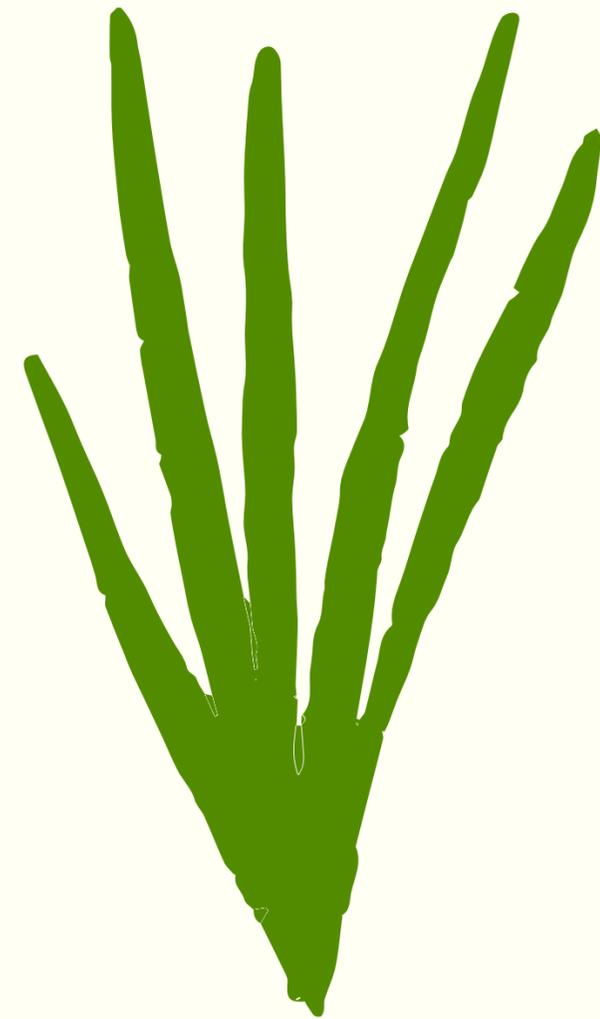


Série Especial NA TERRA DA *naturopatia*



Episódio 1

O impacto da Naturopatia
na vida das pessoas



Pauta desta aula

- O que é a Naturopatia
- Princípios da Naturopatia
- Técnicas terapêuticas



1. APRESENTAÇÃO

Sejam bem-vindos à Série Especial "Na Terra da Naturopatia".

Meu nome é Marcelo Rigotti. Por profissão, sou engenheiro agrônomo e professor. Por opção, sou terapeuta holístico e pesquisador. Trabalho com educação, agricultura e terapias alternativas. Meu objetivo sempre foi levar conhecimento sobre saúde, sustentabilidade e qualidade de vida.

Atuo com plantas medicinais e homeopatia desde 1992, quando iniciei a faculdade de Agronomia e ainda atendo muitos alunos, mesmo à distância. Eu tenho muito orgulho de dizer que pude ajudar muitas pessoas a terem uma qualidade de vida melhor.

Minha atuação como terapeuta começou em 1999, quando morava em Florianópolis. Comecei atuando no Centro Voluntários em Ação, através de cursos na área de Fitoterapia e plantas medicinais. Voltei ao Mato Grosso do Sul e continuei atuando em comunidades, instituições beneficentes, reservas indígenas, assentamentos, escolas e universidades. Sempre percebi essa carência de terapeutas, levando em consideração que as pessoas acreditam, e muito, nas terapias alternativas.





As plantas medicinais nunca deixaram de ser utilizadas, e a Homeopatia - e as demais terapias naturais - vêm sendo cada vez mais aplicadas, mesmo sob ataques de céticos e pessoas sem conhecimento adequado sobre elas.

Então, eu decidi montar esse projeto para atender profissionais da área da saúde ou de outras áreas que, de alguma forma, desejam trazer benefícios e qualidade de vida para os seus assistidos. Este é o objetivo final deste projeto que é, sim, um projeto de vida.

Já fui professor universitário no meu estado e, atualmente, sou engenheiro agrônomo no IFMS (Instituto Federal de Mato Grosso do Sul). Atuei na área de pesquisas, trabalhando com a parte de etnobotânica, propagação de plantas medicinais, nas áreas de homeopatia, fitoquímica, genética de populações e biologia molecular, no doutorado.

Hoje, atuo em projetos de extensão nas áreas de fitoterapia e plantas medicinais, de homeopatia e de plantas alimentícias não convencionais (PANCs).





Nesta série especial, "Na Terra da Naturopatia", vamos falar sobre as diversas possibilidades desta terapia, para quem se interessa pela saúde natural e integral do ser humano.

Aqui, minha intenção é mostrar como as terapias integrativas podem ser um caminho de sucesso profissional para quem tem o desejo de proporcionar uma vida mais plena, com mais energia e bem estar para as pessoas, e ser bem remunerado por isso.

