

Terapia da Transmutação: Potencializar sutil e profundamente a saúde das pessoas idosas



Bettina Turner

Caberia a pergunta: e por que se deseja viver muito? Certamente não é para atingir uma idade avançada, mas para experimentar algo forte demais no encontro com as potências da vida, a despeito das doenças ou com elas mesmas, a fim de alcançar a grande saúde, de acordo com o conceito nietzschiano, “aquela que não basta ter, a que se adquire, que é necessário adquirir, constantemente, por ser sacrificada sem cessar, por ser necessário sacrificá-la sem cessar!...” (Nietzsche, 1996, §282: 283. In Tótora, S. 2013)¹.

A “Terapia da Transmutação”, inspirada na Osteopatia Biodinâmica², é uma técnica que demanda conhecimentos e estudo da Embriologia para ser aplicada. No entanto, demanda pouca infraestrutura para sua execução. Uma maca, dois lençóis e dois travesseiros com fronhas, em um local tranquilo é o suficiente. Quando não é possível usar a maca, pode ser aplicada na própria cama do cliente. Mas, a maca é o ideal e dá mais conforto tanto a quem recebe quanto a quem aplica a terapia.

A terapia promove o equilíbrio da flutuação do líquido no sistema crânio-sacro e ajuda a pessoa a regular a capacidade natural de auto cura do corpo. A partir

¹ Trecho extraído de material didático elaborado pela professora Graça Leal.

² O Programa de Osteopatia Biodinâmica foi criado, e aplicado desde 1966, pelo médico osteopata norte-americano Dr. James Jealous.

das forças embrionárias e da respiração, busca-se o reequilíbrio do organismo, a potencialização da saúde e a reconexão com o Sopro da Vida.

Em algum lugar sempre haverá vida, sempre haverá saúde, mesmo quando o corpo definha. E é nesse lugar que poderemos encontrar mais paz para aceitar que estamos em processo de mudança para o novo: estamos constantemente nos transformando e transmutando. Quem realiza a “Terapia da Transmutação” acredita na presença inerente da capacidade de curar do ser humano e na sabedoria do processo evolutivo. A experiência com a técnica mostra que a maioria das pessoas atendidas vivencia maior unidade com o todo, acessando seu potencial de saúde.

Aqueles que estão em contato direto com o panorama do envelhecimento no Brasil sabem que se trata de um tema urgente. Em 2018 a expectativa de vida aumentou consideravelmente atingindo 79,9 anos para as mulheres e 72,80 para os homens (IBGE, 2018), as projeções apontam que em 2041 a expectativa de vida do brasileiro ultrapassará a marca dos 80 anos. O movimento de queda da mortalidade – que aumenta a expectativa de vida – vem ocorrendo de maneira contínua desde o século passado no país (IBGE, 2013). Tais mudanças produzem impactos socioeconômicos e culturais, demandando ações que promovam a saúde da população idosa em nosso país.

O envelhecimento pode trazer o aumento das comorbidades crônicas e degenerativas, que explicitam cenários multifacetados, somados à carência de serviços e de profissionais habilitados dedicados a este segmento populacional, torna a situação quase insustentável e exige ações que possam amenizar esse quadro na sociedade como um todo.

A criação de novos Centros de Convivência, Centros Dia e Instituições de Longa Permanência se faz premente, assim como a melhoria das condições das instituições já existentes. Muitas famílias se veem despreparadas para dar o devido cuidado aos seus “velhos” e o sistema público de atendimentos de saúde necessita da atuação de profissionais bem treinados e pertencentes a equipes organizadas, multidisciplinares e interdisciplinares, no atendimento desejável, visando a qualidade de vida diária dos seus usuários. Muitos equipamentos carecem de recursos, de técnicas, de um olhar mais abrangente e acolhedor – tanto para usuários quanto para o próprio trabalhador.

Do ponto de vista biológico, o envelhecimento pode ser descrito como um estágio de degeneração do organismo, associado à passagem do tempo. Porém, na velhice o desafio de se estabelecer as fronteiras entre a saúde e a doença, entre o que é normal e o que é patologia, o que é degenerativo e o que deve ser medicalizado não é o objetivo que se apresenta aqui. Em qualquer caso, a abordagem, mesmo sendo individual – pois cada caso tem sua singularidade –, pode ser transpassada por conceitos de saúde, como, por exemplo, o bem-estar subjetivo, que se aplica a todo ser humano durante o seu curso de vida, começando no nascimento e ganhando características mais acentuadas por volta dos 60 anos.

