



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ADAMS, Dinalva Cavallari; VOLPI, José Henrique. A expressão da energia que anima o ser humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 19º CONGRESSO BRASILEIRO e 3ª CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRICA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Acesso em: ____/____/____.

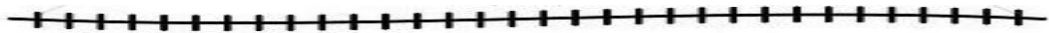
COMPROMETIMENTOS AFETIVOS E SUA RELAÇÃO COM O PESO, IMAGEM CORPORAL E AUTOPERCEPÇÃO

Cristiane Zanette de Camargo

RESUMO

O presente texto tem como objetivo investigar de onde vem a fome da pessoa obesa, seus traços de caráter e como esta pessoa lida com o alimento e suas conseqüências corporais, físicas, psíquicas e sociais. A abordagem utilizada para essa compreensão é a Psicologia Corporal.

Palavras-chave: Afeto. Anorexia. Bulimia. Caráter. Transtornos Alimentares.



Segundo a Organização Mundial da Saúde (2003), a obesidade é considerada uma epidemia global e sua prevalência em crianças e adolescentes vêm aumentando nas últimas décadas nos países desenvolvidos e em desenvolvimento, provocando um alto impacto negativo para a saúde pública. Em crianças e adolescentes, a obesidade está associada a fatores de risco para doenças cardiovasculares, respiratórias e metabólicas, além de contribuir para a baixa auto-estima e discriminação social, oportunizando assim, complicações emocionais. E, considerando a dificuldade do tratamento da obesidade, é fundamental a identificação de estratégias efetivas na sua prevenção.

Nesse sentido, o aleitamento materno é uma possível estratégia na prevenção da obesidade infantil a qual esta pode ser um fator para a obesidade no adulto. Nos primeiros anos de vida, o leite materno é o alimento ideal para o bebê, sendo exclusivo nos primeiros seis meses de vida. A amamentação é fundamental para a saúde e desenvolvimento da criança devido às vantagens nutricionais, imunológicas e psicológicas (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2003).

Segundo Navarro (1995), a percepção de certos sabores e de certos odores no recém-nascido provoca movimentos mímicos que exprimem aversão ou prazer. Ficou provado que se injetada uma substância com muito odor em uma gestante ou em uma mãe que amamenta, a prole preferirá, por muito tempo, os alimentos caracterizados por



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ADAMS, Dinalva Cavallari; VOLPI, José Henrique. A expressão da energia que anima o ser humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 19º CONGRESSO BRASILEIRO e 3ª CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRICA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Acesso em: ____/____/____.

esse odor. O feto, que ingere líquido amniótico, se condiciona a certos sabores-odores e, provavelmente, isso vai ter uma influência na vida extra-uterina, determinando as preferências e rejeições gastronômicas.

Nesse sentido, a Organização Mundial da Saúde (2003), reconhece que o aleitamento materno seria uma boa medida na prevenção da obesidade infantil. É possível que o leite materno influencie no desenvolvimento de um receptor de sabor e, assim, fortaleça a preferência por alimentação de baixo valor calórico para o resto da vida. A alimentação por mamadeira pode favorecer o desenvolvimento do sobrepeso por promover uma ingestão excessiva de leite e/ou prejudicar o desenvolvimento dos mecanismos de autorregulação.

Segundo a UNICEF, o aleitamento materno contribui para fortalecer o vínculo mãe-filho. Acredita-se que o aumento dos níveis de oxitocina no cérebro da mãe, verificado durante a amamentação, possa estar implicado no fortalecimento dessa relação. A estimulação ao aleitamento materno e o maior contato com a mãe e filho, tem reduzido os índices de abandono infantil em diversos países, tais como Rússia, Filipinas, Costa Rica e Tailândia.

E cresce a cada dia o número de pessoas obesas em todo o mundo e em variadas faixas etárias, inclusive a pediátrica. Antigamente isso era percebido mais no ocidente, porém hoje está em todos os lugares devido à influência dos valores e modos de vida ocidental. Tudo indica que a cultura da praticidade e rapidez pode contribuir para estes dados.

