

O tempo como remédio

Às vezes a cura não está no método mais rápido ou instantâneo, a medicina alternativa promove tratamentos que podem demorar um pouco mais, mas, no final das contas, realmente fazem efeito e são duradouros

JULIA SORELLA E DIEGO MOREIRA

Na primeira consulta do ano, o aposentado José Benedicto Moreira de 85 anos, que reclama de uma alergia nos braços, chega cedo ao consultório da dermatologista. Com seis pessoas em sua frente, o idoso espera por apenas 20 minutos antes de ser chamado. O atendimento dura menos de 10 minutos. A médica, sem analisar com luvas a queixa do idoso, observa de longe os braços do paciente e receita uma pomada. E deixa uma indicação: “se não melhorar, marcaremos uma nova consulta para testar outra pomada”.

Esse é um triste acontecimento lembrado pela neta do paciente, a cirurgiã Bárbara Moreira do Hospital Celso Pierro, de Campinas, que explica que o episódio é mais comum do que se imagina.

– Tem sido recorrente nos ambulatorios, principalmente quando o médico é ligado a vários convênios médicos ou seu consultório fica em um hospital de algum plano de saúde.

Isso resulta de um estilo de trabalho que os críticos chamam de *fast medicine*, em que as consultas têm duração breve, a interação entre o paciente e o médico é mínima e o foco é dado aos exames. Com os resultados em mãos, o profissional trata o que foi encontrado nos exames, não a pessoa que foi em busca de ajuda. Para o cardiologista Bernard Lown, professor da Escola de Medicina de Harvard, nos Estados Unidos, e autor do livro



O cardiologista Bernard Lown, autor do livro *A arte perdida de curar*

A arte perdida de curar, vivemos atualmente um grande paradoxo: “nunca a medicina avançou tanto no diagnóstico e no tratamento das mais variadas doenças e nunca o ser humano enfermo foi tão mal cuidado”.

– Mas os pacientes também se tornaram impacientes – afirma a cirurgiã, que diz que a culpa não é apenas dos médicos.

Com a facilidade de acesso a informações, muitas pessoas acabam por fazer o seu próprio diagnóstico com o que encontram na internet. Escolhem diretamente o especialista, solicitam os testes que desejam fazer, apontam os medicamentos que acreditam serem os indicados e pronto, assumem a função do médico.

– E se o especialista for contrário, alguns pacientes ainda trocam de profissionais na busca por algum que concorde com eles.

Divulgação

Slow Medicine

Na onda contrária dessa corrente *fast*, surgiu em 2002, o termo *Slow Medicine* criado pelo cardiologista italiano Alberto Dolara, que o mencionou pela primeira vez em um artigo publicado no jornal especializado *Italian Heart Journal*. A inspiração veio do *Slow Food*, organização de origem de Bra, norte da Itália, também região do Piemonte, em 1986, em resposta à instalação de um McDonald's na Piazza di Spagna, uma das principais praças de Roma.

A ideia da *Slow Medicine* é oferecer um jeito mais calmo de olhar para os problemas que estão sustentados na “medicina rápida”. Ela foi criada com a intenção de mudar o paradigma atual de fazer medicina, muito apressado, com pouca atenção às palavras dos pacientes, e muito generosa em analisar testes de diagnósticos e prescrever medicamentos. A premissa dessa nova forma de medicina é enfatizar a cooperação entre os profissionais de saúde e os doentes, como pretexto de uma atuação calma e harmoniosa – claro, em situações que não sejam de emergência.

De acordo com o cardiologista Sérgio Nunes Pereira, a *Slow Medicine* melhora o atendimento ao reconhecer o valor de escutar o paciente e trabalhar para escolher a melhor estrutura para o tratamento a ser recomendado, o que dá mais segurança a quem está sendo atendido.

– Também temos que levar em conta que os custos com exames e medicamentos são reduzidos. Quando fazemos escolhas com mais calma e fazemos o tratamento sem ocorrer algo imprudente ou incerto, as chances de erros são menores, diminuindo possíveis gastos desnecessários.

A *Slow Medicine* também pode ajudar a evitar a tomada de decisões precipitadas no tratamento de câncer, conta Pereira.

– Nesses casos, muitas vezes os profissionais correm para dar um diagnóstico com base em avaliações preliminares, para dar uma pseudosseguurança ao seu paciente. O médico tanto quer passar uma imagem de controle e de conhecimento, quanto ele mesmo cria o desejo de que o paciente tenha uma resposta rápida ao tratamento.

Segundo o cardiologista, em casos de trata-

DIVULGAÇÃO



A homeopatia pode ser manipulada em soluções líquidas, pós ou em cápsulas no formato de bolinhas.

mentos de doenças que têm o desenvolvimento ao longo de anos, ambos os lados se sentem pressionados a tomar decisões rápidas. Isso ocorre ao ponto de que, nesses casos, a melhor solução é substituir a ansiedade pela calma e, dependendo do quadro, uma velocidade apropriada para tal.

Homeopatia

Apesar da discussão sobre a *Slow Medicine* ser recente na medicina tradicional, este relacionamento harmonioso entre médicos e pacientes já é presente há bastante tempo em alguns métodos alternativos de tratamento de saúde, como é o caso da homeopatia.

– O tempo do paciente é muito importante durante as consultas – afirma o gastroenterologista e homeopata Carlos Alberto Ranzani. Não é apenas saber sobre os sintomas físicos, mas também como esse paciente leva a vida. Se ele é calmo. Estressado. Coisas que o incomodam. Eu preciso saber um pouco sobre a vida do paciente.

