

## Uma terapia global

\*Artigo de Florence Lecoq<sup>1</sup>

A **Fasciaterapia** é uma terapia ocidental que faz parte de um método mais amplo: a **Somato-Psicopedagogia**. Num primeiro momento, este trabalho leva em conta as patologias do corpo ou patologias somáticas. É uma reabilitação do corpo no processo psicossomático. A reação psíquica não provoca sempre patologias no corpo, a reação pode se fazer em outro sentido. Há um equilíbrio de forças entre o soma e a psique, com uma simultaneidade de reações entre as duas entidades.

Num segundo momento, a **Fasciaterapia** tenta restabelecer a comunicação entre o corpo e o psiquismo. Desta forma, o procedimento permite a reapropriação do corpo, inicialmente através de tratamento manual. Por meio das fâscias (tecido conjuntivos que ligam e envolvem todos os elementos do corpo: ossos, músculos, órgãos, até todas as células), o fasciaterapeuta capta com as suas mãos a força interna do corpo, que se manifesta por meio de um movimento lento.



Este movimento interno faz parte das descobertas de Danis Bois, fisioterapeuta e osteopata francês, que consagrou toda a sua vida às pesquisas de um modelo terapêutico totalmente novo, diferente da osteopatia e do modelo do movimento cérebro-espinhal.

Ele criou, nos anos 80, uma nova corrente no domínio das terapias manuais: a **Fasciaterapia-Pulsologia**, que associa a percepção da circulação através das artérias, com os toques profundos de cada camada dos tecidos. Em seguida, ele elaborou uma terapia gestual correspondente: a Ginástica Sensorial. A integração das duas abordagens deu origem à **Somato-Psicopedagogia**.

O objetivo dessas técnicas é o tratamento da dor física aguda ou crônica e o tratamento do sofrimento que ocasionam. E o método permite também a percepção de si mesmo. “Não somente o corpo é meu, posso aprender com o meu corpo”.

Atualmente Danis Bois é professor na **Universidade Moderna de Lisboa (UML)** e diretor do centro de estudos e pesquisas em **Pedagogia Perceptiva do Movimento e da Somato-Psicopedagogia (CERPS)** da **UML**. As suas pesquisas atuais são orientadas para as ligações entre o movimento, o corpo sensível e a psique, estudando principalmente o processo de renovação da pessoa.

### As sessões

O terapeuta trata inicialmente os problemas físicos (dores musculares, articulares e vasculares, enxaquecas, torcicolos, ciáticas, vertigens...) através de toques suaves, mas profundos, em todas as partes do corpo, em função do pedido do corpo e da organização da patologia.

O paciente percebe a evolução e pode participar conscientemente. Em seguida, o paciente vai encontrar um sentimento profundo de unificação de todas as suas partes, não somente físicas, mas também de todas as partes do seu Ser. A partir daí, ele faz a ligação entre o mal-estar e as dores físicas.

Em seguida, na mesma sessão e/ou nas outras, o terapeuta ensina o paciente a realizar um conjunto de movimentos, seja em posição sentada, em pé ou deitada: é a **Ginástica Sensorial**, que segue os princípios da biomecânica sensorial (outra descoberta de Danis Bois). E pode passar então dos esquemas associativos até o movimento codificado; e também da “*accordage*” gestual até um movimento livre.

O movimento codificado é uma técnica complementar à terapia manual, permitindo que o paciente prolongue os efeitos do tratamento, e que se responsabilize por si próprio quando se

<sup>1</sup> No **Jornal O Legado – São Paulo** - Edição nº 36 – Dezembro de 2005 – Ano 3



encontra sozinho. Mas é também uma disciplina corporal completa, com vocação ao mesmo tempo educativa, terapêutica e de atitude pessoal, como poder ser a ioga ou o tai chi.

Ligando todos os princípios do método, essa **Ginástica Sensorial** pode ser praticada em aulas individuais ou em grupos. É uma ginástica lenta que solicita o corpo em sua globalidade. As etapas do processo de aprendizagem são quatro: observar, conscientizar, integrar e memorizar. A prática da **Ginástica Sensorial** permite perceber que o conhecimento de si mesmo pode passar pelo conhecimento de seu movimento.

Em seguida, o terapeuta pode acompanhar verbalmente a pessoa no processo de percepção de si mesmo, graças à leitura da linguagem do corpo, e guiar o paciente num processo de transformação do seu cotidiano.

Assim, a **Fasciaterapia** e a **Ginástica Sensorial** levam em conta todos os aspectos do indivíduo num processo de conhecimento de si próprio, através das percepções profundas do corpo. Essa terapia global conseguiu reunir um trabalho corporal manual e gestual, um trabalho psíquico e um desenvolvimento da consciência do conhecimento, como uma ciência do movimento gestual e da percepção da interioridade.

Para saber mais conecte-se aos sites:

- [www.fasciaterapia.com.br/](http://www.fasciaterapia.com.br/)
- [www.cerap.org/pt\\_publications.php](http://www.cerap.org/pt_publications.php)
- [www.somato-psychopedagogie.com](http://www.somato-psychopedagogie.com)
- [www.fasciatherapie.com](http://www.fasciatherapie.com)