

Holística 2008

O VILÃO QUE VOCÊ NÃO ENXERGA

O VILÃO QUE VOCÊ NÃO ENXERGA

Seiti Arata

Terapeuta Holístico - CRT 31513

SINTE - Sindicato dos Terapeutas

Holística 2008

São Paulo - SP

2008

O vilão que você não enxerga

RESUMO

O objetivo do presente trabalho é o de prestar contribuição para os profissionais da área de saúde, especialmente aos que atuam dentro da visão holística, para que seu trabalho possa atingir um grau mais elevado de satisfação junto ao cliente, independente de sua especialidade.

Para isso, serão abordadas diversas situações existentes na vida cotidiana das pessoas, as quais, por desconhecimento, acabam se expondo de forma inocente.

Isto acaba contribuindo para as freqüentes recidivas que tanto causa frustração ao profissional, em que pese a sua melhor técnica utilizada, bem como ao cliente que irá se desapontar com a aparente pouca durabilidade de resultado do tratamento recebido.

INTRODUÇÃO

De que adianta atuar de modo impecável com clientes usando as diversas técnicas da terapia holística, se em pouco tempo os mesmos problemas voltam a se manifestar?

É isso o que ocorre com diversos casos se alguns vilões invisíveis não forem identificados e neutralizados.

O cliente recebe um ótimo atendimento, sai satisfeito como o resultado e retorna para seus hábitos e ambientes insalubres, reativando mais uma vez o ciclo negativo.

Por isso, é importante que se possa identificar o que está acontecendo com os clientes mais recorrentes, que apesar de obter um alívio imediato na sessão, retornam constantemente com as mesmas queixas.

As técnicas estão sendo bem aplicadas, porém o problema maior pode ser o estilo de vida do cliente ou o local de permanência prolongada e exposição do mesmo.

O objetivo deste trabalho é procurar desvendar as causas dos principais elementos ocultos que podem estar causando esse retorno problemático.

O terapeuta que dominar esses "segredos" poderá alertar e orientar seus clientes e assim manter o resultado duradouro de suas sessões, aumentando a satisfação de sua clientela e, assim, sua reputação como um profissional de qualidade.

Holística 2008

Devido ao limite de espaço, o presente trabalho apenas focaliza os principais elementos que causam o fenômeno do retorno dos problemas.

A lista de fatores perniciosos é longa e até assustadora. A mídia de modo geral parece não reconhecer ainda as descobertas mais avançadas e há muita controvérsia a respeito de determinados alertas, talvez até por interesses econômicos de grandes grupos.

Durante o desenvolvimento deste trabalho, serão expostos os resultados das mais avançadas pesquisas científicas a respeito de contaminação por alimentos e bebidas, poluição ambiental, ergonomia, campos eletromagnéticos, radioatividade e também, hábitos que podem desfazer o valioso resultado das sessões entre o terapeuta e seu cliente.

Esta matéria revelará técnicas de fácil aprendizado e aplicação propiciando uma alta taxa de permanência dos resultados terapêuticos positivos alcançados, indo um pouco além; graças ao conhecimento de fatores igualmente sutis, porém benéficos, que efetivamente auxiliam muito no processo de recuperação.

MATERIAL E METODOLOGIA

Para detalhar a metodologia e material, peço permissão para contar um pouco de minha história pessoal.

Há mais de vinte anos atrás sofri um grande mal em minha coluna cervical e lombar, a ponto de acreditar que nunca mais poderia voltar a caminhar e correr normalmente. Com grande dificuldade consultei diversas autoridades no assunto dentro da área tradicional que não me deram outra alternativa a não ser a intervenção cirúrgica.

Alguns inclusive me recomendavam praticar natação, sendo que eu sequer conseguia me locomover! Estava claro que as soluções ortodoxas não eram adequadas para mim, naquela precária situação.

Para encurtar uma longa história, durante esses anos frequentei diversos cursos e estudei profundamente tudo o que encontrava pela frente: auriculoterapia, shiatsu, acupressão, fitoterapia, trofoterapia, oligoterapia, reflexoterapias, magnetoterapia e outras. Até mesmo as modalidades menos conhecidas como apiterapia, geoterapia, terapia do limão, alimentação ajustada ao tipo sanguíneo, terapia com cristais, radiestesia e radiônica fizeram parte de uma lista ainda maior.

Todos esses estudos acabaram por resultar num sistema próprio de terapia conjugada que foi denominada de Método Arata. Parte desse método foi apresentado no Holística 2006 através da palestra "Terapia Corporal Descomplicada" e no Holística 2007 com a palestra "Terapia Energética Instantânea".

A facilidade de aplicação do Método, e, principalmente pelos resultados impressionantes que podem ser obtidos por qualquer pessoa despertou grande interesse, e que pode ser mostrado em números: "Terapia Corporal Descomplicada" é o artigo número um em visitas no portal Sinte (*1) e "Terapia Energética Instantânea" é o artigo de oitavo maior interesse da Holopédia (*2)

Sinto-me gratificado em poder compartilhar experiências que contribuem para o trabalho de colegas que têm interesses semelhantes.

