

IMAGINAÇÃO ATIVA E PSICOSSOMÁTICA NA AMÉRICA LATINA

ACTIVE IMAGINATION AND PSYCHOSOMATIC SYMPTOMS IN LATIN AMERICA

Dra. Sonia Lyra¹

sonia@ichthysinstituto.com.br

Introdução:

Imaginação Ativa é a nova técnica utilizada, especialmente no Brasil, como ferramenta de pesquisa para a transformação de sintomas psicossomáticos, levando o indivíduo à fonte de sua doença ou desordem e à possibilidade da cura. Quando irrompe o sintoma, ainda que a medicina esteja preparada para lidar com seus componentes biológicos, não consegue acessar a dimensão psíquica do mesmo, uma vez que esta se revela no modo como um conteúdo psíquico pode alcançar a consciência, manifestando-se de maneira fisiológica. Neste artigo apresentar-se-á o relato de um caso clínico transformado com o uso da Imaginação Ativa, técnica desenvolvida por C.G. Jung e sistematizada por Robert Johnson, a qual prevê a interação entre conteúdos da consciência e do inconsciente através do diálogo com as imagens, isto é, com as imagens simbólicas. Atualmente, no Brasil, as pesquisas vêm comprovando a eficácia da técnica em sintomas agrupados, enfatizando-se inicialmente as Disfunções Têmporo Mandibulares (DTM).

Antes de desenvolver o tema propriamente dito, apresentar-se-á o relato de um caso clínico o qual servirá como base para o desenvolvimento de todo o artigo. O relato foi feito dia 09/11/2013 por uma paciente que nos autoriza a apresentar em pesquisa clínica o procedimento utilizado para a remoção do seu sintoma. Foi-nos fornecida uma autorização sua assinada para que pudesse ser apresentada como parte das pesquisas que vêm sendo realizadas. O modo como acessou a Imaginação Ativa foi o sintoma de “apertar os dentes” que já a acompanhava há alguns anos e para o qual fazia uso de placa miorre-

¹ Sonia Regina Lyra (Lattes: www.cnpq.br). Membro da IAAP (*International Association for Analytical Psychology*); Doutora em Ciências da Religião (PUCSP); Mestre em Filosofia (PUCPR); Psicóloga (CRP 08/0745); Presidente do ICHTHYS Instituto (Curitiba-Paraná-Brasil). Pesquisadora na área de Imaginação Ativa na América Latina, com várias pesquisas sendo realizadas no Brasil em parceria com o departamento de Odontologia e outros departamentos de saúde da UNIPAR. www.waset.org.

laxante. Segue o relato da Imaginação Ativa onde E= eu e J= Jacaré (Jacaré é uma imagem do inconsciente que emergiu como símbolo do sintoma):

E= Se o meu sintoma de “apertar os dentes” tivesse uma imagem, seria como se quem ou o que pudesse representá-lo para mim? (Após aproximadamente 5 minutos, a imagem de um jacaré me é revelada, de cor verde, nadando num rio, com a boca machucada e sangrando e parece estar chorando. Há farpas fincadas em sua boca. Sinto que ele percebe a minha presença).

E= Com licença, Jacaré, posso falar com você?

J= Sim.

E= Qual é o seu nome?

j= Pode me chamar de Jacaré mesmo.

E= Eu vejo farpas em sua boca, o que aconteceu?

J= Fiz algo que machucou minha boca e sinto muita dor.

E= O que mais você sente?

J= Dificuldade para falar por causa das farpas e da dor.

E= Tem algo que eu possa fazer, ou deixar de fazer, aqui e agora, para ajudá-lo com isso?

J= Sim. (Nesse momento ele nada até a margem do rio).

J= Primeiramente tire as farpas da minha boca, com cuidado.

E= OK. Eu vou retirando as farpas. Tiro uma, duas, três, quatro, 5, 6, 7, 8, 9, 10,

11 farpas e sinto sua expressão de dor em cada farpa que eu retiro. (Observo meu corpo e percebo que sinto um desconforto e contração muscular forte nos maxilares).

E= Como se sente agora, Jacaré?

J= Aliviado, mas minha boca continua dolorida, rígida.

E= O que mais posso fazer ou deixar de fazer, aqui e agora, para ajudá-lo?

J= É preciso curar as feridas que ficaram. Você pode buscar uma planta para curá-las?

E= Sim, que planta? Onde posso encontrá-la?

