



# O tratamento da obesidade em indivíduos com traços de caráter oral segundo a terapia corporal reichiana

## *Treatment of obesity in individuals with oral character traits according to Reichian body therapy*

Ana Larissa Lima (1); José Henrique Volpi (2)

(1) Centro Reichiano · Sorocaba-SP · Brasil

(2) Centro Reichiano · Curitiba-PR · Brasil

### Resumo

A fase de desenvolvimento oral é aquela que compreende do décimo dia de vida aos dezoito meses. Indivíduos que enfrentam privações ou não tiveram as suas necessidades atendidas nessa fase podem desenvolver uma estrutura de caráter oral, caracterizada por comportamentos dependentes, depressivos e melancólicos, com predisposição a vícios e compulsões. Essas características aumentam a tendência à obesidade, tornando o tratamento desafiador, devido a possíveis bloqueios nos segmentos ocular e oral, associados a comportamentos de dependência e medo do abandono, que podem aumentar a tendência para compulsão e obesidade. Assim, para o sucesso no processo de emagrecimento, é essencial que o terapeuta adote uma abordagem holística, indo além de questões externas como alimentação e exercícios, e auxilie o paciente na identificação e tratamento das verdadeiras causas da obesidade, como as limitações e bloqueios relacionados ao caráter oral.

**Palavras-chave:** Emagrecimento; Obesidade; Oralidade; Psicologia; Reich.

### Abstract

The oral developmental phase extends from the tenth day of life to approximately eighteen months of age. Individuals who experience deprivation or whose needs are not adequately met during this period may develop an oral character structure, characterized by dependent, depressive, and melancholic behaviors, as well as a predisposition to addictions and compulsions. These characteristics may increase the tendency toward obesity, making treatment more challenging due to possible blockages in the ocular and oral segments, which are associated with dependency behaviors and fear of abandonment. Such conditions may contribute to compulsive eating patterns and weight gain. Therefore, successful weight-loss treatment requires a holistic therapeutic approach that goes beyond external factors such as diet and physical exercise, helping patients identify and address the underlying causes of obesity, including the limitations and energetic blockages related to the oral character structure.

**Keywords:** Weight Loss; Obesity; Orality; Psychology; Reich.

Nos últimos anos, é possível observar o crescimento significativo nos casos de excesso de peso e obesidade, de forma que essa doença multifatorial vem tornando-se uma questão global. De acordo com o Atlas Mundial da Obesidade (2023), a projeção é que, em 2035, 1 em cada 4 pessoas (quase 2 bilhões) estará com obesidade e mais da metade da população mundial (cerca de 4 bilhões) viverá com sobrepeso. Essa doença é preocupante, pois gera consequências tanto na saúde do indivíduo, tais como distúrbios metabólicos, como a diabetes tipo 2 e a resistência à insulina, osteoartrite, diversos tipos de câncer, doença renal crônica e outras condições que aumentam o risco de mortalidade, além de que indivíduos obesos estão vulneráveis a questões sociais, como isolamento e discriminação, o que aumenta o risco de desenvolver doenças psicológicas (DA CRUZ et al., 2023).

O crescente número de métodos e informações disponíveis para o tratamento da obesidade não reduz os desafios para o seu tratamento e controle, tanto para os pacientes como também para os profissionais da área. De forma que, mesmo a obesidade sendo identificada como um evento de controle prioritário, observa-se uma lacuna nas ações voltadas para um tratamento do indivíduo obeso, incluindo até as próprias diretrizes do Ministério da Saúde, que priorizam o modelo biológico, enfocando aspectos como orientação nutricional, atividades físicas e tratamento clínico de comorbidades, deixando a desejar sobre os fatores psicológicos e sociais que podem contribuir para a complexidade da obesidade, especialmente quando associada à depressão (MORAES, ALMEIDA; SOUZA, 2013).

Dessa forma, uma possibilidade de olhar o paciente obeso através de um olhar integral é por meio da psicoterapia corporal reichiana. A psicoterapia corporal, que tem sua origem com Wilhelm Reich (1897-1957), médico e ex-discípulo de Sigmund Freud (1856-1939), é uma abordagem que concebe o ser humano como uma entidade onde mente e corpo são inseparáveis e interdependentes, com origem na energia biológica (CASTRO, 2019). Dentro dessa abordagem surgiu a análise do caráter, que é uma técnica que tem como objetivo analisar a história e o comportamento do paciente através da observação das couraças pela leitura corporal e, assim, tornar conscientes os conflitos inconscientes presentes no corpo e na mente.

