

EMDR Associado à Foto-Estimulação Ocular e outros Métodos da Orgonoterapia

Ernani Eduardo Trotta

**Artigo publicado na “Revista da Sociedade Wilhelm Reich/RS nº 4,
2001**

Resumo

A orgonoterapia tem sido aperfeiçoada tecnicamente pela incorporação de novos recursos clínicos criados a partir dela mesma ou adaptados de outras especialidades terapêuticas. Neste artigo comentamos a utilização do método EMDR associado à técnica de foto-estimulação ocular criada por B. Koopman e outros métodos da orgonoterapia.

Abstract

Orgonotherapy has been technically improved through the acquirement of new clinical tools developed from its own resources or adapted from other therapeutic approaches. In this article, the employment of the EMDR method associated with the ocular photo stimulation technique created by B. Koopman and others methods of orgonotherapy are discussed.

O método EMDR ("Eye movement desensirization and reprocessing"), que significa dessensibilização e reprocessamento através do movimento ocular, foi criado em 1987 por Francine Shapiro. É atualmente considerado por muitos como a mais importante descoberta da década de 90 no campo das psicoterapias. Consiste em associar certas técnicas de estimulação corporal bilateral, particularmente a movimentação lateral dos olhos, a um conjunto de intervenções verbais conduzidas pelo terapeuta segundo um roteiro detalhado e protocolado pela autora. Baseia-se no fato de que as desordens pós-traumáticas e sintomas psicopatológicos em geral agregam imagens, sentimentos e

cognições negativas que não puderam ser devidamente processados devido a desequilíbrios bioquímicos e elétricos resultantes do stress que acompanham o evento traumático, permanecendo como que "congelados" no cérebro em sua forma original.

As descobertas de Lê Doux, Henry, van der Kolk e outros pesquisadores indicam que as desordens de stress pós-traumático devem-se a alterações funcionais em algumas estruturas do sistema límbico e do córtex cerebral. A ativação da amígdala e a liberação de noradrenalina e outros neuro-hormônios durante o stress, inibem o hipocampo e os neurônios GTF (Gigantocellular Tegmental Field) do locus coeruleus e da formação reticular da ponte, e entorpecem certas áreas do córtex pré-frontal, prejudicando a interpretação cognitiva do evento traumático. As memórias são guardadas sob forma de sensações, imagens visuais e padrões motores ficando prejudicada sua representação semântica. Isto gera desajustes comportamentais e emocionais. O indivíduo perde a capacidade de diferenciar, por exemplo, entre o perigo que representa um leão solto no quintal de casa ou um leão na jaula do zoológico.

A intervenção rítmica do EMDR promoveria uma reconexão funcional entre as diferentes áreas dos dois hemisférios cerebrais, permitindo que estas informações sejam reprocessadas e integradas. Foi evidenciado por tomografia PET que após o tratamento com o método ocorre uma ativação de diversas áreas cerebrais, incluindo o hipocampo, a área de Broca, o córtex pré-frontal e um aumento da atividade de fibras do corpo caloso, que comunicam os dois hemisférios cerebrais.

A utilização de intervenções verbais associadas a técnicas de intervenção corporal, como a movimentação dos olhos, não é em si uma novidade, pois em orgonoterapia isso já é utilizado há mais de 30 anos. Porém, o que o método EMDR traz de novo é a sistematização destas intervenções verbais, agregando memórias visuais, afetivas e cognitivas, e o fato de conduzi-las em sequência rápida de forma simultânea ou alternada com as intervenções corporais. Embora a história da criação deste método não tenha qualquer relação com a orgonoterapia, a sua similaridade com a abordagem psico-corporal reichiana permite associá-lo a algumas de suas técnicas corporais, principalmente à técnica de foto-estimulação ocular.

O método terapêutico de estimulação ocular com a luz em movimento foi criado pela orgonoterapeuta Barbara Goldenberg Koopman, discípula de Reich

e Baker. Consiste em propor ao paciente que acompanhe com os olhos a luz de uma pequena lanterna que o terapeuta movimenta em trajetórias e ritmos específicos, permitindo que a luz incida sobre os olhos em diferentes pontos do campo visual. Esta técnica tornou-se clássica em orgonoterapia pelos resultados que proporciona o tratamento de diversos distúrbios psico-emocionais e somáticos.

