

# DOIS MUNDOS DE UMA SÓ MEDICINA

**S**egundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a saúde é definida como "um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades". Portanto, a saúde deve ser vista como um complexo que engloba todas as variáveis de um indivíduo, desde a alimentação, às práticas sociais, até a autoestima, que se influenciam, de modo que a alteração de um pode levar a alteração do outro, mesmo estes não estando diretamente conectados. Com isso em mente, para a saúde ser alcançada, é necessária uma rotina constante de hábitos saudáveis.

Nesse contexto, a medicina teórica e prática utilizada atualmente na promoção da saúde é um compilado de investigações, estudos e experiências, bem ou mal sucedidas, que favoreceram a produção de conhecimento útil aos

profissionais. No entanto, engana-se quem acredita na ideia de que tudo se baseou em corpos dissecados e porões escuros - conforme mostra a pintura óleo sobre tela "A Lição de Anatomia do Dr. Tulp" -, com a finalidade única e exclusiva de entender a fisiopatologia da doença e tratá-la.

A tão conhecida pintura de Rembrandt representa uma realidade renascentista, necessária e corresponsável pela formação da ciência encontrada nos livros médicos atuais. Há um caráter mecanicista que compõe essa ciência, ou seja, uma visão de que o corpo humano é um sistema objetivo, com causas e efeitos possíveis de predição, em que o corpo é considerado uma máquina, a doença a consequência de uma disfunção em algumas de suas peças e o trabalho do médico é de consertá-la. Tal abordagem também é exemplificada por Marcos S.

Queiroz (1986) em “O paradigma mecanicista da medicina ocidental moderna: uma perspectiva antropológica”

Esse caráter lógico se baseia em aspectos curativos de tratamento das morbidades, e vem sendo utilizado desde a Grécia antiga. Embora essa vertente ocidental seja a mais usada, ela não compôs as teorias médicas sozinhas, aliás, começou a ser mais explorada apenas no século XVII. Nesse contexto, a adjacente medicina tradicional oriental já existia há séculos e se compunha de conhecimentos e tradições variadas que vão além do processo saúde-doença.

A medicina oriental possui diversas ramificações, que englobam as tradições medicinais de vários locais da Ásia, como o Japão, China, Índia, entre vários outros. Apesar de haverem diversas técnicas que sofreram modificações com o passar dos anos, todos esses sistemas médicos tem um fator essencial que norteiam suas respectivas práticas: o entendimento e o respeito aos ciclos da natureza. Assim, compreende que o ser humano, não só está incluso nesse grande ambiente natural, como é regido por ele. Portanto, deve haver uma harmonia entre ritmo da natureza e do organismo humano, a fim

de equilibrar o balanço do bem-estar físico, mental, emocional e social.

Desse modo, dentre as abordagens da medicina oriental, destacam-se a Medicina Ayurveda, vinda da Índia, e a Medicina Tradicional Chinesa (MTC). Ambas milenares, remetem às primeiras escrituras médicas deixadas pelos antigos e são utilizadas na procura da saúde e do bem-estar, com enfoque nas ações preventivas.

A palavra Ayurveda significa “conhecimento da vida”, a sua medicina é considerada a primeira forma documentada pelo homem e vem evoluindo por milhares de anos na cultura indiana. É descrita em textos em sânscrito, que são conhecidos como “O grande Trio”, abordando: a escola de clínica médica, a escola de cirurgia, e o coração dos 8 ramos do Ayurveda de Vagbhata.

O método, segundo a Associação Brasileira de Ayurveda (ABRA), afirma que corpo humano é formado por 5 elementos da natureza: espaço, ar, fogo, terra e água, sendo que estes trabalham de forma binária para formar os *doshas* ou humores. Logo, espaço e ar formam *Vata*; fogo e água geram *Pitta*; e água e terra constroem *Kapha*, sendo que os *doshas*

determinam toda a fisiologia do nosso organismo.

Quando em harmonia, os *doshas* garantirão um estado de saúde e bem-estar para o indivíduo, caso contrário, instala-se a patologia. Partindo deste ponto, a Medicina Ayurveda reconhece dois tipos de tratamento, um para preservar e promover a saúde em pessoas saudáveis, a “Terapia de Promoção de Saúde”, e outro para curar doenças, o “Tratamento de Pessoas com Quadros de Adoecimento”.

De tal modo, para ambos os tipos de tratamentos, são utilizadas ferramentas terapêuticas, dependendo da leitura diagnóstica do desequilíbrio vigente, que é feita através da coleta de uma história detalhada e do exame físico minucioso. Apenas então, é possível a utilização das ferramentas, dentre as quais: a dieta equilibrada, mudanças de estilo de vida, massagens, fitoterapia, terapias de desintoxicação, medicamentos ayurvedicos, prática de atividade física, yoga e meditação.

