

# SENSORIALIDADE, EMOÇÃO E MOVIMENTO PSÍQUICO NA ATUAÇÃO PROFISSIONAL

Dariane Borges Machado<sup>1</sup>  
Ana Clarice Steinmetz de Faria<sup>2</sup>

## RESUMO

A presente pesquisa apresenta as relações entre sensorialidade, emoção e movimento psíquico no ser humano e as respectivas interferências no desempenho do profissional pós-moderno. Diante do pensamento de homem fragmentado vigente, este trabalho levanta características globais do sujeito, retratando a necessidade de lhe propiciar a oportunidade de colocar-se integralmente no mundo, sendo visto e considerado em sua totalidade. A dissertação sobre a sensorialidade humana, desenvolvida no texto, organiza o conhecimento científico já produzido, demonstrando a importância dos aspectos anatômicos e fisiológicos na relação com a emoção e funcionamento psíquico. Na sequência são apresentadas as dimensões que compõem o ser humano considerando a esfera racional, porém superando-a e equiparando-a a outros aspectos relevantes. Nessa perspectiva de integralidade, este trabalho expõe características postas na realidade do profissional pós-moderno, assim como sua posição e resposta às exigências de um mundo globalizado, tecnológico, midiático e instantâneo. Considerando o trajeto e avanços históricos da ciência, a presente pesquisa conceitua sensorialidade, emoção e consciência, evidenciando a importância desses fenômenos, assim como sua intrínseca relação e interdependência. Da mesma forma, objetiva-se descrever a diferenciação entre ter uma emoção, sentir uma emoção, ter conhecimento sobre o que está sentindo e as interferências desses níveis de consciência no desempenho profissional, propondo como intervenção a técnica corporal do reequilíbrio somatoemocional.

Palavras-chave: Sensorialidade. Reequilíbrio Somatoemocional. Consciência. Psique. Trabalho.

<sup>1</sup> Aluna do 4º período do curso de Psicologia da FAE Centro Universitário. Bolsista do Programa de Apoio à Iniciação Científica (PAIC 2014-2015). E-mail: darianeborges.psico@yahoo.com.br

<sup>2</sup> Aluna especial do doutorado em Educação da USF(SP). Professora da FAE Centro Universitário. E-mail: ana.steinmetz@fae.edu

## INTRODUÇÃO

Considerando que um indivíduo emocionalmente saudável apresenta um padrão de comportamento tido como característico de sua personalidade, observa-se que atitudes que evidenciam discrepâncias desse comportamento pessoalmente estereotipado são eventualmente percebidas no contexto social em que o sujeito está inserido. Da mesma forma, a pessoa que apresenta verbalizações persistentes referentes a insatisfações em sua vida e paralelamente manifesta queixas fisiológicas, sinaliza como consequência dessa insatisfação persistente um provável desequilíbrio somatoemocional. O subsequente estudo aponta que a atenção dispensada à realidade corporal, emocional e racional de forma integrada possibilita que o sujeito responda com qualidade aos desafios propostos no cotidiano, preservando seu equilíbrio somático. No entanto, esse desejo de equilíbrio está constantemente sendo exposto a fatores ambientais, sociais e subjetivos, interferindo em seu estado somatoemocional.

A percepção diante desses estímulos apresenta-se como sendo de fundamental importância para a compreensão sobre si mesmo no que tange a seus limites e potencialidades corporais e psíquicas, assim como quanto à interferência e modificação ou significação pelo sujeito de realidades ambientais, sociais ou subjetivas, eliciadoras de mal-estar e consequente adoecimento.

Dessa forma, observaremos a seguir a relevância dos aspectos sensoriais como fundamentais ao processo perceptivo, estimuladores de emoções e de registros psíquicos significativos primordiais que corroboram as emoções atuais do sujeito exposto aos mesmos estímulos. Nesse viés apresentaremos os achados neurocientíficos, que elucidam a diferenciação entre ter uma emoção, sentir uma emoção, ter conhecimento do que se está sentindo e as relações desse mecanismo no contexto profissional.