J= Vá a uma caverna que fica aqui perto, do lado direito da estrada. Dentro dela nasce uma planta com folhas finas e galhos grandes. Lá mesmo na caverna amasse as folhas com uma pedra e traga até aqui. Você pode fazer isso?

E= Sim. (Então faço o que ele pediu e volto para perto dele).

J= Coloque as plantas amassadas na minha boca, com cuidado, pois ainda dói. (Nesse momento eu faço o que ele pede).

E= Como se sente agora?

J= Um pouco aliviado. Deixe as plantas em minha boca por um tempo. Pode ir. Noutra momento continuamos.

E= Ok. Tchau então, e obrigada por dialogar comigo.

J= Tchau.

Após esse exercício que por si só havia causado grande impacto na consciência da paciente através de um momento de atenção plena ao seu sintoma e de uma interação profunda com o mesmo, ocorreu um fenômeno de *sincronicidade* que veio ampliar ainda mais a sua compreensão do símbolo. Seguindo seu relato, ela diz:

“Depois dessa imaginação ativa, fiquei pensando qual seria essa planta. No final em que pratiquei a Imaginação Ativa, estávamos eu e meu namorado na cidade do curso. Enquanto eu me submetia à Imaginação Ativa, meu namorado estava em uma cidade vizinha fazendo compras. Quando chegamos em casa, ele me mostrou algumas coisas que tinha comprado para mim, dentre elas, um vidro de um vinagre de vinho branco com uma planta chamada “estragão” e fiquei surpreendida pela semelhança com a planta solicitada pelo Jacaré.

Pesquisando na internet sobre essa planta, encontrei o seguinte, dentre outras coisas: “O estragão (*Artemisia Dracunculus*) é uma planta medicinal também conhecida por *estragon* (espanhol), *estragão-francês*, *dragon's-wort*, *pequeno-dragão*, *tarragon* (inglês). Pertence à família *asteraceae*. O nome do gênero, *Artemisia*, é referência à deusa grega Ártemis, enquanto o nome de espécie *Dracunculus* significa pequeno-dragão em latim, uma vez que se acreditava que o estragão pudesse proteger as pessoas de dragões e cobras, curar feridas de cachorros raivosos e animais venenosos, além de intimidar parasitas. Na medicina alternativa é efetivo em forma de compressas como anestésico oral, que pode entorpecer a boca e aliviar dor de dente até que a pessoa possa ir ao dentista”. Fonte e mais informações:

<http://www.plantasmedicinaisfitoterapia.com/plantas-mediciniais-estragao.html>

Continuei o trabalho de imaginação ativa com o Jacaré ainda por mais algumas semanas até que suas dores fossem curadas. Foi quando parei de usar a placa dos dentes para dormir.

Corpo e Imaginação Ativa

Para ampliar a compreensão do caso clínico aqui relatado abordar-se-á alguns aspectos da perspectiva odontológica do caso. Inicialmente a paciente preencheu um questionário (em anexo), para avaliar o grau de ATM a que estava acometida. Na abordagem inicial, ou seja, antes de fazer a Imaginação Ativa para a questão da dor orofacial, respondeu para a Dra. Tania Bremm Zaura² que sentia a mandíbula presa ou travada com frequência. Às vezes percebia ruídos articulares e os maxilares cansados, com regularidade. Relatou ter dores nas têmporas, orelhas e bochechas e sentir também dor nos dentes e no pescoço mesmo usando uma placa de proteção oclusal noturna. Mencionou também uma alta ansiedade (8 numa escala de 0 a 10). O sistema mastigatório possui atividades funcionais e para-funcionais. Mastigar, falar e deglutir são atividades funcionais controladas por reflexos protetores e músculos. As atividades para-funcionais são o apertar e/ou ranger os dentes, que podem se manifestar durante o dia e mais frequentemente durante o sono, conhecido como bruxismo³.

A articulação temporomandibular (ATM) localiza-se na frente do ouvido sendo uma articulação bastante exigida. Trabalha durante a fala, deglutição e mastigação. Formada entre o osso temporal e o maxilar inferior, a porção articular deste maxilar se denomina de côndilo e a porção que com ele se articula é chamada de fossa articular. Entre estas estruturas está o disco articular. De tecido cartilaginoso absorve os impactos da mastigação e estabiliza o côndilo nas excursões mandibulares. Ainda fazendo parte desta estrutura os ligamentos e músculos.