Se esta jornada fizer sentido para você, ficarei muito honrado em poder compartilhar meu conhecimento.



2. O QUE É A NATUROPATIA

Antes de começar com o nosso conteúdo, gostaria de enfatizar que as terapias integrativas da Naturopatia se focam na origem do problema e não nos sintomas, olhando o ser humano como um todo, ou seja, a psique, o corpo físico e o plano vital. Por isso, o tratamento baseado na Naturopatia é tão eficaz, seja na cura ou no auxílio aos tratamentos tradicionais alopáticos, e vem sendo cada vez mais procurado pelas pessoas.

É importante lembrar que essas terapias estão se popularizando cada vez mais, até fazendo parte do SUS - Sistema Único de Saúde - através das PICs (Práticas Integrativas e Complementares). Essa popularização tem ampliado em grande escala as oportunidades de trabalho para os terapeutas naturopatas.

Mas o que é a Naturopatia, afinal?

Trata-se de um sistema único de atenção primária à saúde, que fala sobre prevenção, tratamento e a saúde ideal através das terapias naturais, com substâncias e técnicas que estimulam o processo de autocura de cada indivíduo.

A Naturopatia é vai muito além do jejum, da nutrição, o consumo regular de água e a prática de exercícios. Ela também utiliza outras práticas naturais, como a homeopatia, acupuntura, fitoterapia, ozônioterapia, etc.





Vivemos uma época em que a tecnologia moderna, a poluição ambiental, a dieta alimentar pobre em nutrientes e o estresse diário exercem papel significativo na degradação da saúde. A capacidade de um naturopata, de aplicar métodos naturais de cura, é de considerável importância.

A prática da Naturopatia, impulsionada pela filosofia de que a natureza é o curador mais eficaz, combina elementos seculares, naturais e não tóxicos, com os avanços mais atuais da ciência médica, integrando tratamentos tradicionais e modernos.

As terapias naturopáticas são apoiadas por pesquisas científicas modernas, e existem centenas de artigos científicos comprovando a sua eficácia.

Embora os medicamentos naturopáticos e convencionais sejam baseados nas mesmas ciências biomédicas e compartilhem os mesmos métodos diagnósticos, as suas filosofias e abordagens são bem diferentes.

O diagnóstico na Naturopatia

Ele começa no processo de anamnese, pelo qual o terapeuta capta diversas informações sobre o estado geral e específico da pessoa atendida. Além do estado atual, o terapeuta também investiga as conexões familiares, como problemas genéticos e o progresso da saúde do cliente e de seus pais.





O tratamento Naturopático

A Naturopatia trata a pessoa como um todo, de forma completa, e envolve o processo de cura da natureza.

O tratamento é escolhido com base na individualidade do paciente e não na generalidade dos sintomas. A Naturopatia se concentra no bem estar de todo o paciente, logo, o medicamento é feito sob medida para cada pessoa e enfatiza a prevenção e o autocuidado, além de capacitar o paciente a ter controle sobre a própria saúde e o seu bem estar.

A Naturopatia tenta localizar e tratar as causas subjacentes de um problema de saúde do cliente, em vez de se concentrar apenas no tratamento sintomático.

Os naturopatas passam muito tempo com os seus pacientes, concentrando-se em desenvolver um relacionamento colaborativo, com o objetivo de orientá-los sobre como melhorar a própria saúde, com maior independência do tratamento profissional. Na realidade, o terapeuta ensina o paciente a controlar a sua saúde.



Uma consulta inicial com um naturopata leva, normalmente, uma hora. Durante esse tempo, o terapeuta questionará o paciente sobre seu histórico médico, sua dieta, seu estilo de vida e quaisquer outros tratamentos convencionais aos quais esteja submetido naquele momento.

O naturopata, em consulta, poderá utilizar a Iridologia ou o diagnóstico da língua ou das unhas, para ter uma visão mais completa sobre o estado de saúde do cliente. Se necessário, poderá recomendar ao paciente que solicite ao seu médico exames de patologias como análises de fios de cabelo, de fezes, de sangue, etc.

Com todas essas informações em mãos, o plano de tratamento pode começar a ser traçado, de modo que aborde todas as áreas da vida dessa pessoa, proporcionando ao organismo uma maior chance de cura. Esse plano de tratamento pode incluir conselhos sobre dietas, estilos de vida, exercícios, fitoterapia, florais, óleos essenciais, homeopatia ou outras terapias integrativas naturais.

Os naturopatas devem se integrar e cooperar com os demais ramos da ciência médica, encaminhando pacientes para outros médicos quando apropriado.





3. PRINCÍPIOS DA NATUROPATIA

Os naturopatas dão foco e prioridade ao estilo de vida saudável, ao fortalecimento e limpeza do organismo e aos tratamentos não invasivos. Não são utilizados medicamentos farmacêuticos, injeções, raio-X ou cirurgias.

