
ULTRAPASSANDO O MODELO BIOMÉDICO

BEATRIZ AMBRÓSIO DO NASCIMENTO*

RESUMO

Este artigo discute as bases paradigmáticas das concepções de saúde e doença na sociedade moderna ocidental, suas riquezas e limites e as contribuições fornecidas pela filosofia oriental e pelos métodos chamados alternativos para a compreensão e enfrentamento de certas problemáticas de saúde, especialmente às desencadeadas pelo stress crônico.

É comum pensarmos a doença como uma força misteriosa, como uma coisa que nos é externa e que se adere ao corpo ou à mente temporária ou definitivamente. A doença aparece-nos como algo fora do nosso controle e que, por isso, demanda uma intervenção técnica especializada. Além disso, saúde e doença são

* Beatriz A. Nascimento é professora assistente do curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de São Carlos.

percebidos na sociedade moderna ocidental como dois estados nitidamente separados e independentes.

Essas idéias são consequências do modelo biomédico, até hoje hegemônico no campo da saúde, e que se constrói a partir do paradigma cartesiano-reducionista. Em toda a história da ciência ocidental, o desenvolvimento da medicina caminhou de mãos dadas com a biologia: "O corpo humano é considerado uma máquina que pode ser analisada em termos de suas peças: a doença é vista como um mau funcionamento dos mecanismos biológicos, que são estudados do ponto de vista da biologia celular e molecular, o papel dos médicos é intervir física ou quimicamente, para consertar o defeito de funcionamento de um específico mecanismo enquiçado". (Capra, 1987).

O sistema científico estruturado por Descartes no século XVII parte da nítida divisão entre matéria e mente: "Não há nada no conceito de corpo que pertença à mente e nada na idéia de mente que pertença ao corpo" (Apud Capra, 1987). O campo da ciência se define pela redução dos fenômenos físicos aos seus elementos constituintes e ao estudo, cada vez mais pormenorizado, de suas estruturas e funções. As relações entre os fenômenos são exatas, matemáticas, e, portanto, só o universo observável, mensurável, pode ser desvendado cientificamente; o que está para além disso não pertence ao campo da ciência, mas ao da religião, misticismo, ficção, etc. O pensamento de tipo causa-efeito

to é, também, um importante pilar do paradigma cartesiano.

Este modelo vem servindo de base, desde o século XVII, a todas as ciências e permitiu extraordinário avanço no conhecimento sobre o funcionamento físico-químico do corpo, inclusive do cérebro. O estudo das partes e funções, dos mecanismos que regem os fenômenos físicos, tem sido o foco central das pesquisas científicas, desde os estágios iniciais da anatomia macroscópica até as sofisticadíssimas tecnologias médicas de diagnóstico e tratamento atuais. Não há dúvida que muitas vidas teriam perecido sem tais informações.

Por outro lado, este modelo implica numa crescente especialização e fragmentação do conhecimento que, ao mesmo tempo, distancia-se da noção de globalidade e menospreza os aspectos interativos dos diferentes sistemas que cercam um determinado fenômeno.

No campo médico, a doença é abstraída do sujeito que a expressa e classificada segundo os sintomas e alterações que provocam. As respostas praticamente resumem-se a operações cirúrgicas, medicação e utilização de aparelhos.

É certo que muitas cirurgias são necessárias, quer para manter a vida, quer para melhorar a qualidade de vida dos pacientes. Muitas outras, porém, são inúteis ou mesmo prejudiciais à saúde e no entanto são realizadas, movidas por interesses econômicos, corporati-

vos e pela concepção compartimentalizada do organismo humano. Nesse sentido, por exemplo, prescrevem-se ainda hoje cirurgias que fixam articulações para pacientes com problemas reumáticos e com processos de degeneração muscular, que demandarão sempre cirurgias complementares à medida que a doença avança.

O mesmo acontece com a utilização de substâncias químicas artificiais. Muitas delas ajudam o organismo a combater o processo patológico ou aliviam a dor e outras consequências da doença. Porém, seus efeitos secundários não desejados a curto, médio e longo prazo não são desprezíveis e não raras vezes resultam mais prejudiciais à saúde que a própria doença. Por exemplo, o uso de antibióticos pode ser vital em determinado momento, mas seu uso prolongado e recorrente diminui a resistência do organismo aos agentes patológicos; o cortisona mostrou ser um potente anti-inflamatório que favorece a retenção de líquidos e afeta grande parte das funções neurovegetativas. Ainda mais perigosos em suas consequências são os medicamentos psicotrópicos, vários dos quais produzem dependência mental e física.