### 1 O SISTEMA SENSORIAL E A SENSOPERCEÇÃO

As bases fisiológicas para que se manifeste o sistema sensorial e a sensopercepção são construídas essencialmente pelo sistema nervoso, que promove a homeostase coordenando, dirigindo e regulando as funções corporais. O tecido nervoso é formado por neurônios e também por células glia que rodeiam o neurônio, sustentando-o e mantendo a unidade do tecido. Entre um neurônio e outro se apresenta um espaço de comunicação denominado **sinapse**, onde são lançadas substâncias condutoras, denominadas **neurotransmissores** (TOMITA, 1999).

Os mecanismos de sensação e percepção realizam uma ligação entre o mundo físico e psicológico. Por meio da experiência com o meio ocorre a entrada de informações, que acessam categorias inatas<sup>3</sup>. A atividade psicológica é resultado de um sistema de comunicação celular que recebe informações do mundo externo, avalia e produz comportamentos, pensamentos e sentimentos. Segundo Gazzaniga e Heatherton (2005), os neurônios são especializados para a comunicação e, diferentemente de outras células, são excitáveis, podendo ser sensoriais (vias aferentes), motores (vias eferentes) e interneurônios, que estão localizados dentro de circuitos locais ou de curta distância.

Para Gazzaniga e Heatherton (2005), o processo perceptivo das sensações são cálculos realizados pelo cérebro – em sua maioria inconsciente. Os resultados mais importantes que o cérebro produz atingem ou permanecem na consciência. Esse movimento ocorre devido a consciência contínua de cada ação cerebral, que gera uma sobrecarga de informações, ou seja, esse processo é seletivo.

Com exceção da olfação, todas as informações sensoriais são transmitidas para o cérebro pelo tálamo. Do tálamo, as informações de cada sentido são projetadas para regiões específicas do córtex cerebral, as chamadas **áreas sensoriais primárias**. (GAZZANIGA; HEATHERTON, 2005, p. 163, grifo nosso)

Os sentidos são compostos por células e conexões que realizam a tradução dos estímulos ambientais. Barreiros (2008) descreve que os componentes dos sentidos transformam a energia do estímulo ambiental em potenciais bioelétricos gerados pelas membranas dos receptores, provocando potenciais de ação na mesma célula, ou outros potenciais no neurônio de segunda ordem, originando sinapses até os neurônios de ordem superior.

Os **receptores cutâneos** são estimulados de forma seletiva, ou seja, estimulando-se a pele com calor e frio simultaneamente, a sensação selecionará o estímulo mais intenso para codificar. As sensações simultâneas só podem ser distinguidas se a atenção for direcionada para o estímulo sequencialmente, por exemplo: diferentes texturas esfregadas sobre a pele, calor e frio, prurido e cócega. No entanto, a dor associada a outros estímulos cutâneos tende a prevalecer em detrimento dos demais, independentemente da intensidade (EYZAGUIRRE; FIDONE, 1977).

---

<sup>3</sup> “Uma visão alternativa ao empirismo é o nativismo, segundo o qual pelo menos certo conhecimento é inato – uma ideia que remonta Platão, ou até mais antiga. O filósofo alemão do século XVIII Immanuel Kant propôs que as nossas experiências fornecem input sensorial que é filtrado por categorias mentais inatas preexistentes, como espaço e tempo, que organizam as informações” (GAZZANIGA; HEATHERTON, 2005, p. 147).

Barreiros (2008) afirma que o sujeito conseguirá se adaptar à dor, no entanto, essa manifestação corporal é fundamental para alertar situações excessivas e desgastantes ao sujeito. O autor também menciona que a dor não possui uma representação cortical específica e que achados de pesquisas sugerem que fatores psicoafetivos, assim como as drogas analgésicas, podem bloquear a dor por meio de um circuito sensível a endorfinas.

Os **receptores gustativos** estão localizados na língua e epiglote. De acordo com Machado (1993), a língua possui pontos diferenciados para gustação, por exemplo: o acre está localizado nas bordas da língua; o salgado e o doce, na ponta; e o amargo, na base. Para Eyzaguirre e Fidone (1977), uma papila gustativa possui aproximadamente 250 corpúsculos; dessa forma, pode-se detectar duas ou mais modalidades gustativas.