Há tempos não se ouve e nem se percebe mais as famílias sentando-se à mesa para se alimentarem juntos. Tudo indica que com a entrada da mulher no mundo do trabalho, com cada um tendo seus horários e afazeres o tempo para sentar com o outro e fazer as refeições juntos ficou cada vez mais escasso. Acabam por se alimentarem sozinhos e em qualquer lugar. Mal observam o que compram e comem, somente sabem que é rápido e como consequência engordativa.

E o quanto nos chama a atenção que as pessoas não se observam e nem prestam atenção em si mesmas. No máximo se comparam para ter noção de si mesmas. O quanto estamos de uma maneira geral desconectados de nós mesmos e



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ADAMS, Dinalva Cavallari; VOLPI, José Henrique. A expressão da energia que anima o ser humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 19º CONGRESSO BRASILEIRO e 3ª CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRICA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Acesso em: ____/____/____.

como isso é um prato cheio para os meios de comunicação e marketing se aproveitarem dessa fraqueza e fragilidade.

Acreditamos que isso é recente, mas, as mulheres há muito tempo sofrem com os padrões de beleza que ultrapassam épocas. Esses padrões são de origem progressiva, isto é, com o avanço da moda, corpo, postura, esportes, mudam o corpo da mulher. E, com isso, a mulher passa a ser mais vista e mais passível de crítica pessoal e social. Passa a ser também um objeto de observação de modelo de corpo, como podemos nos lembrar dos diferentes corpos almejados e exigidos socialmente nas décadas passadas e até hoje.

Em muitos momentos foi um corpo mais cheio de curvas até chegar hoje com a exigência da magreza a qual cega o mundo feminino esquecendo-se de sua estrutura física para atingir padrões idealizados e construídos para o enriquecimento de muitos. Não podemos nos esquecer que esta pressão hoje atinge os homens também, preocupados com o peso, vestimenta, beleza, etc.

Com a preocupação com o peso ideal, somente com o peso da balança e não com a causa para essa obesidade, isso influencia o auto-conceito. Buscam emagrecer rapidamente não importando os meios para se alcançar o resultado desejado e no menor tempo possível. Dietas da moda, sucos emagrecedores, sopas, chás, dietas das celebridades, etc. Mas, infelizmente não se dão conta dos prejuízos que a rápida perda de peso causa à saúde. Se antes, perder peso era sinônimo de saúde e uma forma de ter qualidade de vida, agora pode também ser responsável por uma dezena de problemas tais como: bulimia, anorexia, distorção da imagem, etc. Além da perda de nutrientes e desidratação.

Devemos compreender a questão do ganho de peso como uma questão psicológica, corporal, social e energética. Porque não há milagre nas dietas e cirurgias e muito menos nas promessas de felicidade. O que isso quer dizer? Quer dizer que devemos investigar as causas que levam o indivíduo a se relacionar consigo mesmo dessa forma.

Pode-se entender que energeticamente indivíduos obesos têm dificuldade com a relação carga x descarga do organismo. E emocionalmente isso significa que há uma



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ADAMS, Dinalva Cavallari; VOLPI, José Henrique. A expressão da energia que anima o ser humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 19º CONGRESSO BRASILEIRO e 3ª CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉERICA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Acesso em: ____/____/____.

dificuldade desse indivíduo se expressar. Não foi possível em seu ambiente familiar expressar-se livremente.

Segundo Reich (1998) desenvolvemos couraças, isto é, tensões crônicas no corpo, para nos proteger de experiências emocionais dolorosas e ameaçadoras ao nosso organismo. E essa couraça muscular está disposta em sete segmentos no corpo: ocular, oral, cervical, torácico, diafragmático, abdominal e pélvico.