Vale ressaltar que Bem Estar Subjetivo (BES) constitui um campo de estudos que procura compreender as avaliações que as pessoas fazem de suas vidas (DIENER; SUH; OISHI, 1997). Esse campo teve um crescimento acelerado na última década, revelando como seus principais tópicos de pesquisa satisfação e felicidade (DIENER *et. al.*, 2003). Tais avaliações devem ser cognitivas - satisfações globais com a vida e com outros domínios específicos como com o casamento e o trabalho – e incluir também uma análise pessoal sobre a frequência com que se experimentam emoções positivas e negativas (SIQUEIRA; PADOVAM, 2008).

Fisiologicamente não há como fugir do fato de que o corpo vai morrendo, e envelhecer ou viver um longo tempo decorre de vários fatores, entre eles as condições de vida, a genética, as crenças. Sabemos que as pessoas que vivem mais e melhor são aquelas que mantêm seus desejos vivos, e que o desuso das funções fisiológicas e a falta de atividade podem comprometer o bem-estar e prejudicar a qualidade de vida cotidiana.

Portanto, a busca por novas maneiras para se lidar com essa problemática e melhorar a qualidade de vida diária, valorizando o potencial de saúde do idoso, se coloca como prioridade. O trabalho consiste em favorecer que cada indivíduo seja ativo na promoção do seu bem-estar, reconectando-se com a sabedoria de seu ser, favorecendo a homeostase (reequilíbrio do organismo), sem excluir tratamentos que já realiza com outros profissionais, ou seja, somando ações e potencializando resultados favoráveis na etapa da velhice.



Há possibilidade de envelhecermos dentro de um estado de saúde, premissa na qual a “Terapia da Transmutação®”, até 2018 denominada “Terapia de Integração Craniossacral®”, vem somar qualidade no atendimento especializado a idosos - incluindo atendimentos paliativos aos doentes terminais -, ampliando a visão do conceito de Saúde.

Quais os princípios da “Terapia da Transmutação®”?

A Terapia da Transmutação® foi desenvolvida no Brasil pela odontologista Aziza Lurica Noguchi. Depois de passar alguns anos estudando Terapia Cranioossacral na Índia, em 2007 ela encontrou seu atual mentor, James Jealous, representante da linhagem da Osteopatia Biodinâmica, que revolucionou sua formação. Com o aval do Dr. Jealous, a partir de 2010, Aziza passou a praticar e a ensinar os fundamentos aprendidos no programa dele, realizado nos Estados Unidos³.

Um dos fundamentos é que o Sopro da Vida gera uma força vital primária que se expressa no sistema humano nos movimentos rítmicos dos tecidos vivos, mantendo a saúde e ordenando os processos fisiológicos. Existem conceitos semelhantes em outras tradições de medicina: o conceito de Chi, da medicina chinesa; Ojas, na medicina ayurvédica; ou o Vento das Forças Vitais, na medicina tibetana.

O Sopro da Vida vem para o corpo. Nós podemos sentir vários ritmos que são criados a partir dele e podemos perceber que um processo se inicia... Essencialmente o que ocorre é gênese. Nunca para. Momento a momento estamos construindo nova forma e função. (JEALOUS, 1977, p. 9)

Essa afirmação do Dr. Jealous não é poética nem mística. O que ele observa é resultado de décadas de prática médica e de estudos acadêmicos feitos nas áreas de Anatomia e da Embriologia que influenciam sua visão, de forma profunda, compartilhada no Brasil por Aziza. Afirma que “não se trata de uma ideologia, mas de uma percepção direta da realidade que acontece seguindo as forças terapêuticas, aceitando a sabedoria da direção do tratamento” (JEALOUS, 2015, p. 2).

Os estudos atuais de Jealous confirmam que o Sopro da Vida carrega a Matriz Original, o registro essencial da Saúde, presente desde o momento em que as células do embrião começam a se diferenciar. O processo contínuo de criação faz com que todas as células possam expressar sua capacidade de regeneração e integridade nos tecidos que se desordenaram e foram afetados por patologias, em qualquer momento da vida.