Os **receptores do olfato**, segundo afirma Machado (1993), são os cílios das vesículas olfatórias, pequenas dilatações do prolongamento periférico das células olfatórias.

[...] as informações olfatórias se desviam do tálamo a caminho do córtex. Algumas informações do bulbo olfatório se projetam para uma região do lobo temporal que parece ser o córtex olfatório primário. Outras informações olfatórias se projetam para os centros cerebrais inferiores do sistema límbico. As estruturas límbicas estão associadas à emoção e à memória, o que pode explicar em parte a facilidade com que os estímulos olfatórios podem evocar lembranças e sentimentos poderosos (GAZZANIGA; HEATHERTON, 2005, p. 165).

Cabe ainda salientar que as terapias corporais apresentam, no que tange ao olfato, suas queixas e manifestações de adoecimento, que estão fortemente relacionadas à afetividade. Essa questão está intrínseca ao percurso de sua função primordial, ou seja, na procura olfativa pelo leite materno. Ainda se apresenta, no âmbito das alergias, a diferenciação entre estar alérgico, o que denuncia um sujeito emocionalmente abalado nesse momento, e ser alérgico, o que caracteriza um sujeito cronicamente abalado emocionalmente (BARREIROS, 2008).

Os **receptores da visão** são meios pelos quais passam os raios luminosos. O estímulo luminoso atinge primeiramente a córnea, que é revestida por uma membrana denominada conjuntiva. Na sequência, o raio luminoso atinge a câmara anterior do olho permeada por um fluido transparente, secretado pelos vasos do corpo ciliar, que é denominado humor aquoso. Logo atrás se encontra uma estrutura elástica e com superfícies anterior e posterior convexas, denominada lente ou cristalino, cuja superfície anterior está parcialmente coberta pela íris. A luz intensa produz a constrição pupilar

e a escuridão provoca a dilatação da pupila. Esse movimento se dá por meio de fibras musculares dos nervos autônomos (EYZAGUIRRE; FIDONE, 1977).

Os **receptores da audição** localizam-se no órgão espiral (de Corti) posicionado na cóclea do ouvido interno. Os neurônios I, do gânglio espiral situado na cóclea, realizam contato com os receptores no órgão de Corti. Seus prolongamentos centrais terminam na ponte, fazendo sinapse com os neurônios II enquanto as fibras de seu lemnisco lateral fazem sinapse com os neurônios III, que com seus axônios dirigem-se ao corpo geniculado medial onde estão localizados os neurônios IV, cujos axônios formam a radiação auditiva, que passando pela Cápsula interna chega à área auditiva do córtex, situada no giro temporal transversal anterior. Sendo assim, diferentemente das outras vias sensitivas, a via auditiva possui quatro neurônios ou mais (MACHADO, 1993).

Segundo Barreiros (2008, p. 37), “a sensação é o ponto de partida do sistema sensorial e interferirá em inúmeros processos mentais”. O autor afirma que a ação no mundo parte das informações sensoriais. Nem toda informação é consciente, visto que o sujeito seleciona, por meio da atenção, a informação importante que será mobilizada e manipulada. Sendo assim, a percepção nem sempre está inteiramente disponível, pois é afetada pela atenção, emoção, sono, entre outros, ou seja, a percepção é mais seletiva que os sentidos.

Damáσιο (2000) compreende por sistema somatossensitivo a percepção sensitiva do *soma*, palavra grega que significa *corpo*. Entretanto, não se trata de um único sistema, mas da combinação de vários subsistemas em que cada um transmite ao cérebro sinais sobre o estado de aspectos muito diferentes do corpo. A sinalização somatossensitiva não usa nenhum neurônio, e sim substâncias disponíveis na corrente sanguínea.