A partir disso, podemos identificar qual desses segmentos ou anéis a obesidade faz parte. E ela está no anel ocular, oral e diafragmático. A função dos olhos, do ouvido, da boca e da pele, não só como órgãos dos sentidos são freqüentemente mais considerada que a do nariz. Talvez isso decorra do fato de que a anatomofisiologia do esquema do córtex pré-central, frontal e límbico ainda hoje é pouco conhecida, o que atribui ao sistema olfativo uma importância relativamente menor na organização da integração cerebral. Entretanto, as impressões olfativas são, ao contrário, um estímulo poderoso para as defesas psicomotoras e afetivas. O olfato, portanto, funciona conjuntamente com a audição, a visão e o paladar do recém-nascido, e o corpo da mãe impregna rapidamente sua sensibilidade, tanto que o odor está ligado à primeira respiração do recém-nascido: para cheirar é necessário inspirar, e se o sugar pode ser adiado, o olfato, ligado à inspiração, comporta a presença da realidade da vida e da realidade presente da mãe, mãe objeto total como processo e promessa de segurança.

O esquizóide sabe que tem um corpo, orienta-se no tempo e espaço, mas não se identifica com ele, não se sente vivo, desligando-se de si mesmo, do mundo e das pessoas. Segundo Lowen (1979), a perda do senso de identidade tem suas raízes na situação familiar. Sendo educado conforme as imagens do sucesso, popularidade, encanto sexual, sofisticação intelectual e cultural, status, auto-sacrifício e assim por diante, o indivíduo enxerga os outros como imagens, em vez de encará-los como pessoas. E através dessa perda da identidade e conseqüentemente de sua realidade o indivíduo desconecta de suas sensações e com isso, usa a comida para ter sensações.

A proliferação de blogues que descrevem processo de emagrecimento e como ajudam e estimulam os vômitos denuncia o estado das coisas. Isto é, de como estas pessoas desconectadas de si mesmas, distorcem seus corpos, suas imagens, e como buscam não estarem em suas realidades. Num relato de uma paciente, ela diz que



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ADAMS, Dinalva Cavallari; VOLPI, José Henrique. A expressão da energia que anima o ser humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 19º CONGRESSO BRASILEIRO e 3ª CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRICA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Acesso em: ____/____/____.

passa horas assistindo filmes e seriados porque isso a tira da realidade de seus pensamentos. É mais fácil viver no mundo dos meus sonhos! E em outro relato, uma paciente me disse que quando criança perguntou a sua mãe se seu nome era X ou “estrupícia” de tanto que seu pai somente a chamava dessa forma.

Lowen diz que as pessoas comem porque tem fome e o esquizóide almoça porque é meio-dia; que as pessoas fazem esporte porque sentem prazer no contato com seu corpo e o esquizóide o faz para aumentar seu controle sobre o corpo; as pessoas têm desejo, prazer, e o esquizóide tem vontade. Com isso, Lowen aponta para a mecanização do corpo e da atitude esquizóide.

O caráter esquizóide apresenta medo do contato humano e se refugia no isolamento. Tende a preferir atividades solitárias que funcionam para evitar sentir emoções muito intensas. O distanciamento emocional é bastante freqüente em suas relações afetivas. Segundo Lowen (1982), o caráter esquizóide apresenta uma pronunciada tendência a evitar relacionamentos íntimos e afetuosos. Devemos ter em mente que o caráter esquizóide se forma a partir de vivências de rejeição afetiva experienciadas na relação mãe bebê. O caráter esquizóide tenta se esquivar do contato humano, pois as relações humanas são sempre carregadas de afeto.

Segundo Lowen (1977), isso pode começar a ocorrer já durante o processo gestacional. Uma mãe que não deseja seu filho, não acolhe o feto nem afetivamente, nem energeticamente. Após o nascimento, o vínculo com a função materna produz uma referencia internalizada de que as relações são uma ameaça em potencial para ele. No psiquismo, permanece o registro de que a relação matriz foi dolorosa, como consequência perdura a sensação de que isso irá se repetir.

Lowen (1975), afirma que o esquizóide pode apresentar um “compromisso com o útero”: empenho do indivíduo adulto em restabelecer uma forma parasítica de relacionamento na sua vida e sua relutância em “cortar o cordão umbilical” que o une à sua mãe. A paciente citada acima tem uma satisfação enorme em dizer que cuidou da sua mãe enquanto ela estava triste e é a mesma satisfação quando a mãe faz a alimentação cheia de molhos.