É verdade que a parafernália das UTI* salva vidas e que a introdução de um marca-passo no coração pode prolongar a existência do seu portador por vários anos. Aparelhos auditivos, óculos, lentes de contato, suspensórios possibilitam a recuperação de funções prejudicadas. Mas também não podemos esque-

* UTI - Unidade de Terapia Intensiva.

cer que tais "muletas" não exercitam ou regeneram essas funções, ao contrário, fazem o trabalho por elas, impedindo-as de se ativarem. Dessa forma, ao mesmo tempo em que auxiliam em um nível do problema, reforçam a enfermidade ao "ensinar" às pessoas que não há nada que elas possam fazer para melhorar sua condição. São muito raros os casos em que uma perda de função seja de 100% e que não seja possível recuperá-la pelo menos em parte.

A filosofia/medicina oriental, especialmente a chinesa, tem uma visão completamente diferente da vida, da saúde e da doença. Ela parte da idéia de princípio único, na qual todo o universo é uma energia só, que se expressa sob formas diferentes (sólida, líquida, gasosa, fluxos, ondas, vibrações imateriais). Matéria e não matéria são estados diferentes do "chi", da energia. Em última instância eu e a mesa, eu e você, o mar, a lua, as rochas, as emoções, as idéias, os gestos, o fogo, o alimento, somos forças, energias. Estas, como a eletricidade, tem polaridade positiva e negativa - yin e yang - que são tensões que caminham em direções opostas. Às vezes se condensam, às vezes se dispersam, fluem. Os seres vivos são, portanto, ao mesmo tempo, energia material e não-material: tem formas muito condensadas de energia - os ossos; resistentes e elásticas - tendões, ligamentos, músculos e cartilagens; formas mais flexíveis - vasos; formas líquidas - sangue, linfa, água; formas

fluidas - ar, gases; e formas não materiais - idéias, vontades, sentimentos.

No início deste século Albert Einstein provocou uma revolução na física que mostrou os limites do modelo cartesiano de ciência e que vem gradativamente repercutindo nas teorias e métodos de todas as outras áreas. A teoria da relatividade provou cientificamente que a menor partícula que compõem a matéria - o átomo e as partículas sub-atômicas - são, na verdade, energias não materiais em constante movimento, movimento este que é determinado pelas polaridades opostas da energia, que se atraem e repelem, organizando-se em diferentes átomos e moléculas. Em outras palavras, no desenvolvimento extremo do paradigma cartesiano, na investigação da menor parte da matéria, Einstein encontrou a não matéria e a relatividade do que parecia visível e mensurável. O estudo do americano Fritjof Capra, O Ponto de Mutação (1987) nos fornece uma boa explicação sobre o paradigma cartesiano, a filosofia oriental, a relatividade e o desenvolvimento de diversas ciências, entre elas a medicina e a psicologia. Nos últimos vinte anos tem crescido e se diversificado concepções e métodos que procuram ultrapassar os limites impostos pela lógica cartesiana nas práticas de saúde.

Na verdade, concepções diferentes da idéia dominante ocidental são tão antigas quanto elas, mas até bem pouco tempo não tinham espaço nos debates acadê-

micos. Ainda hoje elas são consideradas por muitos, marginais e não científicas. Mas também, gradativamente, práticas orientais (quiropraxia, yoga, acupuntura, do-in, t'ai-chi-chuan) e ocidentais alternativas (homeopatia, bioenergética, terapias corporais reichianas, medicina psicossomática) e mistas vão se instalando, produzindo resultados e sendo procuradas pela população, especialmente para aquelas em que a medicina não consegue responder satisfatoriamente.

As abordagens sistêmicas, ou holísticas, do processo saúde-doença partem exatamente da não dissociabilidade entre o corpo e a mente e procuram localizar elos interativos entre os diversos níveis de energia que compõem um fenômeno. Eis alguns pontos que considero fundamentais no pensamento sistêmico sobre a saúde/doença:

- a doença é um sinal manifestado pelo corpo ou pelas atitudes que indicam o caminho tanto para a causa como para a cura das doenças;
- a doença, ou o sintoma, é a manifestação de um ou mais desequilíbrios entre as forças presentes em nós e no ambiente que nos cerca - do físico imediato a todo o universo;
- as emoções afetam o funcionamento metabólico, circulatório, hormonal, muscular e neurológico do corpo;

- as doenças se manifestam diferentemente em cada pessoa, afetando com maior ou menor intensidade, acometendo diferentes partes do corpo, desaparecendo rapidamente, ou se cronificando e evoluindo. Isto porque cada pessoa é única, resultante das suas características genéticas, do seu biotipo, da história de vida, das condições materiais e emocionais de seu desenvolvimento, do estilo de vida que leva, da alimentação, da ingestão de substâncias tóxicas, do temperamento, da atitude frente a si mesma e à vida. Portanto, não há uma doença a ser tratada mas uma pessoa doente;

- todo organismo tem, dentro de si, os poderes necessários tanto para produzir ou agravar doenças como para se recuperar. Trata-se de detectar os fatores causadores do desequilíbrio e despertar as capacidades regeneradoras da pessoa.