A Disfunção Temporomandibular (DTM) é um termo utilizado para designar os distúrbios que acometem a ATM, os músculos mastigatórios e as estruturas adjacentes. Como fatores etiológicos da DTM salientam-se os problemas oclusais, estresse emocional, sobrecarga articular, para-funções como bruxismo ou apertamento dental⁴, além de alterações da postura como anteriorização

² Tania M. Bremm Zaura. Odontóloga. Membro da equipe de pesquisa com Imaginação e Ativa e Bruxismo: www.waset.org

³ PONTES DG; et al. A relação entre bruxismo dental e implantes endósseos. Rev. bras. odontol. v.60, n. 2, p. 99-102, 2003.

MOLINA OF. Placas de mordida na terapia oclusal. São Paulo: Pancast. 1997. p. 37-59.

PAIVA HJ. Oclusão: noções e conceitos básicos. São Paulo: Santos, 1997.

⁴ VISSCHER, C.M.; LOBEEZOO, F. DE BOER, W.; VAN DER ZAAG, J. NOIJE, M. *Prevalence of cervical-spine pain in craniomandibular pain patients*. Eur J Oral Sci, v. 109, p76-80, 2001

da cabeça, assimetria de ombros e retificação da coluna cervical⁵. A presença de estalidos e/ou ruídos na ATM podem estar presentes neste quadro bem como a dificuldade em movimentar o maxilar. A dor pode irradiar para o músculo temporal, para o esternocleidomastoideo, para o esplenius capitalis e também para o processo zigomático. Todos estes fatores associados levam o paciente a processos crônicos de dor nos músculos da face, cabeça e pescoço⁶, podendo apresentar alterações permanentes⁷.

Por ser a DTM de caráter multifatorial, várias linhas de tratamento têm sido propostas, além da odontológica, a farmacológica e psicológica⁸. Na área odontológica, a forma mais utilizada para o tratamento do bruxismo são as placas de mordida interoclusais estabilizadoras (mio relaxantes). São frequentemente usadas como um dispositivo para diagnóstico e/ou tratamento, predominantemente de uso noturno. Proporciona ao paciente um maior conforto, protegendo os elementos dentários, relaxando os músculos hipertrofiados, prevenindo também sobrecargas para a ATM⁹. Importante salientar que as placas também podem agir apenas como paliativas, quando outros fatores, além dos oclusais estiverem envolvidos¹⁰.

Aspectos Psicológicos e Imaginação Ativa

Em se tratando dos aspectos psicológicos, os portadores do bruxismo são mais vulneráveis à ansiedade ao estresse e ao desenvolvimento de sintomas psicossomáticos¹¹. A ansiedade, a tensão, emoções negativas e frustrações causam aumento da hiperatividade muscular, redução da taxa de se-

⁵ BIAZOTTO-GONZALES, D. A. ; ANDRADE, D. V. ; GONZALES, T. O. ; MARTINS, M. D. ; FERNANDES, K. P. S. ; CORREA, J. C. F. ; BUSSADORI, S. K. Correlação entre disfunção temporomandibular, postura e qualidade de vida. Ver. Bras. Crescimento Desenvolvimento Humano, v.18, n. 1, p.79-86, 2008

⁶ www.wgate.com.br/fisioweb acessado em 24/03/2014

⁷ MOLINA OF. Placas de mordida na terapia oclusal. São Paulo: Pancast. 1997. p. 37-59.

⁸ LYRA S.R.; ZAURA B.T.; BOLETA D.C.F.; *The Active Imagination Technique for Bruxism Treatment*; World Academy of Science, Engineering and Technology. I International Science Index 76, 2013.

⁹ OLIVEIRA ME; CARMO MRC. Placa de mordida interoclusal para tratamento de bruxismo. Rev. do CROMG. v. 7, n. 3, p. 183-186, 2001.

¹⁰ LYRA S.R.; ZAURA B.T.; BOLETA D.C.F.; *The Active Imagination Technique for Bruxism Treatment*; World Academy of Science, Engineering and Technology. I International Science Index 76, 2013.

¹¹ LYRA S.R.; ZAURA B.T.; BOLETA D.C.F.; *The Active Imagination Technique for Bruxism Treatment*; World Academy of Science, Engineering and Technology. I International Science Index 76, 2013.

creção salivar durante o sono e vigília e consequente aumento dos episódios de ranger de dentes durante o sono. Esta característica é mais prevalente em pacientes de personalidade compulsiva¹². O trabalho de pesquisa científica evidenciou a remissão dos sintomas da DTM em 66% dos pacientes tratados em uma sessão de uma hora com a técnica da Imaginação Ativa¹³.

