

A Compreensão da Fibromialgia a Partir da Constelação Familiar e Visão Sistêmica

Understanding Fibromyalgia from the Family Constellation and Systemic View

Denise Aparecida de Almeida Benelli ^a, Crislaine Roman ^{a*}

^a Departamento de Fisioterapia, Universidade do Contestado (UnC), Câmpus Concórdia

Resumo: Contextualização: A Constelação sistêmica familiar é uma terapia holística que se destaca por tratar o indivíduo na sua totalidade, a manifestação sintomática no corpo físico, como um alerta de algo que precisa ser entendido e olhado, algo além do corpo. Ela ajuda no processo de despertar, mostrando que a doença é uma sinalização e que existe algo no sistema familiar do paciente que precisa ser olhado, entendido e acolhido. Objetivo: Compreender a fibromialgia a partir da constelação familiar e visão sistêmica dentro das ordens do amor: Pertencimento, equilíbrio e hierarquia no caso estudado. Métodos: A pesquisa foi realizada com uma paciente com 37 anos, com diagnóstico clínico de fibromialgia. Foi realizado duas intervenções com intervalo de dois meses entre elas, as intervenções foram filmadas para a descrição. A descrição foi de acordo com materiais de Bert Hellinger e Marusa Helena da Graça. Resultado: Em relação ao estudo de caso descrito neste artigo, a constelação sistêmica familiar mostrou-se efetiva na melhora das dores físicas relacionadas a fibromialgia da paciente constelada. Conclusão: Pode-se afirmar que a terapia da constelação realizada neste estudo foi benéfica para a saúde integral da constelada, melhorando o bem estar físico, mental e emocional, colaborando, assim, para uma melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: Constelação sistêmica familiar, Visão sistêmica, Fibromialgia.

Abstract: Contextualization: The family systemic constellation is a holistic therapy that stands out for treating the individual in its entirety, the symptomatic manifestation in the physical body, as an alert of something that needs to be understood and looked at, something beyond the body. It helps in the awakening process, showing that the disease is a signal and that there is something in the patient's family system that needs to be looked at, understood and welcomed. Objective: Understanding fibromyalgia from the family constellation and systemic vision within the love of orders: Belonging, balance and hierarchy in the case studied. Methods: The research was performed with a patient with a clinical diagnosis of fibromyalgia, 37 years. Two interventions were carried out with an interval of two months between them, the actions were filmed for a description. The description was according to materials by Bert Hellinger and Marusa Helena da Graça. Result: In relation to the home study described in this article, the systemic family constellation proved to be effective in improving the physical pain related to fibromyalgia in the constellated patient. Conclusion: It can be said that the constellation therapy performed in this study was beneficial for the constellate's integral health, improving physical, mental and emotional well-being, thus contributing to a better quality of life.

Keywords: Family systemic constellation, Systemic view, Fibromyalgia.

1. Introdução

Em 1924, surgiram as primeiras descrições de sintomatologia que se referiam a fibromialgia. As evidências sugeriam, como conceito, um processo inflamatório no tecido conjuntivo que gerava dor e era então chamada de reumatismo muscular. Aproximadamente 20 anos depois, foi descrito casos de pacientes com pontos musculares hipersensíveis a palpação e que desencadeavam dor irradiada. A Fibromialgia é uma síndrome dolorosa crônica, de etiologia não totalmente conhecida. Consiste em uma síndrome reumática predominantemente feminina, com maior ocorrência na raça branca de idade entre 40 e 55 anos¹.

Diversos povos e culturas utilizam métodos terapêuticos não convencionais a milênios como práticas de cuidado, manutenção e recuperação da saúde, que tem como fundamentações muitas vezes à tradição e aos costumes, o uso destas práticas populares demonstraram grande aceitação pela resolutividade e efetividade nas suas aplicações².

Nos dias de hoje, estes métodos terapêuticos são conhecidos como práticas integrativas complementares (PIC's) que

se inserem no modelo assistencial holístico, estabelecendo o equilíbrio entre a ciência, tecnologia e a humanização. Possui estratégias terapêuticas diferenciadas, centradas na visão mais globalizante, valorizando o autocuidado e o uso de recursos mais simples, baratos e seguros. A proposta das PIC's vem com a ideia de complementação, ampliação de acesso às ações de saúde na perspectiva da integralidade da atenção, que envolve as múltiplas dimensões dos problemas de saúde pública e das pessoas, mediante uma abordagem integral e de boa qualidade².