O terapeuta precisa ser extremamente paciente para reconstruir a partir da relação terapêutica o lugar da mãe suficientemente boa. Segundo Winnicott (1988), é



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ADAMS, Dinalva Cavallari; VOLPI, José Henrique. A expressão da energia que anima o ser humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 19º CONGRESSO BRASILEIRO e 3ª CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRICA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Acesso em: ____/____/____.

através do vínculo com a função materna que satisfaz as necessidades básicas de calor e afeto do bebê que se internaliza a confiança básica na vida e nas relações. Por isso, na relação com o paciente esquizóide, o terapeuta precisa ser caloroso, acolhedor e com disponibilidade afetiva para o vínculo.

O caráter esquizóide não foi nutrido emocionalmente com qualidade. Essa é uma das razões que explica a baixa carga energética disponível. Como não houve nutrição afetiva suficiente, seu corpo tende a ser desvitalizado. Por isso, são fundamentais os trabalhos que desenvolvam a carga energética corporal com trabalhos respiratórios e de grounding.

Já o oral corresponde à etapa de incorporação que é a fase do desenvolvimento emocional em que a criança se fixou (VOLPI & VOLPI, 2002). Esta etapa tem início logo após o nascimento e finaliza com o desmame, que deverá ocorrer por volta do nono mês de vida, quando o bebê já tem dentes suficientes para triturar seu próprio alimento. Nessa etapa, o bebê abandona o útero para se ligar ao seio da mãe, introjetando tudo o que vier do mundo externo, começando pelo bico do seio ereto e disponível, passando pelo sabor agradável ao leite, pelo cheiro da mãe, pela disponibilidade da mãe em amamentá-lo, pelos olhos atentos e receptivos, pelas mãos quentes e acolhedoras e pelo contato epidérmico que envolve o bebê, da mesma forma que ele foi envolvido pelo útero. Não devemos esquecer que “a pele é a ponte sensível do contato com o mundo... É o nosso órgão mais extenso, é o nosso código mais intenso, um lar de profundas memórias” (LELOUP, 1998, p.9).

O comportamento básico do oral é o medo da rejeição, mas também tem dependência, depressividade, raiva, agressividade, etc. E suas biopatias mais comuns são: bruxismo, problemas ortodônticos, depressão, bulimia, anorexia, obesidade secundária.

Em decorrência da carência por conta do mau contato com a mãe nesta fase de incorporação, este indivíduo substitui o contato pela comida. Certa vez um paciente me disse que o salgadinho que comia diariamente era seu melhor companheiro.

Segundo Monteiro da Silva (2007), psicóloga coordenadora do curso de transtornos alimentares e obesidade do HC, diz que o período pós-operatório pode ser comparado às fases do desenvolvimento infantil. Os primeiros três meses equivalem à



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ADAMS, Dinalva Cavallari; VOLPI, José Henrique. A expressão da energia que anima o ser humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 19º CONGRESSO BRASILEIRO e 3ª CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRICA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Acesso em: ____/____/____.

fase oral: a maior preocupação do indivíduo é com a comida, que consiste apenas de sopas e papinhas. Nesse momento ele fica emocionalmente frágil e chora muito. A partir do quarto mês há um “retorno” à fase anal: alguns chegam a pesar 20 quilos a menos e sentem-se mais expostos. Surge uma agressividade, o medo da mudança de identidade e a impossibilidade de recorrer à comida para aliviar as angústias. Por volta do sétimo mês começa a fase pré-genital, uma espécie de adolescência emocional. Muitos quilos mais magros, os pacientes querem aproveitar tudo, muitas vezes de forma inconseqüente. E nesse momento que correm o risco de se tornar dependentes de álcool e outras drogas ou de viver relações promíscuas. As compulsões tendem a aumentar depois da cirurgia e costumam ser acompanhadas de depressão e ganho de peso, apesar do estômago reduzido. “Aí as pessoas se dão conta que o problema não era só o excesso de peso, de que há sempre faltas e que é preciso conviver com elas”.