Retomando agora o tema da Imaginação Ativa propriamente dita e sua influência direta sobre sintomas psicossomáticos. Um sintoma corporal é um dos meios mais imediatos de acessar uma Imaginação Ativa. Trata-se de tornar consciente um conteúdo inconsciente, tomando parte dele e sofrendo com ele uma transformação. É nesse sentido que Rothenberg (2004) fala que “sintomas físicos, em seu sentido mais positivo e metafórico, são como jóias no corpo esperando serem descobertas”¹⁴. Tais sintomas corporais trazem consigo um ímpeto para a cura, entendendo-se por “cura” não apenas a ausência do sintoma físico-biológico, mas especialmente, a compreensão do seu sentido.

Nesta obra, Rothenberg inicia com uma epígrafe retirada de *Tipos Psicológicos* onde Jung diz: “... o que a jóia significa: é um Deus salvador, uma renovação do sol... O Deus renovado significa uma atitude renovada, uma possibilidade de vida, uma recuperação da vitalidade...” (CW6)¹⁵.

Naturalmente que em um trabalho de análise pessoal todos os aspectos da doença devem ser observados, seja sua disposição genética, os momentos vitais de sua ocorrência, as condições sociais e ambientais, e enfim, toda a disposição psicológica do instante em que se instalou o sintoma. Quando o sintoma emerge no corpo o indivíduo dá-se conta de que não é o senhor absoluto da sua casa, mas que nele, há um “outro” que chama e espera para ser re-conhecido. Ao confrontar-se com o sintoma o indivíduo pode adentrar as profundezas do inconsciente tanto pessoal quanto coletivo. Tais aspectos revelam as cisões e desconexões que a psique sofreu ao longo de seu desenvolvimento, os momentos em que ainda está presa no tempo do passado ou seus temores e fragilidades diante de um tempo futuro. Embora a autora entenda

¹² ALOE F; GONÇALVES LR; AZEVEDO A; BARBOSA RC. Bruxismo durante o Sono. Rev. Neurociências. v. 11, n.1, p. 4-17, 2003.

¹³ LYRA S.R.; ZAURA B.T.; BOLETA D.C.F.; *The Active Imagination Technique for Bruxism Treatment*; World Academy of Science, Engineering and Technology. I International Science Index 76, 2013.

¹⁴ ROTHEMBERG, Emily-Rose. A jóia na ferida. O corpo expressa as necessidades da psique e oferece um caminho para a transformação. Trad. Gustavo Gerheim. São Paulo: Ed. Paulus, 2004.

¹⁵ CW refere-se a *The Collected Works of C.G.Jung*, trad. Por R.F.C Hull, ed. H. Reak, M. Fordham, G. Adler, Wm. McGuire, Bollingen Series XX (Princeton: Princeton University Press, 1953-1979).

que é necessário um grande esforço para acessar tais camadas do inconsciente, através de nossas pesquisas com Imaginação Ativa, percebemos que isso nem sempre é assim. Muitas vezes tanto o sintoma quanto a sua resolução estão por assim dizer “à flor da pele” e não requerem nenhum grande esforço tanto para o acesso quanto para a sua transformação. Naturalmente há casos em que o sintoma está enraizado nas profundezas do inconsciente e requer um trabalho mais demorado.

Para a psicologia analítica de C.G. Jung, há um centro inato na psique denominado *Selbst* ou *Self* que em português foi traduzido por Si-mesmo. Para o psicólogo suíço toda doença quer tornar expresso um aspecto do Si-mesmo, isto é, recuperar um valor perdido. Os antigos alquimistas tais como Paracelso, citado por Joland Jacobi¹⁶, médico e alquimista do século XVI escreveu sobre esse conceito:

Mesmo quando ainda está no útero, por nascer, o homem é oprimido pelas potencialidades de todas as doenças, e está sujeito a elas. E porque toda doença é inerente à sua natureza, ele não poderia nascer vivo e saudável se um médico interno não estivesse escondido nele... cada doença natural carrega seu próprio remédio dentro de si. O homem recebeu da natureza tanto o destruidor da saúde quanto o preservador da saúde... o que primeiro tenta exaustivamente destruir, o médico inato repara... lá onde surgem as doenças, pode-se encontrar as raízes da saúde. Pois a saúde deve crescer da mesma raiz que a doença e, para onde quer que a saúde se direcione, para lá também a doença deve se direcionar¹⁷.