## 2 EMOÇÃO, CONSCIÊNCIA E EQUILÍBRIO SOMATOEMOCIONAL

O neurocientista Antônio Damásio, em sua obra *O mistério da consciência* (2000), percorre um caminho explicativo partindo do corpo e das emoções ao conhecimento de si. O autor apresenta a diferença entre ter uma emoção<sup>4</sup>, sentir uma emoção e tomar conhecimento de que se sente essa emoção. Damásio (2000) parte da problemática da

---

<sup>4</sup> As emoções podem ser **primárias**: alegria, tristeza, medo, raiva, surpresa, repugnância; **secundárias ou sociais**: embaraço, ciúme, culpa, orgulho; **de fundo**: bem-estar ou mal-estar, calma ou tensão. As emoções também são impulsos, motivações, dor, prazer. Possuem mecanismos cerebrais inatos e representações culturais, assim como reações químicas neurais; são reguladoras e desempenham o papel de conservar a vida (DAMÁSIO, 2000).

consciência, ou seja, de como o filme no cérebro é gerado e como o cérebro gera o senso de que existe alguém que é proprietário e observador desse filme. O autor também apresenta o conceito de *self* como sendo o sentido de si mesmo em relação ao objeto (pessoa, lugar, melodia, gosto, dor, êxtase) e expõe três tipos de *self*, a saber: 1) *protoself*: é conectado à temporalidade e representa o estado do organismo momento a momento; está em nível inconsciente, é instintivo e tem caráter de sobrevivência; 2) *self* central: está ligado ao objeto, é protagonista da consciência, depende do *protoself*; 3) *self* autobiográfico: está baseado na memória autobiográfica, que implica muitos instantes e experiências individuais do passado e futuro antecipado. O neurocientista afirma que possuir um sentido do *self* é necessário para o conhecimento de si e de tudo o que vem a ser conhecido.

Damásio (2000) explica que o início da consciência ocorre quando os mecanismos de representação do organismo exibem um tipo específico de conhecimento sem palavras – o conhecimento de que o próprio estado do organismo foi alterado por um objeto (visceral, auditivo, tátil, visual). Organismos que não geram a consciência central produzem imagens visuais, táteis, auditivas, viscerais, mas não chegam a conhecer o que produziram. Criaturas não humanas podem exibir emoções, formando representações que denominamos sentimentos, porém sem saber que fazem isso, em outras palavras, possuem sentimentos não conscientes. Deve haver consciência para que os sentimentos influenciem o indivíduo que sente, além do aqui e agora.

Damásio ainda explica que ocorrem três estágios de processamento que formam um *continuum*: 1) um estado de emoção, que pode ser desencadeado e executado inconscientemente; 2) um estado de sentimento, que pode ser representado inconscientemente; e 3) um estado de sentimento tornado consciente, ou seja, que é conhecido pelo organismo que está tendo a emoção, a qual é definida por esse conjunto de reações bioquímicas no organismo e pelo sentimento que se caracteriza pela transformação em imagens mentais destas respectivas reações.

Sabendo-se que os mecanismos sensoriais eliciam emoções, assim como pensamentos sobre objetos, é possível afirmar que ocorre uma variação entre indivíduos e entre culturas. O desenvolvimento e a cultura moldam o indutor da emoção, alguns aspectos da expressão, a cognição e o comportamento decorrentes. A razão pode controlar as emoções, contudo seu poder é modesto. As emoções também podem ser produzidas indiretamente e, por vezes, têm um resultado negativo a ponto de bloquear uma emoção presente. Por exemplo, ao se estar na presença de algo que causa alegria, mas cuja aproximação ao objeto é impedida, surge a raiva decorrente dessa frustração (DAMÁSIO, 2000).

Estruturas cerebrais são acionadas mais predominantemente quando a pessoa está vivenciando uma situação emocional. As áreas afetadas são diferentes de uma emoção para outra. Sabe-se também que hormônios, neurotransmissores e drogas alteram o estado de humor. Muito embora as emoções possam ser medidas por manifestações do sistema nervoso autônomo, como dilatação de pupilas, rubor, alteração nos batimentos cardíacos e pressão sanguínea, a sobreposição nessa atividade impossibilita a distinção entre as emoções com base unicamente em respostas autonômicas (GAZZANIGA; HEATHERTON, 2005, p. 328).