De modo análogo aos trabalhos anteriores, utilizo os conhecimentos obtidos ao longo dessas décadas e experiências de milhares de pessoas para enfrentar um tema o qual desconheço ter sido apresentado em outro curso, ou palestras do gênero: **o perigo dos invisíveis vilões ao nosso bem estar.**

Caminhamos no sentido de equiparmos os nossos lares com aparelhos cada vez mais sofisticados graças à tecnologia moderna, visando facilidades, conforto, lazer e entretenimento.

A contrapartida dos benefícios apresentados pela vida contemporânea é uma maior tendência ao sedentarismo, que passa a incluir crianças que mudam seus hábitos desde pequenas.

Não apenas as áreas públicas para atividades físicas ficam cada vez mais reduzidas com a urbanização, mas também a falta de segurança se transforma em um motivo adicional para a permanência exagerada em espaços fechados.

Além dos hábitos que envolvem atividades físicas, a alimentação é um fator que também não pode ser deixado de lado. Conforme aumenta a industrialização de alimentos, maiores são os processos químicos envolvidos: não apenas aromatizantes, conservantes, adoçantes e essências são adicionados aos alimentos processados, mas até mesmo as frutas e cereais recebem camadas de cera para terem mais brilho e atrair o consumidor, além dos inseticidas que recebem e que podem contaminar em níveis acima do recomendável.

Tanto o sedentarismo como os hábitos alimentares podem ser os responsáveis por uma notável mudança do biotipo da população atual, sendo a obesidade o problema mais visível. E as outras disfunções de difícil correlação com este estilo de vida?

Em vista de tantos elementos que afetam a saúde e bem estar, é extremamente complexo encontrar as informações apropriadas para a orientação de quais são as melhores práticas a respeito desses fatores. Que alimentos escolher? Como lidar com ondas eletromagnéticas?

Quais metais pesados podem estar contaminando nossa alimentação? São inúmeras as preocupações que fazem parte de nosso cotidiano. Demandaria um tempo enorme listar todas as que conhecemos e assim a pesquisa realizada enfatiza os pontos mais recorrentes e de maior impacto, que serão sintetizadas de modo simples para a compreensão de todos.

É de fundamental importância o conhecimento básico a respeito dos fatores nocivos bem como as condições benéficas para a saúde e bem estar para a orientação das pessoas.

RESULTADOS

Os resultados são extremamente gratificantes e espetaculares. O Método Arata, por utilizar princípios apresentados também neste trabalho, produz espantosos resultados para diversas condições de clientes em poucos minutos e com baixa necessidade de retorno.

Holística 2008

Problemas que persistiam por muitos anos, e num caso excepcional: cinquenta anos de dor e enfraquecimento do joelho, a recuperação foi igualmente fantástica desde a primeira aplicação, em menos de cinco minutos! - apenas com o uso das mãos.

DISCUSSÃO

Como já exposto, são muitos os vilões invisíveis e assim a presente abordagem é direta aos pontos fundamentais que devem ser levados em conta aos terapeutas independentemente de suas técnicas favoritas, sobretudo considerando que a terapia holística se propõe a utilizar uma somatória de diferentes técnicas e conhecimentos

em busca de harmonia e bem-estar.

Alimentos e bebidas

Apesar da grande oferta de produtos que hoje, são capazes de contornar a barreira de suas respectivas temporadas e chegam a todos nós, nem sempre são tão benéficos como gostaríamos que fossem. Os recursos artificiais envolvidos nos processos produtivos não são desprezíveis.

De acordo com Kurzweil (2004), dores abdominais, distensão abdominal por ar deglutido ou gases intestinais de fermentação, movimentos intestinais irregulares, desarranjos intestinais e/ou prisão de ventre, sensação de evacuação incompleta por movimentos intestinais, gases, enjôos e azia podem ser resultado de alimentação

incorreta como excesso de açúcar, alimentos à base de amido com elevada carga glicêmica, gorduras pró-inflamatórias e bactérias e outras influências alimentares que resultam em inflamações e bactérias intestinais nocivas.

Recomendam-se alimentos integrais onde os mesmos não foram polidos. O polimento remove a importante camada que contém selênio que é um excelente mineral antioxidante. Perdem-se também as fibras e outros nutrientes essenciais ao organismo.

Os processos no preparo do alimento também podem contribuir para a perda de nutrientes como o cozimento. Da mesma maneira, no lugar de se tomar sucos de frutas, é preferível comê-las. O suco é o resultado de perda de vitaminas e fibras além da possível oxidação da polpa.

Ao se consumir produtos não orgânicos, devidos sua contaminação, recomenda-se passar pela imersão em peróxido de hidrogênio diluído antes do cozimento ou ingestão, por pelo menos 20 minutos.

Definem-se produtos orgânicos como os produzidos sem fertilizantes artificiais, pesticidas, inseticidas, herbicidas, hormônios, antibióticos e outros agrotóxicos. O terbutrin é um tipo de herbicida usado para destruir ervas daninhas em lavoura de trigo e cevada. Em cobaias, os testes revelaram anomalias no sistema nervoso, distúrbios

graves degenerativos e fatais, bem como lesões nos rins e fígado.