A íntima relação entre os processos mentais e os estados do corpo tem sido bastante estudada nos últimos anos e hoje temos significativas evidências dessa interdependência. Cada pensamento é produto e produtor de alterações químicas e elétricas no organismo, a mudança de um criando e influenciando as do outro. O centro desse intercâmbio é o hipotálamo, uma

minúscula porção do cérebro que pesa aproximadamente 7 gramas e que é o centro de abastecimento de pensamentos e sentimentos para/e do córtex cerebral. O hipotálamo contém nervos que recebem cada pensamento e emoção e criados pela consciência e subconsciência como impulsos nervosos e traduz esses impulsos em produção hormonal. Ele governa todas as glândulas por meio de seu controle direto sobre a hipófise e, assim, contacta e comanda a comunicação e a integração de cada célula, de cada órgão e de cada sistema do corpo.

Quando os nossos pensamentos, conscientes e inconscientes, são saudáveis, positivos, existe uma corrente completa de energia que percorre o corpo. Quando são negativos, ou quando reagimos mal às situações de stress, ocorre o bloqueio do fluxo de energia e a enfermidade. O corpo tem um sistema de defesa para servi-lo em momentos de perigo, mas não pode facilmente diferenciar entre o perigo real e o stress mental ou a neurose.

Quando a pessoa se encontra sob stress, as descargas do hipotálamo comandam o funcionamento normal do ramo parassimpático do sistema nervoso autônomo, para que ele seja inibido pelo ramo simpático do sistema nervoso autônomo, que é o sistema de emergência. A atividade do sistema simpático produz aceleração da frequência cardíaca, contração dos vasos sanguíneos na pele e nos órgãos internos, dilatação

dos vasos sangüíneos nos músculos esqueléticos, que se contraem preparando o corpo para a fuga ou ataque; inibição das secreções do aparelho digestivo, diminuindo ou cessando a produção de saliva, sucos gástricos, sucos pancreáticos e bile; contração das saídas corporais (esfincters anal e urinário); aumento da decomposição química do protoplasma para proporcionar energia adicional ao corpo; aumento da secreção das glândulas sudoríparas; liberação de adrenalina pela medula supra-renal para o sangue e de cortisona pelo córtex supra-renal; aumento na produção de certos hormônios de adaptação ao stress e diminuição de outros que normalmente são reguladores do sistema.

Se o stress é ligeiro, os efeitos são fracos. Se é intenso e crônico, os resultados podem ser devastadores. Nosso mundo é lugar de constante stress e nós todos vivemos sob efeito de grande tensão. Para combater o stress crônico, em geral, fazemos o oposto daquilo que nossos corpos necessitam. Por exemplo, o stress mental obriga o aparelho digestivo a funcionar mal para deixá-lo em repouso e nós o enchemos de comida, numa tentativa inútil de abrandar a sensação de mal-estar. O conflito é prejudicial a todos os órgãos, iniciando com o estômago. Alguns desequilíbrios provocados pelo stress crônicos são facilmente identificados, como as gastrites, as úlceras gástricas, as dores de cabeça, as tensões muscu-

lares, a hipertensão arterial. Outros efeitos manifestam-se a longo prazo ou agravam processos patológicos já existentes.

A relação entre o stress e a produção de doenças é um bom exemplo da estreita interação entre mente e corpo. Igualmente, estudos sobre o câncer e outras doenças degenerativas, têm sistematizado experiências que revelam resultados surpreendentes sobre os efeitos das mudanças de atitudes mentais e comportamentais em situações aparentemente consideradas incuráveis. Pensamentos e emoções são formas fluidas de energia e, por isso, mais fáceis de serem transformadas que a matéria.

Além das psicoterapias, estão hoje em pleno desenvolvimento inúmeras técnicas que auxiliam as mudanças nos padrões mentais, tais como as de visualização criativa, afirmações, meditação, exercícios respiratórios, de relaxamento e de desenvolvimento da consciência corporal, etc.

Embora os métodos de terapias chamados alternativos tenham tido desenvolvimento considerável nos últimos anos, ainda são vistos com reservas nos meios acadêmicos que, impregnados da visão cartesiana-reducionista de ciência, resistem a abrir-se à novas possibilidades especulativas e práticas. Superar o modelo biomédico não significa desprezar todo o conhecimento produzido nessas bases, mas redimensioná-lo a partir da compreensão da complexidade e da

natureza interativa-ecológica dos fenômenos. Acredito que esta seja uma de nossas responsabilidades, em quanto profissional da área de saúde.

Referências Bibliográficas:

CAPRA, F. O Ponto de Mutação. São Paulo: Cultrix, 1987.

Bibliografia:

CAPRA, F. O Ponto de Mutação. São Paulo : Cultrix, 1987.

SCHNEIDER, M. Uma Lição de Vida. São Paulo: Cultrix, 1989.

HAY, L.L. Você pode curar sua vida. São Paulo, Best Seller, 1991.