Jealous (2015, p. 104) diz que “essas forças continuam atuando no adulto, trazendo condições de regeneração e cura”. Quando as expressões rítmicas do Sopro da Vida estão congestionadas e restringidas, esse princípio básico de regeneração fica impedido de se manifestar, e é então que a saúde fica



³Fonte: Cursos. Bem-vindo aos nossos programas. 2020. <https://www.jamesjealous.com/courses/> Acesso em: 5 de maio de 2020.

comprometida.⁴ Aziza, que também é fundadora do IQD (Instituto de Quietude Dinâmica), desenvolveu a técnica da Terapia da Transmutação levando em conta as vertentes da Embriologia que dialogam com a Osteopatia.

Na verdade acreditamos que o envelhecimento é um estágio onde o desenvolvimento segue acontecendo [...] o desenvolvimento daquela semente do embrião. E para onde vai esse desenvolvimento? Ele vai buscar o sentido da Saúde original. O que vai fazer a diferença é: com o que o indivíduo está se identificando? Com a sua lesão (doença) ou com sua essência divina? Essa é a chave. A velhice não deve ser vista como uma decadência ou uma involução, e sim como um progresso desse desenvolvimento, um amadurecimento. É uma evolução constante, não em termos de matéria, porque a matéria vai seguir as leis de transmutação em luz, mas um amadurecimento da nossa essência original, que vai desabrochando com a idade. Em toda transmutação há uma morte onde se abre espaço para algo novo. E no final, há o retorno ao oceano de luz da criação.⁵

O que se busca com a “Terapia da Transmutação ®” na velhice?

Se o indivíduo estiver em processo constante de autocuidado, buscando o reequilíbrio em sintonia com sua natureza essencial, ele vai poder observar e perceber o que acontece, e mesmo com as dificuldades e limitações físicas, poderá ter uma relação com sua essência divina, o Sopro da Vida que o habita desde o nascimento. A Terapia da Transmutação aponta para um envelhecimento como um momento de Saúde. O foco não é a doença, que em geral já está sendo medicada, mas inclui um olhar para a potencialização da Saúde original, que permanece.



Essa visão da Saúde de alguma forma remete à teoria do psicanalista alemão, naturalizado americano, Erik Erikson (1902-1994), que menciona os ciclos da vida, suas crises e as tarefas psicológicas a serem completadas, fundamentais para o ingresso na etapa seguinte do processo evolutivo do ser. Erikson incluiu todas as etapas, do nascimento à velhice. O que chama a atenção é que foi mais ao fim de sua vida, que ele tenha incluído a última fase, publicada *post mortem* por sua mulher Joan, onde afirma que essa última etapa só se instala depois dos 80 ou 90 anos⁶.

⁴ Fonte: O Sopro da Vida e a Respiração Primária. <https://quietudedinamica.com.br/2018/01/29/o-sopro-da-vida-e-a-respiracao-primaria-2/> Acesso em 05 de maio de 2020.

⁵ Anotação realizada durante o Curso de Especialização em Terapia de Integração Craniossacral para Geriatria e Pacientes Terminais, ministrado pela diretora do IQD Aziza Lurica, em outubro de 2017.

⁶ Erikson, Erik H.; Erikson, Joan M. (1997). *The Life Cycle Completed extended ed.* New York: W. W. Norton & Company (publicada em 1998). [ISBN 978-0-393-34743-2](https://www.wwnorton.com/9780393347432). (Nota da Editora)

É nela que o corpo se enfraquece e vai perdendo autonomia; a independência e o controle decaem bem como a autoestima e a confiança. Fé e humildade são necessárias para bem resolver essa última crise e alcançar o que ele define como 'gerotranscendência' – descrita como uma percepção de total integração com o universo. (ABREU, 2017, p. 63)

Um relato terapêutico

Como terapeuta de Integração Craniossacral e Terapia da Transmutação, venho atendendo pessoas de diferentes idades e condições de saúde, incluindo doentes terminais. Cabe aqui relatar o resultado da terapia com um cliente idoso, que comecei a atender em maio de 2018, quando ele tinha 96 anos. Um homem com boa saúde física e mental, considerando-se sua idade avançada, porém, com limitações como perda parcial da audição e da memória, e dificuldade para caminhar. Residente do Lar Santana, veio receber a terapia de Integração Craniossacral em meu consultório, de início semanalmente e depois quinzenalmente, durante dois anos, por sugestão de sua neta, também minha cliente.