O mesmo autor recomenda também a diminuição do açúcar, que aparece com diversas designações e em geral terminados com "ose". As alternativas seriam o mascavo ou a stévia.

Um dos piores adoçantes é o aspartame que é responsável por muitos problemas graves.

Ao mau hábito alimentar está atribuída a grande incidência da obesidade que, conforme JAMA- Journal of the American Medical Association um obeso com 20 anos de idade, tem expectativa de vida reduzido em 13 anos comparado ao não obeso!

A obesidade além dos problemas fisiológicos conhecidos é causa, também, de problemas emocionais.

Outro problema relevante é o da possibilidade de ingestão de carnes de animais contaminados com metal pesado, especialmente pescados como atum, peixe-espada, agulhão e tubarão que podem conter grandes quantidades de mercúrio.

Geralmente quem foi intoxicado por mercúrio pode apresentar sintomas como dor de estômago, tremores, tristeza, gosto de metal na boca, dentes moles com inflamação e sangramento nas gengivas, sono irregular, falhas de memória e fraqueza muscular, nervosismo, mudanças de humor, agressividade, dificuldade de prestar atenção

e até demência.

Outro problema digestivo comum é o relacionado à permeabilidade intestinal que é causada por inflamação crônica permitindo que toxinas, bactérias e partículas alimentares não digeridas no quimo intestinal entrem diretamente na corrente sanguínea. Isso pode resultar em problemas respiratórios, articulares e outras do tipo auto-

imune. (Ibid Pg 113).

O mesmo autor enfatiza os malefícios das bebidas à base de cola que contribui para dificultar a fixação de cálcio. Sugere também a substituição do café que promove o aumento da acidificação do organismo, pelo chá de boa qualidade, que tem muitos componentes saudáveis. O chá reduz significativamente (44%) o risco de morte por

causas cardíacas.

Quanto ao chá verde associa às suas qualidades antioxidantes reduzindo incidência de vários problemas graves.

Especificamente à questão alimentar, o Livro: "A D. do Tipo Sanguíneo" constitui uma boa referência a ser considerada e, também, recomendada neste trabalho.

Materiais de construção e poluição do ar

Nem todos sabem que certos tipos de materiais utilizados na construção (*)3) podem afetar significativamente a quem habita ou que utilizam como ambiente de longa permanência.

Holística 2008

O morador deve sair para o terraço ou quintal, pois lá o campo magnético já está mais próximo do natural.

Por outro lado, pisos de granito, ardósia, porcelanato de certas espécies, pisos de madeira tratados e envernizados que emitem toxidez por longo período de tempo são também nocivos.

Alguns materiais por serem sintéticos carregam-se de cargas eletrostáticas. São fatores que também podem debilitar o ocupante de tais ambientes.

Nestes casos, é fundamental que se deixe o ambiente bem ventilado de modo a se possibilitar a renovação do ar saturado, principalmente se o recinto esteve fechado por muitas horas. O problema é em estações de baixa temperatura, onde se costuma manter os cômodos fechados(*4)

Alguns tipos de lâmpada como as fluorescentes à base de reatores eletromagnéticos tendem a causar danos à vista. As que funcionam com reatores eletrônicos são melhores, pois, ao invés de 60 Hz trabalha com 35.000 Hz; assim, não causam o efeito estroboscópico.

Certos tipos de tintas utilizadas em paredes também apresentam toxidez devido ao excesso de metais pesados como chumbo. O ideal é não permanecer por muito tempo em ambientes recém pintados devido à maior concentração de gases tóxicos. Deve-se também favorecer uma boa ventilação até que as emanções diminuam com o tempo.

Grande parte destes problemas pode ser evitada no momento da aquisição das tintas e vernizes que devem conter baixa quantidade de metais pesados e baixa emissão de compostos orgânicos voláteis.

Produtos de limpeza e de higiene pessoal

Aparentemente inofensivos, mantêm contato com nosso organismo podendo causar intoxicações ao longo do tempo, especialmente os produtos clandestinos. Como já é de nosso conhecimento, os nossos ambientes domésticos apresentam uma lista impressionante de produtos altamente tóxicos, especialmente os utilizados para a limpeza e lavagem de utensílios domésticos.

Segundo pesquisa espanhola publicada no American Journal of Respiratory and Critical Care Medic. que analisou 3.5 mil pessoas - indicam que o risco de desenvolver inflamações crônicas no sistema respiratório (tosse, chiado) aumentaria de acordo com a frequência da limpeza e o número de diferentes produtos usados. Produtos para perfumar o ar, e os utilizados para limpar móveis e vidros estariam entre os que representam maior risco.

Nestes casos, quando inevitáveis, a utilização de luvas, máscaras e filtros em determinados casos são as melhores saídas, até que os produtos passem a ser menos agressivos desde sua fabricação.

Ergonomia

A adaptação do ser humano às suas atividades laborais é de fundamental importância. Porém, quase sempre vem sendo relegada a planos secundários. Atualmente, cada vez mais, os computadores fazem parte de nossa realidade, desde a infância.