Segundo Fernandes (2013), há duas questões relativas à obesidade como a mastigação e o comer compulsivo. Com relação à mastigação ele associa ao fato de triturar e misturar a saliva como sendo o início do processo de digestão e que o obeso não mastiga ou mastiga pouco e assim o estômago dilata por conta do alimento mal processado. Associa também que o obeso não mastiga devido a sua relação com a mãe ter tido algum distúrbio grave nessa relação da nutrição e afeto. A relação do bebê através de um colo frio pode reagir mordendo o seio da mãe. Traz o exemplo de uma creche que visitou e que as crianças se resolviam à base de mordidas. Se a reação da mãe à mordida do filho for agressiva o bebê se sente ameaçado, com isso se culpabiliza e congela sua raiva. Tendo perdido o alimento afeto passa a investir no alimento-leite, numa busca desesperada por amor. E todo obeso sofre de compulsão por comer e toda compulsão é oral. Ele se enche de comida na tentativa de preencher o vazio afetivo que sente. O que sente é fome de amor, de calor humano, de ternura perdido. Tudo o que come é altamente calórico o que ajuda a aquecer internamente. Há o “ataque noturno à geladeira” para se entupir de comida. Isso acontece segundo Fernandes (2013) para calar seus anseios de ficar em contato mais profundo consigo mesmo.

Num relato de um paciente, ele disse que passa o dia todo comendo certo e pouco, mas quando chega em casa come tudo o que vê pela frente porque se sente só.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ADAMS, Dinalva Cavallari; VOLPI, José Henrique. A expressão da energia que anima o ser humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 19º CONGRESSO BRASILEIRO e 3ª CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRICA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Acesso em: ____/____/____.

Todos fazem dieta, porém param quando chega num ponto onde a camada de gordura afina e sentem-se ameaçados, ou seja, não acham que darão mais conta e com isso retornam à compulsão. Mas poucas pessoas têm consciência daquilo que é ou não é normal no que se refere ao comportamento alimentar. E mais do que saber o normal é importante buscar saber o que é bom para este indivíduo.

O trabalho terapêutico que Navarro (1996) faria neste momento seria o que este indivíduo borderline precisaria é de uma “boa mãe”, para dar a maternagem que o paciente não teve. E trabalhos com a raiva, como por exemplo, morder a toalha.

E quanto ao caráter masoquista, ligado ao anel diafragmático abordado tanto por Reich quanto por Lowen é caracterizado pelas reclamações e pelos lamentos constantes. Tende a se vitimizar, a encarar as situações pelo aspecto negativo. Sua formação na infância ocorre a partir da relação com uma função materna que suprimiu a liberdade e a expressão dos impulsos da criança. Isso pode acontecer, por exemplo, através da presença de uma mãe superprotetora ou supercontroladora, que não forneceu espaço para a criança construir sua autonomia.

Segundo Lowen (1977), o masoquista é um indivíduo que, quando criança, foi profundamente humilhado. Foi feito para se sentir inadequado e sem valor. A criança então internalizou essa referência e passou acreditar que tudo que fazia seria ruim. O eterno pessimismo é decorrente dessa visão de sua incapacidade. O masoquista acha que está predestinado a ser infeliz. E acaba se colocando nas relações dessa forma negativa o que aumenta as chances de realmente tudo acabar mal. Como na fala de um cliente que não se aproxima das mulheres porque elas vão te dizer não. Nos relacionamentos, ele reclama muito, implica com tudo, e pode ser extremamente chato. Isso aumenta as chances de que a pessoa se afaste.

É comum observarmos que a criança, nesse momento de seu desenvolvimento (fase anal), torna-se especialmente interessada em si mesma, através de seu corpo. Os pronomes “eu” e “meu” surgem com toda a força nessa época. A criança está aprendendo a se auto-afirmar e esse processo se inicia motivado justamente pelas funções de alimentação e de excreção. A criança já não quer que ninguém a alimente, quer escolher sua comida (VOLPI & VOLPI, 2003, p. 107).



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ADAMS, Dinalva Cavallari; VOLPI, José Henrique. A expressão da energia que anima o ser humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 19º CONGRESSO BRASILEIRO e 3ª CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRICA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Acesso em: ____/____/____.