Numa abordagem holístico-ecológica do processo saúde-doença, é concebido o organismo humano como um sistema, cujas dimensões biológicas, psicológicas e espirituais são interligadas e interdependentes, sendo parte integrante de sistemas maiores, subentendendo-se que o homem como organismo individual está em contínua interação com seu meio ambiente físico e social³.

Nos primeiros anos do século XX ocorreram mudanças na física. Estas profundas mudanças de conceitos e ideias, são as responsáveis por uma nova forma de pensamento do homem contemporâneo, passando da concepção mecanicista de Descartes e Newton para uma visão holística e ecológica de mundo³.

*Autor correspondente: denisebenelli@unc.br

O olhar sistêmico, holístico é olhar para a causa do problema, é ter consciência e tomar uma atitude proativa para uma vida mais leve e equilibrada. Desta forma, a visão sistêmica da doença é investigada além das queixas iniciais.

As constelações sistêmicas familiares baseiam-se nas descobertas de um padre católico, chamado Bert Hellinger. Filho de uma família católica, nasceu na Alemanha no período entre as duas guerras mundiais. Durante 20 anos atuou como missionário na África do Sul entre os Zulus. Depois de 25 anos, retorna a Alemanha e deixa de ser padre realizando uma formação em psicanálise⁴. Após estudar inúmeras abordagens terapêuticas Bert Hellinger finalmente desenvolveu seu próprio método: A Constelação Familiar Sistêmica.

A base conceitual desta abordagem pode ser resumida assim: Além do inconsciente individual (Freud) e do inconsciente coletivo (Jung) existe também segundo Hellinger, um inconsciente familiar compartilhado pelos membros de uma mesma família e que se transmite às gerações seguintes, e que é estruturado a partir de todos os acontecimentos que compõem a história da família (nascimentos, mortes, uniões, separações, rejeições e exclusões, sucessos, fracassos, padrões de conduta, etc.). Este inconsciente familiar influencia de forma intensa alguns membros da família afetando significativamente suas vidas⁵.

Cada ser humano nasce numa família. Isto gera um vínculo que o liga a todos os membros desta família. Uma instância oculta, que Bert Hellinger chama de “consciência familiar” vela pelas condições que reinam na família enquanto compartilha de um destino comum. A estas condições estamos expostos e subordinados, independentemente de nossa vontade. Esta instância vela pelo vínculo no sistema, pelo equilíbrio entre o dar e o receber, assim como no destino, e pela preservação da ordem. A ordem prescreve que todos os membros da família, inclusive os falecidos, possuem igual direito de pertencer a ela. Quando um membro da família é excluído, desprezado ou esquecido, por exemplo, uma criança que nasceu morta, esta consciência coletiva faz com que um outro membro, geralmente de uma geração posterior, inconscientemente se identifique com a pessoa excluída. Neste enredamento o segundo se torna semelhante ao primeiro e reproduz aspectos do destino dele, sem que saiba por que é, sem poder evitá-lo⁶.

As constelações familiares com figuras servem para facilitar o trabalho terapêutico não sendo necessário grupo de pessoas transformando-se em uma ferramenta grandemente construtiva no trabalho terapêutico individual. O trabalho com bonecos e âncoras na terapia pode ser usado no processo de diagnóstico e de tratamento com uma única intervenção. Quando o cliente coloca os bonequinhos e o terapeuta aguarda, de repente acontece o acesso a imagens ou surgem questões que orientam e o fenômeno se mostra⁷.

As Práticas Integrativas Complementares (PIC's) vêm, ao longo dos anos ganhando cada vez mais espaço nos tratamentos de patologias agudas e crônicas. As terapias se destacam por tratarem o indivíduo na sua totalidade, tratarem o sistema, ou seja, a manifestação sintomática no corpo físico, como um alerta de algo que precisa ser entendido e olhado,

algo além do corpo. Estas terapias visam o despertar da consciência, tratando o corpo físico, como também a parte emocional e espiritual.

A constelação sistêmica trabalha com dinâmicas de trazer à luz o que, até então, estava no escuro. Ela ajuda no processo de despertar, mostrando que a doença é uma sinalização e que existe algo no sistema familiar do paciente que precisa ser olhado, entendido e acolhido.

Desta forma, buscando fazer uma analogia a saúde e doença, este estudo teve como objetivo compreender a fibromialgia a partir da visão sistêmica das constelações familiares.