Horas e horas na mesma posição, que é a característica predominante nestas atividades, acabam por exaurir a resistência da maioria, queixando-se de diversos incômodos na coluna, pescoço, costas, braços e mãos, além de influências negativas sobre a gravidez.

Condições propícias para o surgimento de fadigas que podem se tornar crônicas com o passar do tempo, se nada for feito.

Elevados índices de absenteísmo estão relacionados à ergonomia. Muitos se licenciam por incapacidade física e sequer chegam à idade requerida para aposentadoria. Em muitos casos, quando ela chega, é, lamentavelmente, por incapacidade física.

A NR17 é uma Norma Regulamentadora publicada pelo Ministério do Trabalho. Esta norma estabelece uma série de condições que devam ser seguidas de modo a proteger o trabalhador sob o ponto de vista da ergonomia. Auditores Fiscais do Trabalho poderão atuar as empresas e condená-las ao pagamento de pesadas multas em caso de não obediência da mesma.

Recentemente descobriu-se que os teclados dos computadores são potenciais vetores para contágios de distúrbios como gripes, resfriados, problemas digestivos e intestinais devido ao grande número de germes e bactérias que são resultados da falta de higiene dos usuários. É muito comum que mesmo sem lavar as mãos, têm o hábito de comer durante o trabalho que não é o ambiente adequado para o ato de alimentar.

Estilo de vida

Porque o ser humano vem adotando atitudes que lhe são tão desfavoráveis? Porque ele é atraído tão fortemente ao ritmo, quase irracional dos novos tempos?

São apenas questões mentais; ou seja: de paradigmas. Suas convicções estão encurvadas em sua mente, fazendo com que suas atitudes venham a ser exatamente dessa maneira. Quer trabalhar muito, produzir cada vez mais de modo a ganhar mais dinheiro ou trabalhar para alguém que considera a produtividade como prioridade máxima, exigindo-lhe ritmos insanos de produção. Porém isso gera tensão e empobrecimento emocional.

De acordo com Bacci (2005) a respiração descontraída promove o relaxamento muscular, assim como as emoções positivas propiciam a boa concentração mental. Por outro lado, a respiração contida dá origem à tensão muscular e as emoções negativas como medo, cólera, etc. causam agitação mental. A autora afirma ainda que respirar diafragmaticamente aguça a concentração mental, acalma as emoções e alivia a tensão muscular e as dores.

Como a tensão física desempenha um papel fundamental na etiologia da dor crônica, a importância na minimização da tensão no corpo, de modo a reduzir ou eliminar a dor, leva a se recomendar uma respiração calma, profunda e, portanto, diafragmática; ao contrário do que se verifica nos momentos de agitação mental onde a respiração é curta, pobre e não relaxante.

Holística 2008

Sentir nervosismo excessivo em ambientes de trabalho seja por assédio, injustiças, excesso de cobranças e outros problemas de relacionamento tanto com os superiores como com demais colegas provocam agitação mental que tem sérios desdobramentos e que acabam comprometendo uma vida saudável. - Mas como sair dessas situações?

Carnegie (2006) explora diversas saídas para as situações mais corriqueiras e indesejáveis que acontecem em quase todos os ambientes, inclusive nos de trabalho. Em geral, as pessoas que se consideram vítimas de tais circunstâncias são as principais culpadas por tais situações.

Se a consecução de resultados visando sucesso profissional for o maior problema, recomenda-se a leitura de Covey (2007), de onde se destaca: "Os reativos são levados por sentimentos, circunstâncias, condições e ambiente. Os proativos são guiados por seus valores, cuidadosamente pensados, selecionados e interiorizados".

Campos magnéticos

O planeta Terra apresenta campo magnético próprio (*5). Este campo afeta diretamente todos os processos biológicos incluindo a saúde humana. Esta energia é utilizada inclusive por aves, animais aquáticos e outros seres vivos como borboletas em sua migração anual. As bússolas, por exemplo, têm seus ponteiros orientados em função da força magnética dos pólos terrestres, indicando a direção do pólo norte.

Tanto os cabos de alta tensão como fios energizados criam campos magnéticos. Isto se deve à passagem da corrente elétrica por eles. Os equipamentos elétricos, especialmente transformadores, também criam um campo magnético.

Um transformador instalado num poste, localizado nas proximidades de uma residência, emite certa intensidade de campo magnético. Igualmente, Bueno (2005) reporta que um rádio relógio localizado a alguns centímetros da cabeça emite o seu campo magnético surpreendentemente elevado devido à má qualidade de seus transformadores internos.

Qual destes casos (transformador ou rádio relógio) pode ser mais prejudicial ao organismo da pessoa que está exposta? Não há como responder se não forem medidas (*6) as suas intensidades, por aparelhos de boa precisão e, posteriormente, comparados aos parâmetros de confiabilidade considerados máximos admissíveis (*7).

De uma maneira geral, o campo magnético verificado no interior das casas, especialmente quando a construção é em concreto armado (devido às ferragens) é bem inferior ao existente em ambiente natural externo. Isto significa que uma pessoa que permanece grande parte de sua vida no interior de uma edificação de concreto armado está com deficiência de exposição a campo magnético de maior intensidade quando comparado a outros em ambiente externo. A armadura de aço no interior do concreto funciona como uma gaiola isolante interceptando a emanção do campo magnético terrestre.