Para Lowen (apud MACHADO; VOLPI, 2014), o caráter é como o cavaleiro medieval e a armadura sua defesa, de forma que este pode ser determinado através da observação do comportamento de uma pessoa. Dentro de cada grupo dos tipos de caráter, o

desenvolvimento de cada um deles depende de muitos fatores, de forma que as classificações variam tanto qualitativa quanto quantitativamente no grau de oralidade, anialidade e falicidade de cada pessoa.

Dentro dessa classificação, Volpi e Volpi (2003) definem o oral como uma pessoa dependente, passiva, com tendência à depressão e uma necessidade excessiva de atenção, além de ter um forte medo do abandono, que gera um comportamento de dependência ou fantasia. Ainda pode apresentar ansiedade, narcisismo, dificuldade em compreender desejos e necessidades dos outros e distúrbios ortodônticos, bruxismo, bulimia, obesidade, alcoolismo etc. Esse caráter é formado durante a etapa de desenvolvimento chamada de oral, que é a fase entre o décimo dia de vida e os dezoito meses. O ideal nessa fase seria uma amamentação de qualidade, com contato e carinho, e um desmame gradativo. Quando isso não acontece, pode ocorrer um bloqueio nesta fase, que é justamente o que gera o caráter oral e um indivíduo dependente, com todas as características supracitadas.

Essas características fazem com que indivíduos orais tenham uma maior tendência à obesidade, como também apresentem dificuldades no tratamento da doença, visto que o medo do abandono gera uma dor inconsciente que pode provocar comportamentos compulsivos em relação à alimentação, além de uma falta de maturidade emocional para lidar com as frustrações da vida adulta e com as próprias ações propostas pelos profissionais em seu processo de perda de peso.

Pensando em facilitar o manejo do tratamento da obesidade em indivíduos com alta oralidade, Lima (2020), através da abordagem do método de Emagrecimento Comportamental®, classifica os indivíduos orais como “compulsivos emocionais” e propõe uma abordagem que busca oferecer o tratamento de perda de peso levando em consideração sua forma de funcionar.

Ao levar em consideração as características físicas e comportamentais desses indivíduos, Lima (2020) propõe uma lista de ações que podem ser implementadas para que a adesão ao emagrecimento seja mais efetiva:

- \* A alimentação deve estimular a mastigação. Ex.: evitar sopas, vitaminas e shakes, pois não vão matar a fome.
- \* As comidas devem proporcionar prazer e conforto.
- \* No começo do tratamento, não são recomendadas estratégias com muita restrição, como proibição de alimentos, jejum intermitente, low carb restritiva ou dieta cetogênica.

- \* Devem dar preferência às atividades em grupo, como crossfit, aulas de ginástica coletiva e treinos em grupo.
- \* Devem buscar compreender melhor suas emoções e perceber seus sentimentos quando forem comer sem fome.
- \* Quando sentirem vontade de chorar, devem evitar prender o choro e, se possível, compartilhar suas emoções com alguém que lhes dê afeto, ao invés de comer.
- \* Mesmo quando não entenderem ou não souberem explicar o motivo pelo qual não estão bem, seus sentimentos e emoções devem ser acolhidos e respeitados.
- \* Para evitarem abandonar o processo, precisam buscar profissionais que se mantenham próximos durante o tratamento. Caso sintam-se abandonados, podem desistir do tratamento.
- \* Funcionam bem em grupos de emagrecimento, pois além de se sentirem acolhidos, vão acolher os outros participantes.

Além dessas ações, Leitner (2014) sugere, para o tratamento da obesidade em indivíduos orais, que a agressividade também seja trabalhada, pois pode estar reprimida nesses pacientes. A respiração, como meio de se energizar sem precisar recorrer à alimentação a todo momento, exercícios e grounding também podem ser efetivos.

Levando em consideração o cenário da pandemia da COVID-19, Gazir e Volpi (2022) sugerem um projeto terapêutico de amadurecimento para indivíduos orais que também pode auxiliar no tratamento da obesidade. A orientação é uma terapia com foco no acolhimento, mas também na imposição de limites, para que o oral encontre o seu próprio limite; a análise do caráter, para que o paciente enxergue como funciona no mundo; exercícios através da respiração, massagens e actings para ajudar a desbloquear suas couraças e amadurecer seu caráter, evidenciando ainda que as técnicas são importantes, mas o vínculo com o paciente é essencial.