Este artigo, tem relevância na compreensão e atuação das práticas sistêmicas de constelação familiar através da fenomenologia e dos campos mórficos para explicar e trazer luz as origens dos processos de saúde e doença, onde pode-se revelar conexões trans-geracionais entre doenças e acontecimentos traumáticos na família de origem. Desta forma o indivíduo tem a oportunidade de compreender a doença com um novo olhar, um olhar mais leve, sendo de suma importância social, colaborando para uma melhor qualidade de vida. Desta maneira pode ser coadjuvante aos tratamentos convencionais de fisioterapia em pacientes com fibromialgia, visando acima de tudo demonstrar uma técnica, uma ferramenta de trabalho que pode ser utilizada pelos fisioterapeutas capacitados, trabalhando o indivíduo como um ser integral, como um todo e não de forma segmentada.

A pesquisa, objetiva demonstrar uma ferramenta alternativa que pode ser usada pelo fisioterapeuta como forma de complemento do tratamento convencional da fibromialgia, usando a técnica de constelar com bonecos, pode-se buscar a raiz sistêmica que definiu o aparecimento da fibromialgia, ressignificando tramas e choques vivenciados pela pessoa.

2. Materiais e Método

2.1. Seleção da amostra

Esta pesquisa é um estudo de caso. A população foi constituída por uma participante do sexo feminino com 37 anos, moradora da cidade de Concórdia (SC) que possui diagnóstico clínico de fibromialgia há dez anos, faz uso de medicamentos anti-inflamatório e analgésicos, sem comorbidades. Ela aceitou participar da pesquisa e assinou o termo de livre consentimento livre e esclarecido e o termo de autorização de filmagem, e que não possui problemas psicológicos de transtornos comportamentais que possam influenciar nos resultados.

2.2. Materiais

Os materiais utilizados foram: 50 bonecos de massa de biscuit, um campo mórfico giratório, 50 cartas sistêmicas, um celular com câmera de filmagem e um tripé para celular.

2.3. Procedimento da intervenção

A pesquisa foi realizada em etapas: elaboração do projeto de pesquisa, envio do projeto ao Comitê de Ética da Universidade do Contestado para aprovação, seleção da paciente

conforme critérios de inclusão e exclusão. Logo foi realizada uma reunião com a participante da amostra esclarecendo sobre os objetivos do projeto, na Clínica Escola de Fisioterapia da UnC, câmpus Concórdia, e assinatura do termo de livre consentimento. A coleta de dados foi através de duas intervenções realizadas com intervalo de dois meses entre elas de acordo com materiais de Bert Hellinger⁸ e da metodologia da autora Marusa Helena da Graça na descrição do livro: “Constelações Familiares Com Bonecos”, e os elos de amor que vinculam aos ancestrais⁷.

Cada intervenção teve duração de aproximadamente duas horas e trinta minutos, sendo gravadas em vídeos, para posterior descrição e análise do caso em estudo.

A intervenção, a constelação sistêmica familiar foi realizada seguindo 5 passos básicos conforme referência de Graça⁷, primeiramente foi definido o tema juntamente com a cliente: fibromialgia. Na segunda parte, a cliente entrou em contato presentificando suas imagens internas e estabelecendo a conexão vibratória com o tema. Na terceira parte a cliente realizou a escolha dos representantes, ou seja, dos bonecos que representaram seu sistema familiar. Na quarta parte, aconteceu o movimento ou posicionamento dos bonecos no campo mórfico. A quinta e última parte foram as frases de solução (são frases ou palavras que são ditas perante os bonecos que representam os membros da família, na qual a pessoa tem ligações inconscientes que hoje interferem no seu fluxo de vida trazendo sintomas ou doenças), por meio das quais são observados os movimentos em direção a solução.

Por fim, foi realizado um novo encontro com a participante onde foi gravado um depoimento das experiências vividas pós-constelação, bem como identificado eventos ou sentimentos desencadeados pela terapia e uma possível eficácia terapêutica, dentro das ordens do amor: Pertencimento, equilíbrio e hierarquia. A avaliação foi realizada através de um depoimento gravado, onde a paciente falou sobre a sua percepção em relação ao alívio das dores.

2.4. Aspectos Éticos

Em todas as etapas do estudo, foram respeitados os direitos da participante, no sentido de dar-lhe o direito de optar por continuar ou desistir da pesquisa. Durante todo estudo houve a preocupação constante em não expor a participante, garantindo o seu direito ao anonimato. Todas as informações, análises, comentários e sugestões deste estudo foram conduzidos e fundamentados num compromisso de responsabilidade e honestidade, tendo como principais objetivos, o crescimento e a formação profissional, e a contribuição à comunidade científica.