Na raiz de todo sintoma há uma imagem oculta. É para essa imagem que vem para representar a doença que nos voltamos através da Imaginação Ativa. A imagem passa a ser então a expressão da energia psíquica que se tornou visível através do sintoma. A essa energia psíquica Jung denominou também de libido. No aspecto que trata da direção ou do redirecionamento da libido, Jung afirma que “toda a libido que ficou presa nos laços familiares deve ser retirada do círculo mais estreito para o mais largo, porque a saúde psíquica

¹⁶ JACOBI, Jolande. Paracelsus: Selected Writings. Pinceton, NJ: Pinceton University Press, 1951, ps.76/78.

¹⁷ ROTHEMBERG, Emily-Rose. A jóia na ferida. O corpo expressa as necessidades da psique e oferece um caminho para a transformação. Trad. Gustavo Gerheim. São Paulo: Ed. Paulus, 2004, p. 24.

do indivíduo adulto, que na infância era apenas uma partícula revolvendo em um sistema rotatório, exige que ele se torne o centro de um novo sistema”¹⁸.

Conclusão

Sob o ponto de vista odontológico, comparando-se os dois questionários realizados, um antes e um depois da aplicação da técnica da Imaginação Ativa, ficou evidente uma grande melhora nos sintomas da DTM com destaque para a melhora do grau da ansiedade de modo geral na vida da paciente.

A reavaliação feita após alguns dias decorridos do exercício de Imaginação Ativa mostrou que a mandíbula não mais estava presa ou travada, os ruídos na articulação desapareceram e o cansaço e apertamento dos maxilares não foi mais percebido. Permanecendo uma dor no ouvido e no pescoço do mesmo lado “é como se fosse uma outra dor” (sic). A ansiedade apresenta-se então num nível 3 (escala de 0 a 10) quando inicialmente estava num nível 8 (numa escala de 0 a 10).

Referência Bibliográfica

ALOE F; GONÇALVES LR; AZEVEDO A; BARBOSA RC. **Bruxismo durante o Sono**. Rev. Neurociências. v. 11, n.1, p. 4-17, 2003.

BIAZOTTOGONZALES,D.A.;ANDRADE,D.V.;GONZALES,T.O.;MARTINS,M.D.; FERNANDES,K.P.S.;CORREA,J.C.F.;BUSSADORI,S.K. **Correlação entre disfunção temporomandibular, postura e qualidade de vida**. Ver. Bras. Crescimento Desenvolvimento Humano, v.18,n.1,p.79-86,2008.

JACOBI, Jolande. **Paracelsus: Selected Writings**. Pinceton, NJ: Pinceton University Press, 1951, ps.76/78.

JUNG. C. G., **The Collected Works**. Trad. Por R.F.C Hull, ed. H. Reak, M. Fordham, G. Adler, Wm. McGuire, Bollingen Series XX (Princeton: Pinceton University Press, 1953-1979).

JUNG, C.G. **Símbolos da transformação**. Vol. V., Ed. Vozes, Petrópolis, RJ. 1986.

LYRA S.R.; ZAURA B.T.; BOLETA D.C.F.; **The Active Imagination Technique for Bruxism Treatment**; World Academy of Science, Engineering and Technology. I International Science Index 76, 2013.

MOLINA OF. **Placas de mordida na terapia oclusal**. São Paulo: Pancast. 1997. p. 37-59.

¹⁸ JUNG, C.G. Símbolos da transformação. Vol. V., Ed. Vozes, Petrópolis, RJ, 1986.

OLIVEIRA ME; CARMO MRC. **Placa de mordida interoclusal para tratamento de bruxismo.** Rev. do CROMG. v. 7, n. 3, p. 183-186, 2001.

PAIVA HJ. **Oclusão: noções e conceitos básicos.** São Paulo: Santos, 1997.

PONTES DG; et al. **A relação entre bruxismo dental e implantes endósseos.** Rev. bras. odontol. v.60, n. 2, p. 99-102, 2003.

ROTHEMBERG, Emily-Rose. **A jóia na ferida. O corpo expressa as necessidades da psique e oferece um caminho para a transformação.** Trad. Gustavo Gerheim. São Paulo: Ed. Paulus, 2004.

VISSCHER,C.M.;LOBEEZOO,F. DE BOER,W.;VAN DER ZAAG,J.NOIJE,M. **Prevalence of cervicospine pain in craniomandibular pain patients.**Eur J Oral Sci,v. 109,p76-80,2001

www.wgate.com.br/fisioweb acessado em 24/03/2014