Um físico russo, George Lakhovsky, lançou a seguinte teoria: cada componente da célula deveria oscilar a uma frequência específica para manter a sua função normal e assim manter-se saudável. Um distúrbio da saúde seria a alteração da frequência de um ou mais dos componentes celulares.

Ele construiu um aparelho (*8) que oferecia uma faixa enorme de frequências para, através do fenômeno da ressonância, as células terem a oportunidade de captar a frequência específica que lhe era peculiar. Os pesquisadores que empregaram o MWO nunca observaram efeitos colaterais e descreveram grande sucesso no tratamento de problemas crônicos e metabólicos.

A máquina de Lakhovsky estava recuperando um organismo com desequilíbrio eletromagnético. Mas, então devemos nos perguntar: O que causou tais problemas?

Analisar as condições ambientais parece ser de grande relevância. Medir a intensidade dos campos magnéticos nas proximidades, principalmente nos ambientes onde o indivíduo permanece por longos períodos de tempo não pode ser desprezado. O local onde se dorme e onde se trabalha costumam ser os recintos que demandam maiores análises quantitativas.

Campos elétricos

Assim como os campos magnéticos, os campos elétricos causam influência nos organismos e, portanto aos humanos. Os limites recomendados pela OMS para campos elétricos (*9) oriundos de linhas de alta tensão, segundo os padrões da Comissão Internacional de Proteção contra Radiação Não Ionizantes para público em geral são:

4,17 kV/m para Campo Elétrico e de 83,3 µT (microtesla) ou 833 mG (miligauss) para Densidade de Fluxo Magnético. As ocorrências de carcinog. foram levadas em conta nos estudos.

Analogamente ao caso da influência eletromagnética, o indivíduo deve procurar um geobiologista e verificar eventual excesso ao qual possa estar exposto e tomar as providências necessárias e possíveis.

Radiações não ionizantes

Ondas ionizantes são aquelas que têm a força capaz de deslocar elétrons da camada de um átomo, causando o que se chama de ionização. Todo átomo que perder elétron ficará com a somatória de sua carga elétrica positiva em maior número que a negativa, tornando-se, portanto, instável, ou seja: perdeu o seu estado de equilíbrio que tinha antes de ser ionizado.

As ondas não ionizantes são as que não chegam a causar esta ionização. Mas será que são totalmente inócuas e apenas causam aumento de temperatura das células?

Os fornos de microondas funcionam através de aquecimento promovido por vibrações de partículas constituintes aquosas das células, durante certo intervalo de tempo. Estas vibrações não são suficientes para deslocarem elétrons das camadas dos átomos. Mas, segundo várias correntes afirmam, acontece uma substancial perda nutricional dos alimentos preparados com este tipo de aquecimento.

Se esta suspeita for confirmada, poderá ser uma importante causa dentre as de deficiência nutricional a que certamente estará relacionada uma série de problemas fisiológicos que irão demandar tratamentos tradicionais ou holísticos.

Em muitos casos, dependendo dos vasilhames utilizados, como os de plásticos, acaba havendo séria contaminação tóxica dos alimentos por dioxinas que uma vez liberadas pelo forno contaminam os alimentos, e, portanto, um gravíssimo problema que é pouco divulgado.

Muitos dos fornos de microondas de uso doméstico não têm o sistema eficiente de vedação das portas como deveriam ter, permitindo a fuga de radiação pelas frestas. Nestas condições, uma pessoa pode ser atingida, involuntariamente, podendo sofrer danos, pois é muito comum permanecerem nas proximidades do mesmo,

Holística 2008

principalmente as suas cabeças.

Dependendo da intensidade da radiação de ondas não ionizantes emitidas por quaisquer aparelhos poderá haver maior ou menor capacidade de aquecimento da matéria em exposição ao campo. Mesmo quando a intensidade de radiação é mais baixa, um considerável aquecimento será possível, bastando apenas que a exposição seja por um intervalo de tempo maior.

Por isso que ao se utilizar telefones sem fio, desses de uso doméstico, por um determinado tempo, pode-se perceber uma sensação de calor superior do que com o uso do telefone com fio, na região da cabeça onde esteve encostado. E o efeito da radiação de microondas de menor intensidade por alguns minutos. Esses aparelhos funcionam sem fio, graças à base que está instalada em algum local da casa. Esta base é, também, uma Mini-Estação Rádio Base (Mini ERB (*10)).

Estas ERBs emitem radiações não ionizantes que podem ser prejudiciais, dependendo da intensidade e tempo de exposição. Nas suas proximidades, a intensidade é maior, diminuindo com a distância da mesma. O importante é, justamente, determinar a distância mínima de segurança que se deve manter da torre destas antenas, de modo a não receber os efeitos nocivos que ela pode causar. A preocupação torna-se maior às pessoas que permanecem mais tempo nas proximidades e especialmente as crianças, pelo fato de serem mais frágeis e possuírem menos massa corpórea, sujeitando-se a um dano ainda maior.