Nos últimos anos, pesquisadores de diferentes especialidades criaram outras técnicas de foto-estimulação. O livro "Light Years Ahead", publicado em 1996 por Brian Breiling e Lee Hartiey, apresenta uma coletânea de métodos de tratamento psicossomático ("mindbody healing") que utilizam a foto-estimulação ocular, confirmando sua eficácia no tratamento de grande número de doenças. Embora o livro não comente especificamente a foto-estimulação de B. Koopman, a comprovação dos efeitos terapêuticos de técnicas similares não só confirma como também fundamenta seus efeitos com base em descobertas recentes no campo das neurociências. Os efeitos terapêuticos desta técnica explicam-se por diversos fatores associados, que podem ser resumidos em 4 itens:

- Estimula a manutenção contínua da visão binocular em diferentes pontos do campo visual, favorecendo a conexão funcional entre diferentes áreas dos dois hemisférios cerebrais e o reprocessamento de memórias de eventos emocionais, reconectando afetos e suas representações psíquicas.
- Permite restaurar a coordenação dos movimentos conjugados dos dois olhos, favorecendo a orientação espaço-temporal e as funções psíquicas associadas.
- Favorece a regulação das secreções hormonais do eixo hipotálamo-hipófise e da glândula pineal, contribuindo para a regularização das funções psicossomáticas associadas.
- Ativa os neurônios GTF, reproduzindo uma atividade elétrica cerebral similar aos períodos de sono REM, que hoje sabemos ter fundamental importância no processamento de informações ligadas a nosso equilíbrio psico-emocional.

O estímulo à conexão funcional entre os dois hemisférios cerebrais e a ativação dos neurônios GTF, reproduzindo atividade elétrica cerebral (ondas PGO) similar ao sono REM, são duas importantes similaridades entre esta técnica e o método EMDR (Bergmann, 96; Henry, 94; Trotta, 84).

A técnica original sugere o emprego da luz branca. Porém, considerando a importância da visão a cores na espécie humana e sua vinculação com nossas funções afetivas, desenvolvemos pesquisas clínicas com luzes de cor azul, verde e vermelha. A escolha destas cores baseia-se no fato de existirem três tipos de células na retina, chamadas cones, cujo máximo de absorção de luz corresponde a cada uma destas cores. A estimulação de cada uma delas gera impulsos nervosos que são conduzidos a diferentes regiões do cérebro. Os resultados clínicos obtidos, indicam que cada cor é seletivamente mais eficaz no tratamento de determinadas disfunções psico-emocionais e somáticas (Trotta, 1998).

O trabalho com a luz favorece a evocação de memórias de eventos com importante significado emocional e o acesso a conteúdos do inconsciente. Isto é particularmente frequente quando sugerimos ao paciente que, durante o trabalho com a luz, procure relatar as memórias, imagens e expressões relacionadas a estes episódios. Sua utilidade na elaboração e reprocessamento de eventos traumáticos parece ocorrer por mecanismos similares aos descritos por Shapiro, com o método EMDR. E é justamente na forma de conduzir as intervenções verbais, quanto a sua sequência e sistemática, que o método EMDR pode contribuir para a obtenção de melhores resultados com a técnica de foto-estimulação. Por outro lado, o estímulo luminoso parece produzir efeitos terapêuticos mais amplos e eficazes do que a simples movimentação dos olhos. Logo, cada um dos métodos tem algo a contribuir para o enriquecimento do outro e sua utilização conjunta pode melhorar sua eficácia terapêutica.

Uma outra técnica de intervenção corporal da orgonoterapia que pode ser associada ao EMDR é o trabalho de expressão do impulso de morder associado à movimentação lateral dos olhos. Esta técnica por si só já apresenta uma grande eficácia terapêutica; sua aplicação em alguns casos proporciona um visível salto de qualidade no processo de elaboração psíquica do paciente. A forma mais comum de empregá-la é pedir ao paciente que prenda uma toalha entre os dentes e mastigue, enquanto faz a movimentação lateral dos olhos. Uma alternativa para o uso da toalha é pedir ao paciente que bata os dentes, como se estivesse mastigando em seco, retraindo os lábios e movimentando os olhos. A movimentação lateral dos olhos pode ser conduzida pelo próprio paciente, ou auxiliada pelo terapeuta com o uso da lanterna.