Em sua falta de habilidade, a criança pode se sujar, derrubar a comida, etc. Se a atitude materna, nesse momento, é punitiva, a criança se sentirá profundamente reprimida em seus anseios. O mesmo ocorre com relação à defecação. Já sendo capaz de controlar, ainda que precariamente, seus esfíncteres, a criança quer ela mesma, experimentar esse controle. A mãe do masoquista, entretanto, submeterá também essa função à sua própria vontade. A mensagem subjacente é a de que a criança não sabe de nada, quanto menos de si mesma, e quem sabe tudo é a mãe (VOLPI & VOLPI, 2003, p.107). O trabalho verbal dessas defesas pode auxiliar o paciente a se dar conta da armadilha que montou para si próprio.

Segundo Reich (1995), o masoquista procura conter a tensão interna e a ameaça de angústia por um método inadequado, ou seja, atraindo amor através de provocação e desafio. Corporalmente tende a não demonstrar leveza. E Lowen (1982), diz que o medo de explodir é contraposto com a um padrão muscular de contenção. Músculos densos e poderosos restringem qualquer asserção direta de si, permitindo somente queixas e lamentos. As queixas, reclamações e confusões nas quais o paciente se envolve são uma forma deslocada de descarregar o excesso de energia aprisionada. Por isso, é indicado trabalhos corporais de expressão da raiva e também para entrar em contato com a frustração e tristeza por não se sentir amado. Esses movimentos permitem desbloquear os impulsos contidos na musculatura. Muitas vezes, em suas relações, a raiva sai de forma inadequada para testar inconscientemente, o quanto o outro o aceita.

Devido a ter se tornado todo tenso, a imagem que parece de uma pessoa dentro de uma camisa de força e o que faz com toda sua energia senão segurar. Com todo esse padrão de segurar sua energia, a ansiedade está sempre a mil, porém não pode ser descarregada naturalmente. E geralmente é deslocada para a comida. Um paciente me relatou que não consegue emagrecer, se acha gordo, mas antes de voltar para casa precisa passar no supermercado e comprar coisas para comer a noite porque demora a dormir.

Portanto, como disse Reich (2013) é muito importante trabalhar as crianças do futuro, partindo de dentro de casa para que estas possam ser críticas e construir uma



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ADAMS, Dinalva Cavallari; VOLPI, José Henrique. A expressão da energia que anima o ser humano. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais. 19º CONGRESSO BRASILEIRO e 3ª CONVEÇÃO BRASIL-LATINOMÉRICA DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS.** Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-24-8]. Acesso em: ____/____/____.

sociedade mais saudável para se viver, a qual não impeça os impulsos naturais encontrados em todos nós de se manifestarem, de sermos quem nós somos.

REFERÊNCIAS

AMARAL, Simone; BASSO, Cristina. **Aleitamento materno e estado nutricional infantil.** Santa Maria: Ciencia da Saúde, 1982-2011.

BALABAN, Geni; SILVA, Gisélia A. P. **Efeito protetor do aleitamento materno contra a obesidade infantil.** Rio de Janeiro: Jornal de Pediatria: Sociedade Brasileira de Pediatria, 2004.

FERNANDES, Álvaro S. P. **Obesidade: Fome de quê?-Uma visão bioenergética.** São Paulo; SOBAB, 2007

GRIMM, Oliver. Armadilhas da obesidade. In: **Revista Viver mente & cérebro.** São Paulo: Duetto, Ano XIV, No 169, Fev. 2007, pp. 67-71

LOWEN, Alexander. **Bioenergética.** São Paulo: Summus, 1982.

MACCARINI, Renato Moretto. **A expressão do egoísmo e sua relação com os traços de caráter oral e narcisista segundo a psicologia corporal.** Curitiba, 2009.

NAVARRO, F. **Caracterologia Pós-Reichiana.** São Paulo: Summus, 1995.

NAVARRO, F. **Somatopsicopatologia.** São Paulo: Summus, 1996.

REICH, W. **Crianças do Futuro.** Curitiba; Centro Reichiano, 2013.

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Reich: A Análise Bioenergética.** Curitiba; Centro Reichiano, 2003.

VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. **Etapas do desenvolvimento emocional.** Curitiba; Centro Reichiano, 2006.

AUTORA

Cristiane Zanette de Camargo / Cerquillo / SP / Brasil - Psicóloga, CRP-06/101932, cursando Especialização em Psicologia Corporal pelo Centro Reichiano, Curitiba/PR.
E-mail: cris_zanette@hotmail.com