Na MTC, assim como no Ayurveda, não é pregada apenas uma prática, mas sim todo um estilo de vida. Essa é baseada em filosofias nas quais o paciente é abordado de modo global – corpo, mente e espírito - e enfatiza a troca

de energias com a natureza, procurando o equilíbrio para a prevenção de doenças.

O homem, então, é descrito como sendo composto por três componentes: a energia, a matéria e a mente. De modo especial, a energia é bastante retratada, sendo descrita como fluida e dual (*Yin* e *Yang*). Portanto, os tratamentos procuram evitar que ocorra o desequilíbrio energético, ou encontrar o fator que o casou e corrigi-lo. Dentre as formas terapêuticas de tratamento, encontramos a acupuntura, dietoterapia, fitoterapia, moxabustão, massagem, meditação, exercícios físicos, *Chi Kung* (arte marcial) e *Feng Shui* (harmonização de ambientes).

Tanto os tratamentos chineses quanto os indianos, não são encapsulados ou vitrificados como xarope, ao contrário, eles existem como estilo de vida e mudança gradual. Os profissionais médicos que se interessam pela especialização nessas vertentes têm aproximados 6 anos de aulas teóricas, como na medicina ocidental, e precisam estar aptos a tratar do ser humano como um todo e ser capazes de ensiná-lo a se reconectar com si mesmo e com a natureza.

As medicinas orientais têm sido cada vez mais retomadas pelo seu aspecto

temporal contínuo e duradouro, ou seja, por proporcionarem ao indivíduo a capacidade de controle do próprio bem estar, não apenas quando há desarmonia metabólica e consecutiva patologia. Vale a pena ressaltar que, o uso da medicina oriental também pode ser feito coadjuvante a medicina do Ocidente, por exemplo, nas terapias para dor crônica oncológica em que é usada a acupuntura, como ressaltam estudos realizados pela UNIFESP em seu dossiê sobre “psicologia e dor” de 2010.

Assim, pode-se concluir que o conhecimento médico vai muito além do usado pelos ocidentais, uma vez que a medicina engloba as mais diversas heranças culturais e deve ser aplicada como tal: multifocal e multidisciplinar. A doença é apenas um estágio no qual devem atuar os profissionais da saúde, assim, torna-se importante conhecer um pouco de ambos os mundos (oriental e ocidental), a fim de que se possa proporcionar o verdadeiro conceito de saúde a indivíduos tão plurais como os seres humanos.

Autores:

**OLIVIO SGUAREZI e MARIA CLARA SPESSOTO** - Alunos do 6º semestre de Medicina do UNIVAG

Revisado por:

**DRA. WALKIRIA SHIMOYA BITTENCOURT** – Fisioterapeuta

#### **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:**

1. FLECK, Marcelo Pio de Almeida. O instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100): características e perspectivas. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 33-38, Jan. 2000. Available from <[http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232000000100004&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232000000100004&lng=en&nrm=iso)>. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232000000100004>.
2. ROCHA, Aderson Moreira da. **Swasthavritta: A Medicina Preventiva Ayurvedica**. 2016. Disponível em: <<http://www.ayurveda.org.br/pagina/67/swasthavritta-a-medicina-preventiva-ayurvedica.html>>. Acesso em: 15 abr. 2017.

3. ABE, Gislaïne Cristina. Medicina Tradicional Chinesa (MTC). **Revista Neurociências**, São Paulo, v. 14, n. 2, p.80-85, abr. 2006. Disponível em: <[http://www.revistaneurociencias.com.br/edicoes/2006/RN 14 SUPLEMENTO/Pages from RN 14 SUPLEMENTO-13.pdf](http://www.revistaneurociencias.com.br/edicoes/2006/RN_14_SUPLEMENTO/Pages_from_RN_14_SUPLEMENTO-13.pdf)>. Acesso em: 15 abr. 2017.
4. GRANER, Karen Mendes; COSTA JUNIOR, Aderson Luiz; ROLIM, Gustavo Sattolo. Dor em oncologia: intervenções complementares e alternativas ao tratamento medicamentoso. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto, v. 18, n. 2, p. 345-355, 2010. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-389X2010000200009&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2010000200009&lng=pt&nrm=iso)>.
5. QUEIROZ, Marcos de Souza. O paradigma mecanicista da medicina ocidental moderna: uma perspectiva antropológica. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 20, n. 4, p. 309-317, Aug. 1986. Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-89101986000400007&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89101986000400007&lng=en&nrm=iso)>. <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89101986000400007>.
6. GASPERI, Patrícia De; RADUNS, Vera; GHIORZI, Ângela Rosa. A dieta ayurvédica e a consulta de enfermagem: uma proposta de cuidado. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 2, p. 495-506, Apr. 2008. Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232008000200025&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232008000200025&lng=en&nrm=iso)>. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232008000200>