Segundo Gazzaniga e Heatherton (2005), os estudos sobre a base neurofisiológica da emoção apontaram que atividades cerebrais no hemisfério esquerdo estão relacionadas a emoções positivas e que as atividades cerebrais no hemisfério direito dizem respeito a emoções negativas. Atribui-se à amígdala a função de processar o significado emocional dos estímulos e gerar reações emocionais e comportamentais imediatas, assim como a de decifrar o significado de expressões faciais, fazendo com que esta tenha importante papel nos julgamentos interpessoais.

Larry Cahill (apud GAZZANIGA; HEATHERTON, 2005) expõe que eventos com alto teor de emoção são mais propensos a serem armazenados na memória a longo prazo. Isso ocorre devido à interação entre hormônios estressores liberados no momento emocional e à amígdala. Lesões na amígdala proporcionam déficits sociais. Esses déficits também são evidentes em pessoas que possuem lesões no **córtex orbitofrontal** (essa área é responsável pela avaliação do valor de recompensa das situações e objetos e também está envolvida no processamento de deixas emocionais, de forma especial as relacionadas a interações interpessoais). Pessoas com lesão no córtex orbitofrontal também podem apresentar comportamentos agressivos e violentos, ou seja, um tipo de dificuldade para controlar as emoções (GAZZANIGA; HEATHERTON, 2005).

A **consciência** possibilita o desenvolvimento de propriedades humanas admiráveis, no entanto, não se configura como tais propriedades (moral, honra, misericórdia, generosidade, altruísmo, poesia, ciência, matemática, invenção técnica). Também são atributos da consciência a torpeza moral, a angústia existencial e a falta de criatividade. A consciência central está acima de capacidades como ação, emoção e representação sensorial, mas não está distante. A emoção não se tornou melhor nos seres humanos; o que mudou foi a noção do papel que as emoções desempenham na vida humana, ou seja, o que faz diferença é a memória, a linguagem e a inteligência, e não a emoção em si (DAMÁSIO, 2000).

Damáσιο (2000) ainda descreve que o nascimento da consciência central se efetiva quando ocorre a construção de um relato (sem palavras, com começo, meio e

fim) sobre o que acontece no organismo quando ele interage com um objeto. Ocorre consciência quando o organismo constrói e exhibe um tipo de conhecimento sem palavras: os mecanismos cerebrais de representação geram um relato, em forma de imagem (não verbal), de como o estado do organismo é afetado pelo processamento de um objeto pelo organismo, e quando esse processo realça a imagem do objeto causativo, em um contexto espacial e temporal, ocorre um sentimento a respeito da relação com o objeto.

De acordo com Barreiros (2008), a busca por prazer, no sentido de manter a homeostase, é inerente à condição humana. A ausência de prazer gera sofrimento corporal, decorrente da constrição do corpo no intuito de lutar contra o sofrimento ou fugir. A tensão prolongada de determinada área corporal gera perda de sua função e conseqüente inconsciência quanto ao sofrimento localizado, o que é denominado de amnésia local sensoriomotora. Para tanto, sugere-se um reconhecimento corporal da região em desgaste por meio de um trabalho terapêutico profundo que considere a percepção estática e seu componente psicoemocional e, na sequência, a percepção dinâmica, onde a função é reintegrada para ser mantida.

### **3 INTEGRALIDADE HUMANA, PRAZER E SOFRIMENTO PROFISSIONAL**

Diante dos avanços científicos aqui discutidos, fica evidente que a complexidade humana apresenta muitos aspectos a serem considerados, para além da dimensão racional, inclusive em seu ambiente profissional. No entanto, mesmo considerando esta percepção engenhosa de integralidade, o estado social atual denuncia, de acordo com Lipovetsky e Sebastien (2004), uma vivência de tempos hipermodernos. Esse fenômeno, segundo os autores, coloca a sociedade contemporânea imersa num paradoxo entre a cultura do excesso, caracterizada por uma contínua busca de estar superando constantemente as modas vigentes, e o elogio à moderação, que consiste em valorizar a saúde, a prevenção, o equilíbrio e o retorno da moral ou das religiões orientais.

