

Doenças Psicossomáticas

As ciências médicas admitem hoje que mais de oitenta por cento das doenças são de origem psicossomática. O que são doenças psicossomáticas? São doenças do foro psicológico com expressão física. Pelo facto da sua génese ser psíquica não deixam de causar mal-estar ao nível físico e não são para descurar ou desvalorizar. São exemplos dessas doenças a asma, os eczemas, as dores de cabeça, os problemas gástricos e abdominais, entre outros. A qualidade de relação desenvolvida no seio da família e nomeadamente com a mãe nos primeiros tempos de vida poderá estar na origem de somatizações posteriores. O conflito psíquico que a criança apresenta e que não consegue ou não pode verbalizar, por ser na maioria das vezes inconsciente, assume manifestações físicas que provocam um enorme sofrimento quase sempre ao longo da vida, porque a componente psíquica é quase sempre relegada para segundo plano, por outros técnicos de saúde que insistem apenas no tratamento físico.

São exemplos de manifestações somáticas as dores de barriga das crianças que não tem causa física, dores de cabeça (as vulgares enxaquecas dos adultos), ataques de asma, infecções crónicas do aparelho respiratório que não desaparecem apesar de já terem tomado vários antibióticos, eczemas que persistem uma vida inteira, alguns problemas de pele entre outros sintomas. A recusa e a resistência das pessoas a pensarem nestes temas e na possibilidade de haverem causas psíquicas para muitas doenças leva a que os sintomas se arrastem uma vida inteira sem cura ou melhoras significativas possíveis através de uma psicoterapia.

Quem é psiquicamente saudável e teve uma relação suficientemente boa com os pais, foi amado, então a hipótese de desenvolver doenças são menores. As investigações psicossomáticas revelam que quanto mais amor existe menos doenças se desenvolvem. Mais amor, menos doença.