Eles estabelecem os seguintes princípios:

1. O poder curativo da natureza: a filosofia naturopática deriva, em partes, dos ensinamentos de Hipócrates, que vê a natureza como principal curadora de todas as doenças. O organismo tem capacidade de restaurar e manter a saúde. O papel do naturopata é facilitar e aumentar as habilidades inatas do organismo do paciente de se autocurar, usando, principalmente, terapias naturais não tóxicas.
2. Identificar e tratar a causa: os sintomas são vistos como uma reação do organismo, ou seja, uma tentativa natural de cura. Os naturopatas procuram tratar as causas da doença e não somente os sintomas. A origem da doença é, então, removida ou tratada para que o paciente possa se recuperar.
3. Não fazer mal: a medicina naturopática usa terapias que são seguras e eficazes, que minimizam as chances de efeitos colaterais prejudiciais, usando o mínimo de força necessária para diagnosticar e tratar.





Como o objetivo é identificar e tratar as causas, os naturopatas evitando e consideram prejudiciais os tratamentos que escondem as causas, suprimindo os sintomas.

4. Tratar a pessoa integralmente: o corpo, a mente e o espírito humano são aspectos totalmente integrados de uma pessoa. Cada paciente é único, e requer consideração individualizada para que a cura ocorra. Os naturopatas reconhecem e empregam o potencial terapêutico da relação terapeuta x paciente, na qual o primeiro deve atuar como um professor, um educador, sendo seu principal papel capacitar o paciente a criar controle sobre sua própria saúde. O profissional deve levar em conta os fatores individuais mentais, emocionais, genéticos, sociais, espirituais e ambientais, além de inspirar esperança e conhecimento ao paciente.

5. Prevenção da saúde: o naturopata enfatiza a prevenção da saúde, avaliando os fatores de risco, hereditariedade e a suscetibilidade às doenças, fazendo intervenções apropriadas, em parceria com os pacientes, para evitar e prevenir as doenças.



4. TÉCNICAS TERAPÊUTICAS

A Naturopatia abrange uma grande variedade de métodos de tratamento, podendo ser:

- Medicamentos fitoterápicos, que ajudam a prevenir e tratar diversas doenças.
- Conselhos dietéticos e nutricionais para restauração do equilíbrio orgânico, desintoxicação e prevenção de patologias; exemplos: dieta vegetariana integral, jejum ou abstenção de álcool e açúcar.
- Conselhos sobre estilo de vida para promover o bem estar e reduzir o estresse.
- Hidroterapia, utilizando o poder curativo da água.
- O uso de compressas e bolsas para estimular o funcionamento de um órgão e reduzir a dor.

Além destes, temos outras terapias que fazem parte da Naturopatia e utilizam elementos e métodos 100% naturais, como:

- Homeopatia
- Cromoterapia
- Acupuntura
- Iridologia
- Ozônioterapia
- Psicoterapia
- Reflexologia
- Massoterapia
- Medicina Tradicional Chinesa
- Ayurveda
- Exposição a elementos naturais;
- Terapia manipulativa naturopática (óssea ou para tecidos moles)
- Medicina esportiva e exercícios físicos
- Meditação e métodos de relaxamento





O naturopata geralmente trabalha em um ambiente autônomo, com a opção de trabalhar em hospitais, spas, pesquisa, assistência médica, administração e gerenciamento do setor de varejo, ou na mídia.

Pode-se encontrar um naturopata em uma consultoria nutricional familiar, bem como em uma clínica de beleza e estética. É possível se especializar em um determinado tópico, como infertilidade, tratamentos de pele, esportes, crianças ou idosos.

Características da filosofia naturopática

- Todas as doenças, suas causas e tratamentos são um só, exceto em condições traumáticas e ambientais.
- A causa de todas as doenças é o acúmulo de matéria doentia no organismo. O tratamento, em todos os casos, consiste na eliminação dessa matéria, que enfraquece o organismo, facilitando a entrada e sobrevivência de vírus e bactérias.
- Na Naturopatia, não é a doença, e sim, todo o organismo do paciente que é curado e renovado. Na cura natural, as patologias são trazidas à tona e removidas de forma permanente, sejam elas crônicas ou não.
- A naturopatia trata desde os aspectos físicos e mentais até os emocionais, sociais e espirituais, tratando o corpo como um todo.
- Não são utilizados medicamentos que não venham diretamente da natureza. O alimento é o nosso principal remédio.





O objetivo desta aula foi mostrar o impacto da Naturopatia na vida das pessoas e fazer um chamado para você que deseja ser um agente desta transformação na saúde e na qualidade de vida de quem busca tratamentos naturais, sem contra-indicações.

Quero deixar também uma frase que sintetiza todo o conteúdo desta aula:

“A Naturopatia usa elementos da natureza para ajudar o próprio corpo a se curar, e com esta contribuição, somos capazes de curar a nós mesmos”

Espero que você tenha gostado deste conteúdo.

Até a próxima aula!