Pontuando essa reflexão dos autores, para uma análise do homem inserido em tempos hipermodernos, considera-se que tanto sob a ótica organizacional na atribuição do gestor quanto na atitude do profissional gerido evidencia-se a constante competitividade por alcance de metas e a percepção de que o tempo está constantemente escasso. Além disso, evidencia-se a queda dos vínculos e a constante necessidade de eficiência (LIPOVETSKY; SEBASTIAN, 2004). Nesse contexto, o paradoxo supracitado está manifesto em diferentes níveis na atuação de cada profissional.

De acordo com Camargo (1999), a integralidade humana consiste na consideração de todas as dimensões do homem. Essa perspectiva possibilita uma ação humana plena



e significativa quando se propõe a romper com negligências dos respectivos aspectos, avaliando sua necessidade em cada ponto e mantendo sua relação e equilíbrio. O autor apresenta as seguintes dimensões a serem consideradas: corporal, intelectual, volitiva, emocional, espiritual, de gênero, sexual, social, cósmica, histórica, da liberdade, da estética, axiológica, política, teorizante e prática. Esses aspectos não esgotam o ser humano. Todos se inter-relacionam e são vivenciados de forma pessoal por cada sujeito, em todo contexto em que este esteja inserido; além disso, essas dimensões fornecem uma base como ponto de partida para pensar a existência humana.

Considerando essa realidade de homem contemporâneo, Dejours, Abdoucheli e Jayet (2012) explicam que da relação deste homem com o trabalho surgem três fatos: 1) o homem não é um motor; 2) o homem não é uma máquina, mas possui uma história que gera sentimentos que o tornam único; 3) os trabalhadores possuem vias de descargas preferenciais e singulares. Sendo assim, o trabalhador deve realizar tarefas que proporcionem uma “canalização apropriada da sua energia psíquica”, ou seja, diferentemente da sobrecarga física que conduz ao adoecimento do corpo, quando se trata de carga psíquica, a problemática permeia o estado de subemprego do sujeito no que diz respeito às aptidões psíquicas, fantasmáticas (criatividade) ou psicomotoras, retendo a energia pulsional e gerando uma carga psíquica de trabalho. O que proporcionará a descarga psíquica ao sujeito é a satisfação com seu trabalho, que, dessa forma, torna-se equilibrante, diferentemente da carga sem canalização apropriada da energia psíquica, que se tornará fatigante.

Os autores defendem a ideia de que a flexibilidade da organização do trabalho, apoderando o trabalhador quanto ao modo de operar seu ofício, favorece o equilíbrio no trabalho. Se essa conduta não for possível, faz-se necessário:

[...] uma reorientação profissional que leve em conta as aptidões do trabalhador a necessidades de sua economia psicossomática, não de certas aptidões somente, mas de todas, se possível, pois o pleno emprego das aptidões psicomotoras, psicossensoriais e psíquicas parece ser uma condição de prazer no trabalho (DEJOURS; ABDOUCHELI; JAYET, 2012).

Consideram-se como condições de trabalho, segundo Dejours, Abdoucheli e Jayet (2012), os aspectos físicos, mecânicos, químicos e biológicos do posto de trabalho. As pressões referentes às condições de trabalho, ocasionam desgaste, envelhecimento e doenças somáticas, ou seja, essas condições atuam em nível corporal. Inversamente a este mecanismo de adoecimento, caracteriza-se por organização do trabalho a divisão de tarefas entre os operadores, repartição, cadência, enfim, ao modo operatório prescrito; por outro lado, a divisão de homens se dá pela repartição das responsabilidades, hierarquia, comando, controle etc.

De acordo com Barreiros (2008), todo organismo diante de uma situação de perigo eminente ou de qualquer estímulo eliciador de ansiedade prepara-se com hormônios específicos para a luta ou para a fuga. No entanto, a exposição prolongada a esses componentes produzem o adoecimento do sujeito, gerando sintomas como: cefaleia tensional, enxaqueca vascular, aumento da pressão arterial, dores gástricas, respiração superficial, alterações intestinais, palpitações, tremores, sudorese excessiva, extremidades frias, boca seca, aumento da micção, pele oleosa, fadiga crônica, dores musculoesqueléticas, bruxismo, angústia cardíaca, tonturas, náuseas, vômitos, dermatites e broncoespasmo. A persistência no contexto pode favorecer a evolução dos sintomas para enfermidades como a depressão, realizando alterações morfológicas na massa cinzenta, diminuindo a plasticidade cerebral e gerando perda do raciocínio lógico e concentração.

