

03/06/2013

—

PSICOAROMATERAPIA

escrito por Ana Miranda | 10 de junho de 2014

PSICOAROMATERAPIA

Aromas & Emoções

Por Telma Insuela
Psicoaromaterapeuta, Terapeuta
transpessoal
Psicoaromaterapeuta, Terapeuta
transpessoal

O cheiro é algo que nos acompanha desde o momento do nascimento: cheiro de colo, de mãe, de massinha, chicletes, da primeira namorada, de igreja, enfim, ele sempre está presente em momentos marcantes da vida. Entenda mais como eles também são poderosos recursos para a cura emocional melhorando nossa qualidade de vida neste excelente artigo.



A psicologia do cheiro



A Aromaterapia Psicológica ou Psico-aromaterapia e os profissionais que atuam nesta área, utilizam os óleos essenciais (OE) como recursos para monitorar os estados emocionais, evocar memórias conscientes e inconscientes, tratar distúrbios psicológicos, promover uma sensação de equilíbrio e bem estar em função do acesso direto ao cérebro emocional (sistema límbico), atuando sobre o sistema nervoso por causa de seus princípios ativos e no tratamento de psicopatologias.

As pesquisas de Richard Axel e Linda Buck, laureados com o Prêmio Nobel de Fisiologia e Medicina de 2004, concluíram que o sistema olfativo está ligado a uma grande família de genes (aproximadamente 1.000), que corresponde a 3% de nosso genoma e que são especializados em detectar um grande número de cheiros.

Ao sentir um cheiro, sinais elétricos são transmitidos do bulbo olfatório no nariz para uma área do cérebro chamada de sistema límbico, responsável pelo controle do equilíbrio fisiológico do corpo (respiração, batimento cardíaco, apetite, sono, impulso sexual, sistema imunológico etc).

As moléculas aromáticas chegam até o sistema límbico cerebral ativando a amígdala (sede das emoções) e o hipocampo (sede das memórias antigas). Chegando ao hipotálamo, que participa do controle comportamental, os neurônios vão transmitir sinais que nos fazem ter consciência do aroma. Por esta rota, antes que possamos reconhecer o cheiro pelo nome, temos um processo de reconhecimento emocional e da memória.

Os óleos essenciais circulam pela corrente sanguínea de forma semelhante aos neuropeptídeos (moléculas de emoções produzidas pelo cérebro) e se encaixam em receptores celulares, agindo como catalizadores de mudanças dentro do metabolismo das células, representando uma influência externa sobre a rede de comunicação entre os sistemas endócrino, nervoso e imunológico. Os óleos essenciais representam o recurso ideal para o tratamento de distúrbios do corpo e da mente.

Em 1986, no Reino Unido, aconteceu a Primeira Conferência da Psicologia do Perfume reunindo grandes pesquisadores. Steve Van Toller apresentou o trabalho: "Emoção e o cérebro", utilizando técnicas de registro da atividade elétrica cerebral, o eletroencefalograma (EEG), tendo registrado o aumento das atividades cerebrais nos hemisférios direito e esquerdo de acordo com as substâncias aromáticas usadas.

A maioria dos cheiros foi experimentada pela primeira vez na infância e adolescência e associados a emoções significativas, que ficam registradas no cérebro. Cada vez que este estímulo olfativo aparece, se estabelece imediatamente uma relação com os eventos ou pessoas ligados àquele cheiro, que pode ser agradável ou desagradável.

Partindo da visão de um ser humano integrado, onde o corpo, mente, alma e emoções fazem parte do mesmo todo, nenhuma doença física é dissociada de uma causa emocional que a gerou, aspecto este estudado hoje pela psicossomática. A análise desta causa emocional associada à doença nos possibilita escolher e utilizar os óleos essenciais certos, associados ou não a outras técnicas terapêuticas, que possibilitam acessar no inconsciente as lembranças que levam ao entendimento e dissolução do problema.

Os óleos essenciais trazem consigo em suas moléculas químicas, informações quânticas vivenciadas e aprendidas pelas plantas na natureza, frequências energéticas e cromáticas, formas fractálicas, que além de despertar memórias que estão presentes também no inconsciente pessoal e coletivo, levam ao entendimento dos processos dolorosos e das

feridas emocionais, para que possam ser liberadas e integradas ao nosso sistema como aprendizagem e amadurecimento emocional e espiritual.

A psicoaromaterapia utiliza como base a escolha da personalidade aromática, que pode ser definida como o principal OE a ser usado no tratamento ou o OE que corresponde ao maior número de sintomas apresentados na anamnese.