A utilização do aparelho de telefone portátil junto ao corpo não é recomendada, mesmo em estado de espera (stand by), pois, até nestas condições, de tempo em tempo, existe a intercomunicação deste aparelho com a estação mais próxima para ajuste de sinal. Neste momento, a radiação emitida aumenta e a parte do tecido mais próxima do aparelho recebe esta radiação. Mantida esta condição de exposição, por hábito e por muito tempo, pode resultar em lesões ou prejuízos nos órgãos mais frágeis e sensíveis nesta região.

Segundo resultado de algumas pesquisas, o simples fato de se utilizar um aparelho celular durante uma ligação por um período de apenas três minutos, causa alterações e danos às células cerebrais mais próximas ao aparelho, que necessitam de aproximadamente quinze dias consecutivos sem o uso do mesmo para seu completo restabelecimento.

Telefones celulares podem causar uma significativa exposição eletromagnética. Ninguém realmente sabe (*11) quais são os efeitos de longo prazo em segurar um transmissor de rádio (que é o que o telefone celular é no fim das contas) próximo de sua cabeça por centenas ou milhares de horas por ano.

Portanto, é importante limitar o uso de telefone celular. Se isso não for algo prático, pelo menos tente tomar passos para reduzir sua exposição eletromagnética enquanto o usa. Usando um aparelho de mãos livres com um fone de ouvido e microfone permite que o aparelho fique a alguns centímetros de distância de sua cabeça, assim você pode achar que está reduzindo a radiação que vem do telefone. Porém o fio que vai até seu ouvido pode na realidade funcionar como uma antena e assim seu ouvido e cérebro podem receber uma quantidade ainda maior de radiação em certas condições.

Atualmente, existem muitos usuários de computador portátil sem fio que se conecta à internet pelo sistema chamado "wireless" que nada mais é do que o mesmo sistema do telefone celular, captando sinal através de uma ERB - Estação Rádio Base instalada. Estas radiações são também do tipo não ionizantes. Outros aparelhos ou acessórios estão em nosso dia a dia como teclados, mouses e outros aparatos sem fio. O funcionamento é o mesmo: através de radiações não ionizantes. Portanto, ainda são preferíveis os que funcionam conectados por meio de fios.

Radioatividade

É muito comum o emprego de diversos materiais em ambientes de permanência prolongada e que emitem um tipo característico de radioatividade. O caso clássico mais comum é o do piso de granito ou ardósia que são aplicados em muitas residências. Igualmente, alguns pisos industrializados como os porcelanatos também podem emitir radioatividade considerável.

Uma casa ou apartamento novo, mas sem ventilação pode ser uma fonte de radônio (*12), um gás muito nocivo que exala do material de construção extraído de rochas contendo urânio, segundo afirmação do biólogo Vândir Gouveia, do Instituto de Engenharia Nuclear, no Rio de Janeiro.

O radônio, cujo nível permitido é de 200 bequerreís por metro cúbico, pode estar presente em materiais como granito, ladrilho e cimento. Dentre os problemas mais graves, relaciona-se aos da tireóide que pode chegar a ponto de ser até fatal; semelhantes aos causados por acidentes de usinas nucleares.

Ondas nocivas

Pode-se entender ondas como qualquer tipo de vibração, frequência ou radiação. Dessa forma pode-se afirmar que existe um incalculável número delas. Estas têm a capacidade de alterar os corpos sutis e, que por consequência poderá alterar o corpo físico provocando incômodos ao indivíduo que acaba procurando tratamentos.

Dentre as diversas emissões de ondas nocivas naturais podem ser citadas algumas delas: correntes de ar subterrâneas, falhas geológicas, jazidas minerais radioativas, perturbações magnéticas, correntes telúricas, tudo que circula, tudo que estagna, tudo que produz disparidade, assimetria e disjunção.

A escolha de local energeticamente favorável para a construção de casa saudável vem merecendo cada vez mais atenção com auxílio da ciência denominada geobiologia. Desde as civilizações milenares o assunto era tratado com muito cuidado pelos estudiosos da época.

Muitos casos de problemas graves de saúde estão documentados e atribuídos aos fatores relativos às ondas nocivas. Káthe Bachler em "RADIESTESIA E SAÚDE" relata uma infinidade de casos de ocorrência de problemas relacionados à energia telúrica.

Dentre as diversas fontes de ondas nocivas relacionadas à modernidade pela atividade humana pode-se citar a eletricidade. Redes de alta tensão, instalações elétricas normais, falta de aterramento adequado, aparelhos eletro-eletrônicos, aparelhos de informática, telefonia, e outros. Todos eles produzem os seus campos elétricos, campos magnéticos e irradiações de todos os tipos.

CONCLUSÃO

É importante investigar profundamente todas as possíveis causas de tais desordens da saúde sem o que, os distúrbios poderão voltar em pouco tempo, fazendo parecer que o tratamento foi ineficaz ou apenas um mero paliativo.