Assim, podemos concluir que, para que os orais possam ter sucesso no tratamento da obesidade, é preciso que um projeto terapêutico holístico seja desenvolvido com foco em amadurecer a sua oralidade, reduzindo a dependência e aumentando a sua sustentação e autorresponsabilidade. A implementação de ações e hábitos saudáveis deve levar em consideração a forma de funcionar desse paciente, assim como um trabalho corporal e respiratório para desbloqueio das couraças.

A sugestão é que os segmentos de couraça ocular e oral sejam levados em consideração nesse processo, tanto para reorganizar a visão e aumentar a percepção da realidade,

possibilitando sair do mundo da fantasia — que pode gerar em alguns indivíduos a falta de percepção do ganho de peso (transtorno dismórfico corporal) — como também para que as emoções possam ser expressas de uma forma saudável e madura, ao invés de serem depositadas na comida.

---

## Referências

- CASTRO, G. F. O. Psicoterapia Corporal Reichiana: noções básicas. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara. Psicologia Corporal. Revista Online. ISSN 1516-0688. Curitiba: Centro Reichiano, v. 20, 2019.
- DA CRUZ, E. P. R. et al. Obesidade na atualidade: abordagem das principais consequências a longo prazo. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 6, n. 2, p. 5407-5416, 2023.
- GAZIR, A.; VOLPI, J. H. O caráter oral na psicologia corporal e a importância de seu amadurecimento no contexto da pandemia da COVID-19. *Psicologia Corporal. Revista Online*. Curitiba: Centro Reichiano, v. 23, 2022.
- LEITNER, P. C. C. A obesidade como um sintoma psicossomático. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). *Anais do 19º Congresso Brasileiro e 3ª Convenção Brasil-Latinoamérica de Psicoterapias Corporais*. Curitiba: Centro Reichiano, 2014.
- LIMA, A. L. *Emagrecimento consciente*. Recife: Editora Panda, 2020.
- MACHADO, C. C.; VOLPI, J. H. Caráter oral e suas coberturas. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). *Anais do 19º Congresso Brasileiro e 3ª Convenção Brasil-Latinoamérica de Psicoterapias Corporais*. Curitiba: Centro Reichiano, 2014.
- MORAES, A. L.; ALMEIDA, E. C.; SOUZA, L. B. Percepções de obesos deprimidos sobre os fatores envolvidos na manutenção da sua obesidade: investigação numa unidade do Programa Saúde da Família no município do Rio de Janeiro. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, v. 23, p. 553-572, 2013.
- VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. *Reich: a análise bioenergética*. Curitiba: Centro Reichiano, 2003.
- WORLD OBESITY FEDERATION. *Atlas Mundial da Obesidade*. 2023.

## Credenciais dos autores

### Ana Larissa Lima

Bacharel em Educação Física pela ESEF-UPE. Bacharel em Nutrição pela Estácio de Sá. Especialista em Nutrição esportiva, bioquímica do exercício e fisiologia do exercício para grupos especiais. Estudante de psicologia, Saint Leo University-FL/USA. Cursando Especialização em Psicologia Corporal, com habilitação para atuar como Terapeuta Corporal Reichiano //ou// Bioenergético, pelo Centro Reichiano, Curitiba/PR.

## **José Henrique Volpi**

Psicólogo (CRP-08-3685), Especialista em Psicologia Clínica, Anátomo-Fisiologia, Hipnose Ericksoniana, Psicodrama e Brainspotting. Psicoterapeuta Corporal Reichiano, Analista psico-corporal Reichiano formado com o Dr. Federico Navarro (Vegetoterapia e Orgonoterapia). Especialista em Acupuntura clássica e Método Ryodoraku (eletrodiagnóstico computadorizado de medição da energia dos meridianos do corpo). Mestre em Psicologia da Saúde. Doutor em Meio Ambiente e Desenvolvimento. volpi@centroreichiano.com.br

---

---

## **Como citar este artigo**

LIMA, Ana Larissa; VOLPI, José Henrique. O tratamento da obesidade em indivíduos com traços de caráter oral segundo a terapia corporal reichiana. Revista Científica Eletrônica de Psicologia Corporal, Curitiba, v. 25, p. 29-34, 2024. e-ISSN 3086-1438. Disponível em: <https://centroreichiano.com.br/artigos/o-tratamento-da-obesidade-em-individuos-com-tracos-de-carater-oral-segundo-a-terapia-corporal-reichiana/>. Acesso em: 02/06/2026.