Ele chegava de táxi, sempre elegante, caminhando lentamente, porém com dignidade, acompanhado de seu cuidador, que o aguardava durante a sessão. De início, antes dos atendimentos conversávamos e ele contava algumas de suas histórias de vida. Com o passar dos meses, o tipo de comunicação foi mudando e pouco falávamos. O toque suave, o silêncio e a quietude acalmavam a respiração e geravam nele um estado de relaxamento e de paz onde a presença da Saúde era perceptível.

Em geral, depois de uns quinze minutos ele cochilava e, depois de certo tempo, acordava alerta e bem disposto. "Acabou?", perguntava. Vez ou outra, quando sentia o aumento das limitações na hora de levantar da maca e a necessidade do andador, resmungava. Mas, depois sorria e se despedia com muito afeto. Na última sessão, no início de março, ele estava completando 98 anos. Com a memória já fraca, ficou impressionado com a própria idade.

- *Não pode ser... Em que ano estamos?*

Respondi e ele fez as contas.

- *Nasci em 1922. Tenho 98 anos! Que absurdo!*

Após seus comentários, perguntei como estava se sentindo e ele disse, com o rosto tranquilo e os olhos ainda com brilho, mas num tom resignado:

- *Estou só esperando....*

Sua neta nos conta como vê o processo do avô em relação à terapia:

Sinto que tem uma dimensão importante que é o fato de toda família poder entender melhor esse processo; é algo que tem o foco no

idoso, nessa pessoa. Mas, também, traz uma aceitação e entendimento que acalma, que cria um lugar mais bonito e tranquilo para a morte nesse minissistema feito pela pessoa - foco e sua família - cuidadora. Sinto também que o tratamento ajudou meu avô aos poucos a aceitar mais esse momento em que ele está, encontrar um lugar dentro dele para essa passagem, sem deixar de ser amoroso e ser esse pedaço de sabedoria que ele é (fincado na terra). Ele encontrou o lugar mesmo da elegância nesse momento. Porque antes ele estava mais raivoso, aceitando menos ter envelhecido.

Há contraindicação? Todos serão bem-vindos?

O atendimento com a Terapia da Transmutação é dirigido a quem o desejar, independentemente de idade ou condições físicas. O principal objetivo do atendimento é possibilitar à pessoa idosa um estado de mais Saúde. Alguns idosos têm mais tempo de vida, outros menos. Mas, todos necessitam ter a virtude da paciência como atividade. Paciência como um princípio ativo, que é diferente de cruzar os dedos e esperar. Facilitar com que se aproximem de sua natureza divina e morram vivos e em paz, é uma meta possível.



A “Terapia da Transmutação” não é invasiva. O indivíduo receptor permanece deitado de maneira confortável (dentro do possível para suas condições) o tempo todo. A partir de um leve chacoalhar, é estimulada a movimentação dos líquidos para um relaxamento inicial e, em seguida, usando-se apenas o toque das mãos, sem pressão, em alguns locais do corpo - que podem variar de acordo com as condições de saúde da pessoa e de um atendimento para outro - o terapeuta vai percebendo o corpo fluídico do indivíduo e facilitando que haja uma movimentação e homeostase. A produção do líquido craniano é estimulada como um elemento fundamental nessa terapia: algo que poderíamos simbolizar como a seiva da vida.

Muitos idosos, mesmo estando em instituições ou em suas residências com boa infraestrutura, e mantendo boa saúde, vivenciam o medo, a dor e o isolamento, sentimentos comuns dentro das circunstâncias e da aproximação da finitude. Mas essas emoções ficam bastante minimizadas quando a pessoa consegue sentir a totalidade e a potência da Saúde que ainda reside latente no seu organismo.