Quais são os vilões invisíveis atacando o bem estar do cliente assim que ele sai da sessão com seu terapeuta holístico? Que conhecimentos básicos o terapeuta holístico deve transmitir ao seu cliente para lhe proporcionar harmonia e resultados duradouros, ampliando os benefícios do tratamento?

Durante uma sessão de atendimento normal, o Terapeuta Holístico deve se preocupar com os detalhes relatados pelo cliente. Quando ele aponta os sintomas como dores, disfunções de qualquer natureza, cansaço, dificuldade de dormir, agitação e outros problemas que possa estar sentindo naquele dia.

Holística 2008

Enquanto o profissional está praticando o seu atendimento, é recomendável também que observe outros detalhes como: início do problema, quando é mais acentuado, em que situação existe melhora ou piora dos sintomas, onde está localizada a moradia do cliente, se existe proximidade a algo que possa ser considerado como

possíveis fontes de emissão de ondas nocivas como antenas, torres, transformadores, subestações, e similares junto ao seu habitat normal. Segue uma prática lista de pontos importantes a serem considerados:

Alimentação:

Perguntar quais são os alimentos que fazem parte de sua rotina, verificando a compatibilidade com seu tipo sanguíneo conforme obra de D'Adamo, altamente recomendada.

Proceder com orientação geral a respeito de boas práticas alimentares através de redução de fontes que podem iniciar processos negativos (refrigerantes a base de cola, adoçantes, alimentos contaminados com pesticidas e metais pesados, açúcar branco, farinha branca e arroz branco), assim como alimentos menos ricos em vitalidade como congelados, enlatados, embutidos (nitritos) e preparados em fornos de microondas.

Estimular o consumo de fontes benéficas como alimentos orgânicos, cereais integrais, preferência por frutas em seu estado natural ao invés de sucos processados, preferência pelo chá verde ao invés de café, preferência pelo açúcar mascavo ou stévia.

Materiais de construção:

Para itens de difícil substituição, como pisos de granito, porcelanato, verniz e tintas emissoras de compostos orgânicos voláteis, estimular hábitos saudáveis como caminhar regularmente em ambientes saudáveis, manter janelas abertas permitindo a circulação e renovação do ar, e orientando a escolha de materiais em futuras reformas.

Geralmente tintas com baixo brilho possuem menos solventes e, portanto, emitem menos compostos orgânicos voláteis.

Substituição imediata de itens práticos de remoção como lâmpadas fluorescentes e aquisição de itens como ventiladores que favorecem a circulação do ar.

Produtos de limpeza e higiene pessoal:

Asegurar-se de haver excelente circulação de ar durante e após o uso de produtos de limpeza de forma a reduzir sua inalação.

Utilização de luvas e filtros.

Cuidadosa limpeza das mãos após o contato com tais produtos, em especial antes de manusear alimentos.

Ergonomia:

Aplicação da NR 17 (*13) no ambiente de trabalho.

Implementação de hábito de periodicamente interromper o trabalho repetitivo diante do computador ou outra atividade para exercício simples e alongamento.

Cuidado especial ao manusear teclados de computador, geralmente altamente contaminados com bactérias e germes.

Holística 2008

Desenvolvimento mental e espiritual através de meditação, yoga e exercícios de respiração.

Sessões de reiki e alinhamento de chakras também contribuem para o bem estar e postura.

Desenvolvimento pessoal em comunicação e em lidar com situações desfavoráveis através de valores claros e atitude proativa, assumindo responsabilidade pelos próprios atos.

Campos magnéticos e elétricos:

Manter aparelhos eletrônicos como televisores, computadores, rádio relógio, roteadores wifi, telefones sem fio e celulares distantes da cama e locais de longa permanência.

Se possível, eliminar completamente o uso de fornos de microondas. Caso imprescindível, utilizar vasilhames e recipientes de vidro e permanecer distante do forno durante seu funcionamento.

Quando possível, experimentar mudar a cama em diferentes posições dentro do quarto e observar as diferenças na qualidade de sono e bem estar.

Consultar profissionais de geobiologia, radiestesia e feng-shui para uma verificação geral do ambiente, principalmente em ocasiões de mudanças e reformas que permitem uma maior adaptação ao cenário ideal.

Reduzir o uso de telefones celulares, usando o recurso de viva voz quando possível para evitar a proximidade do aparelho junto à cabeça. Não utilizar fones de ouvido que podem atuar como antenas e concentrar a ação das radiações diretamente na cabeça.

Profissional experiente presta atenção até no que não lhe foi relatado, no que não lhe é perceptível aos seus órgãos sensoriais. Deve recorrer aos seus conhecimentos e à sua capacidade intuitiva. - Durante o tratamento, terapeuta e cliente são dois corpos energéticos em sincronia procurando resgatar a harmonia energética universal. -

Ambos e todo o resto são uma coisa só: O Todo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALTENBACH Gilbert - Viver Mais e Melhor - Habitat e Saúde - Ed. Letras e Letras, 1995.

BACCI Ingrid - Livre-se Facilmente da Dor Crônica - Ed. Cultrix, 2007.

BACHLER Kätke - Radiestesia e Saúde - Ed. Cultrix, 1995.

