa sucessão de emoções. A aplicação das técnicas sutis pode auxiliar o indivíduo a compreender essa seqüência da vida, procurando enfrentar momentos de não estar bem, buscando e focalizando o bem estar, apurando seu senso de coerência para

conscientizar-se de que é na cadência de bem estar e mal estar que a vida decorre e ter saúde ou estar doente faz parte desse ritmo.

Seguindo esse trajeto, o indivíduo adquire condições para definir seu próprio conceito de saúde, ter uma visão multidimensional de si e de sua vida, que inclui fatores biológicos, psicológicos, sociais, ambientais, sendo capaz de, conscientemente, enfrentar estresses, doenças, momentos de alegria e tristeza, satisfazendo-se com a vida ou não.

Esse leque de possibilidades pode ser aberto quando da aplicação das técnicas que compõem o método de trabalho corporal elaborado por Sándor.

Em psico-oncologia esse instrumento de trabalho auxilia no processo de saúde-enfermidade e na maneira como o indivíduo enfrenta esses estados e o desencadeamento proveniente da interrelação entre eles.

O relaxamento corporal é uma das intervenções que proporciona melhores condições à qualidade de vida do enfermo, auxiliando-o, e aos seus familiares, nos aspectos relacionados ao trato com o diagnóstico, a doença em si e suas convicções em relação a ela e como expressará suas emoções ao comunicar-se com o ambiente, buscando o significado e a valorização da vida.

Conte (2005) reuniu as três técnicas básicas do método (*Calatonia, Descompressão Fracionada e Toque de Reajustamento nos Pontos de Apoio do Corpo*) em uma adaptação denominada *Um Único Toque*, com a proposta de simplificar e facilitar o uso desse recurso psicoterápico para a atuação do psicólogo na área da saúde, principalmente nos contextos de crise, tanto no ambiente dos consultórios como nos ambientes hospitalares.

Essa adaptação proposta no Método Calatônico original considera que a união das três técnicas que compõem o *Único Toque* amplifica a atuação das mesmas, intensificando-as, por estarem entrelaçadas, possibilitando ao paciente reorganizar-se com mais vigor. No estado de adoecer a pessoa está sujeita a experimentar sensações desagradáveis e estímulos desconfortáveis em seu corpo que são intensificados pelos procedimentos e intervenções necessárias para o seu tratamento. Com a aplicação do *Único Toque* o enfermo poderá tomar conhecimento dessas sensações, buscando caminhos para o conforto físico e psíquico dentro das suas possibilidades internas, procurando formas de bem estar e de enfrentamento da enfermidade.

O contato corporal diferenciado e controlado pelo terapeuta permite o desenvolvimento de uma efetiva ressonância bi-pessoal, abrindo espaço para diálogos em termos de exploração biográfica e um levantamento amplo e estratificado da situação atual do enfermo, utilizando-se do relato sobre as sensações, emoções, idéias e intuições observadas e vivenciadas pelo enfermo.

O toque sutil promove peculiar harmonia no corpo doente, auxiliando-o na compreensão da sua doença e na maneira de viver.

## **Bibliografia**

- Abalo, J. G. (2005) *Estrés, Salutogénesis y Vulnerabilidad Repercusiones para la Psicología de la Salud Contemporánea* – in *Psicología de la Salud – Temas actuales de investigación en Latinoamérica* - ALAPSA – Bogotá UNINORTE –Ed. Kimpres Ltda. - Bogotá, D.C.
- Antonovsky, A. (1987) *Unravelling the Mystery of Health: How people manage stress and stay well*. San Francisco: Jossey-Bass

- Conte, D. L. (2005). *Adaptação do Método Calatônico de Pethö Sándor como Recurso Psicoterápico em Psicologia da Saúde*. Monografia para obtenção do Título de Especialista em Psicologia e Saúde Hospitalar, COGEAE-PUC, SP.
- Damásio, A. R. (2006) *O Erro de Descartes*. Companhia das Letras, SP.
- Gabriel, M. S. A. (2001) *Métodos do Trabalho Corporal: uma proposta sutil*. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Faculdade de Ciências e Letras, Campus de Assis, Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”.
- Jung, C. G. (1972) *Fundamentos de Psicologia Analítica. As conferências de Tavistock*. Ed. Vozes, R.J.
- Rossi, E. L. (1993) *The psychobiology of mind-body healing*. W. W. Norton & Company, Inc, N.Y.
- Sándor, P. et all. (1974) *Técnicas de Relaxamento*. Vetor, SP.