Considerando que o funcionamento dessa terapia, por vezes, pode parecer abstrato e intuitivo, embora seja embasado cientificamente, e uma primeira sessão é fundamental para que a pessoa possa vivenciar e sentir os seus efeitos. Sem fantasias de cura ou milagres, com a possibilidade de acessar um estado de neutralidade e quietude e perceber a Saúde em seu sentido mais amplo, no todo que vai além da saúde física.

A possibilidade de ampliar o atendimento para Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI's) é uma proposta que se mostra viável e extremamente gratificante. Em um primeiro momento, as atividades seriam destinadas apenas aos idosos residentes e, num segundo momento, a inclusão dos próprios funcionários da instituição, visando assim a melhoria da saúde e da qualidade de vida diária de todos, pois sabemos o quanto os próprios cuidadores são demandados e necessitam de apoio para a manutenção de sua própria saúde.

Em se comprovando os bons resultados e havendo demanda e recursos, os atendimentos poderão ser tranquilamente ampliados tanto em relação ao número de idosos quanto ao número de horas disponíveis e meses de execução. Há experientes profissionais certificados e autorizados para aplicação da Terapia da Transmutação pela ASSTTIC (Associação de Terapeutas de Terapia da Transmutação e Integração Craniossacral).

Considerações finais

Partindo da premissa de que podemos envelhecer dentro de um estado de saúde, a “Terapia da Transmutação” vem para somar no atendimento especializado a idosos, considerando não só a saúde física, mas abarcando a integralidade do ser humano. Ao resgatar a capacidade natural de reequilíbrio e auto cura do corpo, proporciona melhora da qualidade de vida, potencialização da saúde e reconexão com o Sopro da Vida. Por não ser invasiva e não ter contraindicação, pode ser aplicada em qualquer pessoa.

Ao atuar de forma que cada um seja ativo na promoção do seu bem-estar e possa se reconectar com a sabedoria do seu ser, a técnica favorece a homeostase (reequilíbrio do organismo), sem excluir os tratamentos realizados com outros profissionais, ou seja, trazendo uma abordagem integrativa, somando ações e gerando resultados favoráveis na etapa da velhice.

Referências

ABREU, M.C. *Velhice: uma nova paisagem*. Summus Editorial: São Paulo, 2017.

DIENER, E.; SCOLLON, C.N.; LUCAS, R.E. The involving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, v. 15, 187-219, 2003.

DIENER, E.; SUH, E.; OISHI, S. Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, v. 24, n. 1, 25-41, 1997.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. *Tábuas Completas de Mortalidade. Expectativa de vida dos brasileiros aumenta para 76,3 anos em 2018*. <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/26103-expectativa-de-vida-dos-brasileiros-aumenta-para-76-3-anos-em-2018> Acesso em: 05 de maio de 2020.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. *Como será o Brasil em 2060, segundo o IBGE (2013)*. <https://exame.abril.com.br/brasil/como-sera-o-brasil-em-2060-segundo-o-ibge/> Acesso em: 05 de maio de 2020.

JEALOUS, J. *An Osteopathic Odyssey*. Edited by Jennifer Weiss, D.O. 2015.

JEALOUS, J. A Cura e o Mundo Natural. *Alternative Therapies*. v. 3, n. 1, jan., 1977.

NIETZSCHE, F. *A Gaia Ciência*. Lisboa: Guimarães Editores, 1996.

SIQUEIRA, M.M.M.; PADOVAM, V.A.R. Bases teóricas do bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. *Psic. Teor. e Pesq.* v. 24, n. 2, Brasília, apr./jun., 2008. https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722008000200010 Acesso em: 03 de maio de 2020

TÓTORA, S. Genealogia da velhice. *Revista Ecopolítica*, São Paulo, n. 6, maio-ago, 2-18, 2013.

Data de recebimento: 30/07/2020; Data de aceite: 25/09/2020

Bettina Turner - Jornalista e documentarista. Terapeuta corporal com formação em Terapia de Integração Craniossacral (IQD) e Terapia da Transmutação (IQD). Aperfeiçoamento em Gerontologia Social pelo Instituto *Sedes Sapientiae*. Especialização em Cuidados Integrativos pela Unifesp. cursando Cuidados Paliativos na Casa do Cuidar. E-mail: turnercom@uol.com.br