BUENO Mariano - O Grande Livro da Casa Saudável - Ed. Roca, 1995.

BUENO Mariano - Viver em Casa Saudável - Ed. Roca, 1997.

CAMPADELLO Pier - Feng Shui para Harmonizar seu Lar e sua vida - Ed. Madras, 1998.

CARNEGIE Dale - Como Fazer Amigos & Influenciar Pessoas - Ed. Nacional, 2006.

COVEY Stephen R. - Os 7 Hábitos das Pessoas Alt. Eficazes. Ed. Best Seller, 2007.

DADAMO J. Peter - A Dieta do Tipo Sanguíneo - Ed. Campus, 2005.

Holística 2008

DAHLKE Rüdiger - Qual é a doen. do mundo? - Ed. Cultrix, 2001.

GERBER Richard - Med. Vibracional - ED. Cultrix, 1988.

GIMBEL Theo - Energia Curativa Através das Cores - Ed. Pensamento, 1995.

KURZWEIL R & GROSMAN T - A Med. da Imortalidade - Ed. Aleph, 2004.

CORONA, Marly Del - Energias Além das Formas - Casa Ed. Schmidt, 1994.

MAYA Jacques La - Med. da Habitação - Ed. Roca, 1994.

POGACNIK Marko - Mudança Planetária - Destino Humano - Ed. Triom, 2002.

PÓVOA Helion - Radicais Livres - Ed. Imago, 1995.

NOTAS DE RODAPÉ

(*1) <http://classico.sinte.com.br/modules.php?name=Top> - Em 19.05.2008, o artigo Terapia Corporal Descomplicada lidera o interesse dos leitores em primeiro lugar com 26.288 leituras.

(*2) <http://www.holopedia.com.br/> - Em 19.05.2008, o artigo Terapia Energética Instantânea lidera em oitavo lugar com 8953 leituras.

(*3) Existem estudos quanto à nocividade das construções em concreto armado, que acaba agindo como uma espécie de gaiola de Faraday, isolando e blindando o seu ocupante em relação aos campos de energia que são essencialmente vitais à sua saúde, podendo causar debilidades orgânicas. O campo elétrico que deveria estar numa faixa de 90 a 100 V/m acaba apresentando valores próximos de zero ou até valores negativos. (MAYA , 1994, p. 95).

(*4) Vale lembrar a filosofia do Feng Shui: "tudo aquilo que não circula perde a sua energia vital - especialmente o ar e a água, essenciais à boa saúde"

(*5) Que tem intensidade aproximada de 300 mG (miligauss) na região equatorial e de 600 mG na região dos pólos

(*6) Existem aparelhos que tornam audível e visível a existência destes campos, trabalhando numa frequência de 0,1 Hz a 20 KHz. (Med. da habitação - pg. 215 - J. La Maya - ROCA).

(*7) Segundo ICNIRP (International Commission on Non Ionizing Radiation Protection) as intensidades devem ser inferiores a 833mG para Campo Magnético e de 4,17 kV/m de Campo Elétrico.

(*8) O oscilador de múltiplas ondas (MWO) através de radio frequência gerava campo eletromagnético harmônico que variava de 750 mil a 3 milhões de ciclos por segundo (750 kHz a 3 MHz), o qual alimentava antena de múltiplos círculos concêntricos, os quais por somatória de ondas harmônicas cobriam um espectro que variava de 1 a 300 trilhões de ciclos por segundo (1 a 300 Giga Hz).

(*9) Segundo a OMS, sob as Linhas de Alta tensão o limite para a intensidade do campo magnético está na faixa dos 20 µT; e para residências na faixa de 0,10 µT. Acima de 100 µT, mesmo em exposição de curta duração, pode haver estimulação dos nervos e do sistema nervoso central. Para as residências, recomenda-se, por cautela, não ultrapassar a casa dos 0,3 a 0,4 µT. Acima destes valores, existem registros de que os casos de leuc. infantis teriam as suas taxas de incidência de duas vezes à taxa normal.

(*10) No caso de telefonia celular, as ERBs são as que estão em locais estratégicos das cidades, onde diversas barras verticais fixadas em um local relativamente alto, em torno da torre, compõem uma instalação típica demodo a cobrir uma determinada área fornecendo o sinal necessário tanto para recepção como para efetivação de uma ligação telefônica.

(*11) Contrariando a própria tese das empresas, que afirmam serem insignificantes os efeitos malefícios, como o do aparelho celular, - elas próprias recomendam, por outro lado que não sejam utilizados no interior das aeronaves, próximo de postos de gasolina, hospitais, escolas etc.

(*12) Nos Estados Unidos, já rotina a solicitação de laudos sobre o radônio antes de se mudar para um imóvel. Vândir utiliza um detector de radônio no ar, que fica instalado no local durante três meses consecutivos, fornecendo diariamente a quantidade média do gás.

(*13) http://www.mte.gov.br/legislacao/normas_regulamentadoras/nr_17.asp

Holística 2008

ID de solução único: #1211

Autor: : Seiiti Arata - Terapeuta Holístico - CRT 31513

Última atualização: 2008-05-26 10:39