A homeopatia é uma terapia alternativa, criada em 1755 por Samuel Hahnemann na Alemanha. É um sistema que contempla o ser humano como um todo em detrimento das doenças isoladas. O seu método se dá através de estímulos



Guilherme Monteiro e a mãe, a dona de casa Maria Aparecida Monteiro

energéticos com o intuito de reequilibrar a energia vital dos pacientes.

Quando Guilherme, o filho da dona de casa Maria Aparecida Monteiro, apresentou uma hipertrofia de adenoide, um caso onde o paciente sente dificuldade em respirar, provocando otites ou até a perda da audição, o tratamento homeopático foi o escolhido.

– Ele apresentava muita secreção no nariz. Depois de um exame de raios-X, o otorrinolaringologista diagnosticou que ele tinha o céu da boca muito fundo e que precisaria operar imediatamente. Meio assustada, indicaram-me um homeopata – conta Maria.

– Na nossa primeira consulta, ele me sugeriu uma ortodontista para fazer alguns exames. Com os resultados em mãos, ele me deu duas opções. Ou o Guilherme utilizava um aparelho ou poderíamos fazer o tratamento com bases homeopáticas. Acabei por escolher a segunda. Foram quatro meses de tratamento, mas acabou funcionando.

Em contrapartida, não são todos que obtêm resultados satisfatórios com a homeopatia. A própria dona de casa Maria tentou o tratamento há dois anos.

– Eu estava com depressão e não queria mais utilizar a alopatia tradicional para tratar, pois

os medicamentos apresentavam muitos efeitos colaterais e eram caros.

Segundo Maria, o seu tratamento durou um ano, e os resultados somente começaram a aparecer de dois a três meses após o início, muito diferente de quando usou alopatia, onde os medicamentos começaram a fazer efeito em uma semana.

– Mas ao menos o tratamento foi bem mais barato do que no método tradicional. Na alopatia eu gastava R\$ 115,00 a cada dois meses com medicação genérica. Já na homeopatia eram R\$ 80,00 para o mesmo período, e eu utilizava mais de um “medicamento”.

Reiki

A homeopatia não é um único método que contempla a medicina *slow*. Vários tipos de tratamentos medicinais, que valorizam o tempo doado e dedicado em prol da cura, são considerados *slow*.

Segundo o especialista Rogers Jonas, o método Reiki é um sistema natural de harmonização e reposição energética. Essa técnica foi descoberta no Japão, por Mikao Usui. Rei significa universal e Ki é a energia individual que flui em todos os organismos vivos e os mantém, quando o Ki sai do corpo ele deixa de ter vida. O Reiki é o processo de encontro dessas duas energias (energia universal e nossa energia física).

– O método Reiki é sagrado, mas não é uma religião ou um sistema filosófico. Adapta-se a qualquer cultura, raça, idade, credo, seita. Não tem restrições ou tabu. Não utiliza talismã ou quaisquer instrumentos auxiliares. Também não é necessário que acreditem nele para que propague ou tenha efeito – diz Rogers, que é considerado um mestre habilitado para reproduzir essa terapia.

Nesse tratamento nenhum objeto ou equipamento é necessário, apenas as mãos do Reiki-ano, o mestre que aplica o método, ou pode ser feito também com o olhar. Rogers explica que é aconselhável na hora do tratamento o receptor manter-se em local agradável e descansado. Dependendo da atividade que estiver executando é importante manter o corpo em repouso ou não

executar atividade alguma. Em alguns casos o receptor pode apresentar sonolência, perda dos reflexos e coordenação motora, calafrios, calor, pressão na cabeça.

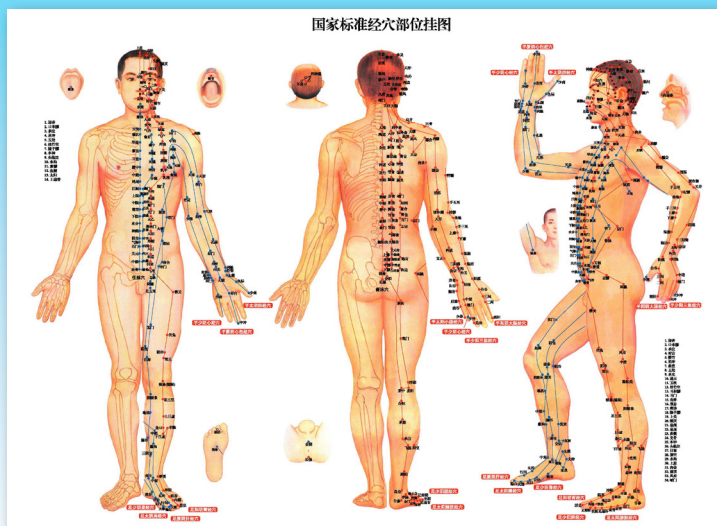
– O Reiki é uma técnica simples e disponível a todos – finaliza Rogers.

Independente do método medicinal escolhido, o importante é priorizar a situação do paciente, buscar a verdadeira cura do mal sofrido sem a interferência do mundo breve e volátil em que vivemos, onde tudo é tratado superficialmente e a medicina é mais vista como um negócio do que como uma ajuda. Apesar de velho, o provérbio “a pressa é inimiga da perfeição”, nunca foi tão atual quanto agora.



O método Reiki utiliza a energia interna através das mãos para a cura de doenças

Acupuntura e apiterapia



A **acupuntura** é uma terapia chinesa que consiste na aplicação de agulhas em pontos específicos do corpo que correspondem ao mal que deve ser tratado, baseado em mapeamento do corpo humano para saber qual o significado e correspondência de cada ponto específico do corpo.

Já a **apiterapia** é um método alternativo que utiliza picadas de abelha para tratamentos de vários tipos de doença. No mundo são muitos os países que fazem uso desta modalidade de medicina, inclusive sendo comum encontrar clínicas especializadas.