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de ética da Universidade do Contestado, com registro número 4.158.484.

3. Resultados e Discussão

A presente pesquisa é um estudo de caso de uma paciente do gênero feminino, 37 anos de idade, mãe de uma filha, divorciada e moradora da cidade de Concórdia-SC. Atua como

técnica de enfermagem e tem como diagnóstico clínico a fibromialgia. Antes de iniciar a sessão de terapia, a paciente relatou sentir dores constantes nos pés, pernas e membros superiores. As dores eram incapacitantes e segundo a paciente, influenciando negativamente no trabalho e na capacidade de levantar-se de manhã. Também, segundo a paciente, constantemente ocorrem crises de dores mais fortes que as relatadas acima que ocorrem diariamente. Paciente também relatou e foi percebido dificuldade em expressão, de falar sobre a doença e da vida pessoal.

Após a realização das intervenções da constelação sistêmica familiar, na paciente com auxílio de instrumento terapêutico dos bonecos, foi constatado alguns resultados dentro das 3 leis básicas que regem a terapêutica das constelações, chamadas leis do amor: pertencimento, equilíbrio e hierarquia.

Para Hellinger⁹, vigora no grupo familiar uma lei básica, a lei do pertencimento que reconhece a todos os que fazem parte de um grupo familiar o mesmo direito de pertencer-lhe. Todos pertencemos a um grupo, a um clã, a uma família. O que determina este pertencimento é o fato de termos nascido dentro deste grupo. São duas categorias de pessoas que pertencem ao mesmo sistema familiar. A primeira se refere a todos aqueles que estão ligados a nós por uma linhagem de sangue: os irmãos, meio irmãos, os pais, os irmãos e meio irmãos dos pais, que são os tios, os avós, irmãos destes avós, bisavós e assim por diante. A segunda categoria é de ligações ou vínculos de destino. Neste quesito, existem dois tipos de vínculos de destinos possíveis. Em primeiro lugar, aqueles que estão ligados a nós por laços sexuais. O segundo grupo, também de vínculos de destino, são aquelas pessoas que dão uma vantagem ou uma desvantagem existencial à família⁴.

Este direito é negado a alguns membros em muitas famílias e grupos familiares. Quando os membros de um grupo familiar negam a um antepassado o direito de fazer parte dele, seja porque o desprezam ou temem o seu destino, seja porque não reconhecem que ele cedeu lugar a outros da família ou que ainda lhe devem algo, então alguém mais novo, pressionado pelo sentido da compensação, identifica-se com o mais velho, sem que tenha consciência disto e sem que possa evitá-lo. Assim, sempre que se nega a algum membro o direito de pertencer, existe no grupo familiar uma pressão irresistível para restaurar a completude perdida e para compensar a injustiça cometida, no sentido de que o membro excluído seja representado e imitado por outro membro da família. Neste contexto, sobreviventes de uma família também sentem culpa diante de um membro que morreu prematuramente, como se fosse injustiça com o morto, o fato de continuarem vivos. Então querem compensar a injustiça impondo limites à sua própria vida, desconhecendo a razão por que o fazem⁹.

O estudo de caso realizado nesta pesquisa, através da observação fenomenológico dos bonecos, demonstrou a ligação da patologia da paciente com a exclusão da avó materna que foi assassinada pelo avô, sendo esse assassinato acobertado pela família e “esquecido”, excluído da história familiar da paciente.

Na segunda constelação realizada, também foi possível verificar uma ligação inconsciente com o pai através da dor física. Pai excluído do sistema familiar por ter abandonado a família, paciente não tem informações sobre ele. Sendo assim, dentro do pertencimento, ficou claro para a paciente a ligação com os excluídos da família, a avó materna assassinada e o pai excluído do sistema familiar, (ao nascimento a mãe se separou e não teve mais contato), observa-se uma representação dos excluídos através da dor física, somatizada pela da doença.

O outro princípio que atua dentro das ordens do amor é equilíbrio entre dar e receber. Todos sentimos uma pressão para equilibrar quando recebemos algo⁴.

Na consciência pessoal também reside a necessidade do equilíbrio. Essa necessidade é um movimento da consciência, pois temos uma boa consciência, quando damos de volta algo equivalente àqueles que nos deram algo, de forma que exista um equilíbrio entre o dar e o tomar⁹.

No interior dessa estreita comunidade de destino, o vínculo e a necessidade de compensação levam ao equilíbrio e à participação na culpa e na doença, no destino e na morte de outros. Com isto, tenta-se pagar a salvação do outro com a própria desgraça, a cura do outro com a própria doença, a inocência do outro com a própria culpa ou expiação, e a vida do outro com a própria morte⁸.