O corpo humano está em constantes transformações celulares, sistêmicas, de órgãos e tecidos, o que define esse organismo como somatodinâmico. Da mesma forma, a saúde também se apresenta como um processo dinâmico, mais especificamente como uma conquista. Essa consciência de si possibilita um segundo passo, caracterizado como harmonização ou reequilíbrio interna, que subseqüentemente sugere uma harmonia com a natureza e o cotidiano, seguida de uma consciência quanto à responsabilidade pessoal frente à própria vida, ao contexto e às relações em que se está inserido (BARREIROS, 2008).

Nesse viés, cabe aqui certificar-se sobre a concepção de tomada de consciência. Barreiros (2008) cita as áreas da consciência didaticamente como: corporal, sexual, afetiva, emocional, criativa, lógica e espiritual, considerando que o sujeito pode apresentar uma consciência suprimida ou deficitária em determinado aspecto, porém em outro estar consciente. A consciência é caracterizada por um reconhecimento de algo dentro de um contexto, sabendo-se que o grau de consciência e a visão pessoal do ser humano estão associados à sua experiência e ao sistema de crença que proporcionam três vertentes: o esquema corporal, a imagem psicológica e o modelo de mundo (BARREIROS, 2008).

No decorrer do desenvolvimento dessas vertentes, por consequências de traumas infantis, repressões e agressões, pode-se configurar uma separação psíquica entre consciência mental e corporal, o que denota um indivíduo totalmente emocional (que não domina suas emoções, e sim deixa-se dominar por elas) ou totalmente mental (que vive apenas no intelecto e rompe com os sentimentos). Somente a integração entre corpo e mente proporcionará felicidade, pois o corpo produz prazer e desprazer físico, enquanto a mente produz prazer e desprazer psíquico. Além disso, esse movimento é satisfatório para o organismo (BARREIROS, 2008).

A técnica do reequilíbrio somatoemocional visa eliminar tensões de qualquer natureza, bloqueios físicos, sofrimentos e inibições, com base na tonicidade corporal almejando a reestrutura integral do ser humano. O método propõe eliminar dores crônicas, ansiedade e estresse, acompanhados ou não de emoções perturbadoras.

São utilizadas inúmeras técnicas sensoriais e somatoperceptivas de reeducação corporal para que o paciente perceba o que foi vivenciado, refletindo e interagindo com as informações provenientes do corpo e contextualizando-as com seu cotidiano, bem como com seus planos e sonhos para o futuro (BARREIROS, 2008. p. 19).

Portanto, constata-se a necessidade humana de se autoperceber por meio da identificação de suas emoções, pensamentos e sentimentos, assim como é importante nomeá-los, integrá-los e relacioná-los a seu cotidiano. Esse processo possibilita prováveis modificações em condições adoecedoras.

A intervenção visando o reequilíbrio somatoemocional facilitará a tomada de decisão do sujeito, motivando atitudes frente à busca por saúde integral a nível biológico, mental e social. Cabe ainda considerar que o processo sensoperceptivo efetivo proporcionará a prevenção para comorbidades a doenças já instaladas decorrentes do desequilíbrio somatoemocional.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A leitura e análise da obra *O mistério da consciência*, de Antônio Damásio (2000), corroborou para reflexões e críticas quanto ao papel da emoção no ser humano, assim como sua fundamental importância no funcionamento psíquico. Foi possível conhecer as bases neurais que possibilitam ter uma emoção, sentir a emoção e tomar conhecimento sobre o que se está sentindo.

No que tange a sensorialidade, o desenvolvimento das leituras proporcionou um amplo aprofundamento no trajeto somatossensorial, permitindo o reconhecimento da importância dos sentidos, assim como da percepção na configuração corpo e mente. Da mesma forma, ampliou-se o conhecimento frente aos aspectos do ser humano e sua integralidade.

Os teóricos da Psicologia do Trabalho possibilitaram as reflexões referentes aos aspectos emocionais na dimensão prazer e sofrimento na atuação profissional.