O trabalho com o impulso de morder, que está ligado psicodinamicamente

à expressão de raiva oral, é de grande eficácia para a elaboração dos sentimentos de dependência, submissão, medo e culpa inconscientes em relação à figura materna. O que chamamos de figura materna é um constructo psíquico inconsciente formulado a partir das experiências de relacionamento da criança com seu círculo maternante, que é o conjunto de pessoas que funcionaram como referencial básico de suprimento de necessidades durante a infância. A elaboração, ou reprocessamento, destes conteúdos é uma précondição essencial para o desenvolvimento da autonomia, para o desbloqueio da agressividade e dos impulsos genitais, e para a consolidação da identidade adulta. Além destes significados psicodinâmicos, discutidos em mais detalhes no artigo "A fase oral na abordagem reichiana" (Trotta, 1997), o trabalho com o impulso de morder possui efeitos neurofisiológicos descobertos recentemente que são similares àqueles do EMDR. A equipe de Minoru Onozuka, da Faculdade de Medicina de Gifu, no Japão, utilizando tomografia por emissão de pósitrons (tomografia PET), constatou que os movimentos da mandíbula durante a mastigação aumentam os impulsos nervosos na região do hipocampo, área cortical associada ao processamento de novas informações e à consolidação de memória. Conforme mencionamos anteriormente, a ativação do hipocampo é um dos efeitos comprovados das estimulações corporais utilizadas no método EMDR.

Várias outras técnicas da orgonoterapia, que envolvem movimentos ou estimulações corporais bilaterais, podem ser utilizadas em associação com o método EMDR. Algumas delas com que obtivemos bons resultados foram: o trabalho de chutar o colchão, ligado à expressão de raiva fálica; o trabalho com o reflexo palmar (abrir e fechar a mão); e os trabalhos de socar ou de bater as mãos. Estas técnicas estão descritas em maiores detalhes no artigo "Metodologia da Orgonoterapia" (Trotta, 1999). Uma das vantagens de utilização destas técnicas como forma de estimulação corporal, ao invés das formas de estimulação empregadas usualmente no método EMDR, está na sua especificidade de efeito. As estimulações corporais do método EMDR, basicamente a movimentação lateral dos olhos e o "taping", são estímulos inespecíficos, enquanto as técnicas orgonoterápicas anteriormente mencionadas atuam de forma mais ou menos específica sobre determinados conteúdos psicoemocionais, o que permite selecionar o tipo de estimulação conforme o tipo de conteúdo conflitivo envolvido. Por exemplo, quando usamos

da foto-estimulação ocular podemos selecionar a cor (azul, verde ou vermelha) conforme o tipo de conteúdo a ser trabalhado. Por outro lado, o emprego do protocolo de intervenções verbais do EMDR favorece uma elaboração mais rápida e eficiente destes conteúdos. Entendo ser importante buscar o aperfeiçoamento dos recursos clínicos disponíveis e a combinação de diferentes abordagens muitas vezes é o caminho para a obtenção de uma melhor eficácia terapêutica

Bibliografia

BAKER, E. F. *O Labirinto Humano*. São Paulo, Summus, 1980.

BERGMANN, U. "Further thoughts on the neurophysiology of EMDR". In: EMDRIA Newsletter I, 5-9. Phoenix, 1996.

BREILING E HARLEY. *Light Years Ahead*. New York, Pergamon Press, 1996.

HENRY, S. "HIM does EMDR work, anyway? In: EMDR Network Newsletter 1,4 (1994).

LÊ DOUX, J. *O Cérebro Emocional*. Rio de Janeiro, Ed. Objetiva, 1998.

——— "Emotion, memory and the brain". Scientific American 270, 50 (1994).

REICH, W. *A Função do Orgasmo*. São Paulo, Brasiliense, 1981.

——— *Character Analysis*. New York, Farrar, Strauss & Giroux, 1972.

SHAPIRO, F. & FORREST, M. S. E.M.D.R. *Eye Movement Desensitization and Reprocessing*. New York, Basic Books, 1997.

TROTTA, E. E. "Metodologia da Orgonoterapia". Revista da Sociedade Wilhelm Reich/RS, n° 3. Porto Alegre, 1999.

——— "Bases neurofisiológicas dos procedimentos clínicos de estimulação ocular com luzes coloridas". Revista da Sociedade Wilhelm Reich/RS, n° 2, pp. 37-49. Porto Alegre, 1998.

——— "A fase oral na abordagem reichiana". Revista da Sociedade Wilhelm Reich RS, n° 1 p. 25. Porto Alegre, 1997.

——— "Episodic excitation and changes in aggressive behavior induced by REM sleep deprivation" *Neuropharmacology*, 23, 1053. Londres

(1984).

VANDERKOLK, B. *"The body keeps the score: memory and the evolving psychobiology of post-traumatic stress"*. In: Harvard Review of Psychiatry I, 253, 1994.