Existe, então, entre cada um de nós, uma espécie de conta corrente, em que nos sentimos credores ou devedores e buscamos, por assim dizer, equalizar essa contabilidade. Isso é especialmente importante nas situações entre duas pessoas no mesmo nível hierárquico⁴.

Foi possível verificar na primeira constelação da paciente, a exclusão do masculino no sistema familiar, exclusão do pai, dos avós paternos e maternos e a lealdade inconsciente com as dores do feminino, com a mãe pela separação, ou seja, a falta de equilíbrio no sistema familiar, exclusão do masculino e aliança com o feminino gerando desequilíbrio e necessidade de compensação do masculino incluindo-os através da dor, da patologia da constelada.

Uma outra lei básica se manifesta na atuação da consciência de grupo: em cada grupo há uma hierarquia, que se orienta pela precedência no tempo. Isso significa que, de acordo com essa ordem, o que chega primeiro tem precedência sobre os que chegam depois⁹.

Como o dar e o tomar, ela se desenvolve de cima para baixo, de acordo com a ordem no tempo. Com isso, os pais têm precedência sobre os filhos, e o primeiro filho sobre o segundo⁹.

Existe uma hierarquia baseada no momento em que se começa a pertencer a um sistema: esta é a ordem de origem, que se orienta pela sequência cronológica do ingresso no sistema. A hierarquia é violada quando alguém que veio mais tarde quer assumir uma posição superior àquela que lhe cabe, de acordo com a ordem hierárquica. Essa violação da ordem hierárquica é, na verdade, como se sabe, um orgulho que precede a queda⁸.

É notório como a violação da hierarquia apareceu na constelação, paciente que é filha mais nova, colocando-se ao lado

da mãe no papel de pai ajudando na criação dos irmãos. Quando a lei da hierarquia é violada, pode ocorrer doenças, fracassos profissionais, acidentes entre outros que façam com que o indivíduo recue para seu lugar no sistema familiar.

Após a realização da primeira constelação, pelo relato da paciente foi constatado que os sintomas descritos antes dos atendimentos diminuíram ou desapareceram depois do atendimento, como as dores intensas nos pés, pernas e braços. Paciente também relatou estar em um fluxo de vida mais leve e mentalmente mais tranquila.

Na segunda constelação, a paciente relatou que o alívio das dores foram apenas mantidos.

Posteriormente, nas constelações sistêmicas, observou-se através de seu depoimento e da colocação dos bonecos, uma mudança no olhar e as atitudes da paciente perante a vida. Através deste novo olhar perante a sua família e seus relacionamentos, pode haver uma alteração no seu posicionamento no seu campo mórfico familiar, permitindo uma desvinculação inconsciente com os membros da família representados, permitindo assim, uma melhor percepção pessoal e um maior controle e fluxo de vida.

4. Considerações Finais

Após a realização da primeira constelação, pelo relato da paciente foi constatado que os sintomas descritos antes dos atendimentos diminuíram ou desapareceram após o primeiro atendimento, como as dores intensas nos pés, pernas e braços. Paciente também relatou estar em um fluxo de vida mais leve e mentalmente mais tranquila.

Na segunda constelação, a paciente relatou que o alívio das dores foram apenas mantidos. Sendo assim, foi percebido que os resultados obtidos com a constelação ocorreram na primeira sessão e a segunda sessão apenas manteve as melhoras.

Posteriormente, nas constelações sistêmicas, houve uma mudança no olhar e nas atitudes da paciente perante a vida e nas relações familiares. Uma melhora na percepção pessoal permitindo uma desvinculação inconsciente da paciente com as dores dos membros da família representados, permitindo um maior controle e fluxo de vida.

Salientamos que, para uma melhora mais efetiva nos diversos aspectos da vida, é necessária a continuidade nos atendimentos com constelação sistêmica familiar e terapias complementares, bem como atendimentos com profissionais da saúde devem ser mantidos até o alívio total dos sintomas.

Considerando os resultados verificados, pode-se dizer que a terapia com constelação familiar foi benéfica e de grande valia para a paciente estudada neste caso clínico, sendo que a abordagem terapêutica atingiu o bem-estar mental e físico da constelada. Desta forma, sugere que esta terapêutica pode ser usada como terapia complementar no tratamento de pacientes com fibromialgia, colaborando para um tratamento integral, juntamente com as demais terapêuticas utilizadas de forma clínica e holística.