Compreende-se que a emoção está presente em toda ação humana: esteja o ser humano ciente ou não do que está sentindo, a emoção está atuante e influenciando sua atividade. Não é possível, portanto, no que diz respeito à atuação profissional, desconsiderar os aspectos emocionais que emergem dessa atividade e tampouco racionalizar a emoção a fim de ordená-la. Entretanto, faz-se necessário perceber-se, considerar-se e autoanalisar-se diante dos fenômenos sensoriais, organizacionais, relacionais e da atividade profissional que desencadeiam tais movimentos. Essa atitude, de acordo com Barreiros (2008), na técnica do Reequilíbrio Somatoemocional, produz a união entre corpo (somato), mente e emoção.

O foco na produção e lucro no decorrer das respectivas mudanças tecnológicas, culturais e sociais estão mantendo a sociedade na busca do aumento de capital, retirando a possibilidade deste ser humano se autoperceber e se conhecer em profundidade no que tange os inúmeros aspectos de sua atuação no mundo.

Essa postura, conduzida não só no mundo corporativo, mas também adotada como perfil pessoal de vida do homem hipermoderno, evidencia a necessidade de equilíbrio, pois, diante da urgência de corresponder aos apelos midiáticos de consumo e parâmetros sociais, o sujeito tem desconsiderado suas necessidades, justamente por não se autoperceber – o que tem proporcionado sintomas negligenciados e protelados que se tornam consequentes complicadores em sua qualidade de vida.

Desta forma, está evidente no mundo do trabalho a manifestação de doenças responsabilizadas como decorrentes da atuação profissional. Pode-se considerar que o mundo corporativo tem sido permeado de sintomas que estão apontando para uma provável disfunção, o que indicará uma necessidade de intervenção, como também de prevenção. Nesse contexto, a técnica do Reequilíbrio Somatoemocional advém com a possibilidade de reestabelecer o indivíduo e encaminhá-lo em suas funções cotidianas com uma nova consciência de si, promovendo a redução de automatismos e ampliando a sensopercepção.

## REFERÊNCIAS

- BARREIROS, C. A. **Reequilíbrio somatoemocional (RSE):** bases teóricas para os tratamentos corporais, psicoemocionais e novos paradigmas. São Paulo: Andreoli, 2008.
- CAMARGO, M. **Fundamentos de ética geral e profissional.** Petrópolis: Vozes, 1999.
- DAMÁSIO, A. **O erro de Descartes:** emoção, razão e o cérebro humano. Trad. Dora Vicente e Georgina Segurado. São Paulo: Companhia das Letras, 1996.
- \_\_\_\_\_. **O mistério da consciência.** São Paulo: Companhia das Letras, 2000.
- DEJOURS, C. **A loucura do trabalho:** estudo de psicopatologia do trabalho. Trad. de Ana Isabel Paraguay e Lúcia Leal Ferreira. 5. ed. ampl. São Paulo: Cortez, 1992.
- DEJOURS, C.; ABDOUCHELI, E.; JAYET, C. **Psicodinâmica do trabalho:** contribuições da Escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho. Coord. Maria Irene Stocco Betiol. São Paulo: Atlas, 2012.
- EYZAGUIRRE, C.; FIDONE, S. J. **Fisiologia do sistema nervoso.** 2. ed. Rio de Janeiro. Guanabara Koogan, 1977.
- FARIA, A. C. S. de. **A relação corpo-mente na etiologia da histeria:** escritos de 1886-1896. 2001, 112 f. Dissertação (Mestrado em Filosofia) – Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR). Curitiba, 2011.
- GAZZANIGA, M. S.; HEATHERTON, T. F. **Ciência Psicológica:** mente, cérebro e comportamento. 2. imp. rev. Porto Alegre: Artmed, 2005.
- GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.
- LIPOVETSKY, G.; SEBASTIAN, C. **Os tempos hipermodernos.** São Paulo: Barcarolla, 2004.
- MACHADO, A. **Neuroanatomia funcional.** 2. ed. Curitiba: Atheneu, 1993.
- TOMITA, R. Y. **Atlas compacto do corpo humano.** São Paulo: Rideel, 1999.

