



## LA DIMENSIÓN ENERGÉTICA DEL SER HUMANO

**Cristina Raquel Batista Costeira\***, **João Manuel Garcia do Nascimento Graveto \*\***

\* Enfermeira no Instituto Português de Oncologia Francisco Gentil de Coimbra (IPOFG) / Estudante de Doutoramento na Universidade da Estremadura – Coimbra. Endereço: Pinheiro, 3350-096 Vila Nova de Poiares. Telefone/telemóvel: (239) 421913 ou 914784499. Email: tina\_costeira@hotmail.com

\*\*Enfermeiro, RN, MSc, PhD, Professor Adjunto na Escola Superior de Enfermagem de Coimbra. Endereço: Ladeira da Santiva, 151 A 3030 – 029 Coimbra. Telemóvel: 969060466. Email: jgraveto@esenfc.pt

### RESUMO

A Energia é um conceito cada vez mais utilizado quer pelo senso comum quer pelas diversas áreas científicas. No sentido de confrontar as duas posições supracitadas, realizou-se o seguinte estudo com análise qualitativa para avaliar se a idade, o sexo e a profissão influenciavam as opiniões e definições pessoais sobre Energia.

Para concretizar este projecto foram enviados 30 questionários por *email*, dos quais foram reenviados 15 instrumentos de colheita de dados. Cada questionário foi elaborado com 3 questões.

Os resultados obtidos revelaram que, as variáveis sexo, idade e profissão, não influenciaram os resultados uma vez que todos os respondentes consideraram, afirmativamente, que o ser humano é um ser energético. As definições de Energia obtidas, pelo questionário, revelaram-se abstractas para ambos os sexos e para todas as faixas etárias. Apenas se verificaram nuances divergentes, entre os indivíduos das profissões das ciências exactas e os das restantes áreas profissionais, uma vez que se obtiveram definições com linguagem mais lógica para os primeiros.

Das 15 respostas recebidas, encontramos 9 que assumiam a Energia como objecto de estudo de todas as áreas do conhecimento científico actual, que foram fornecidas como hipóteses.

**PALAVRAS-CHAVE:** Energia; Saúde; Ser Humano

### ABSTRACT

Energy is a concept that is increasing, between common sense and Scientifics disciplines. In order to compare the two positions, we made the following, qualitative study to assess whether age, sex and occupation influenced the views and personal settings on the energy subject.



## LA DIMENSIÓN ENERGÉTICA DEL SER HUMANO

To realize this project, were sent 30 questionnaires by email, of which, only, 15 were returned. Each questionnaire was designed with 3 questions.

The definition of energy, obtained by questionnaires, shows an abstract approach for both sexes and all ages. There were only different nuances, between individuals of the exact sciences professions and the other professions, the first ones had definitions more logical.

Of the 15 responses received, there were 9 who took the energy an object of study in all areas of current scientific knowledge, which was provided as hypotheses.

**KEY-WORDS:** Energy; Health; Human Being

## INTRODUÇÃO

Nos nossos dias o termo energia tem sido, frequentemente, utilizado no quotidiano das comunidades, em especial das Ocidentais.

A utilização de expressões como: “Hoje sinto-me sem energia” ou “este ambiente tem uma energia esquisita” ou ainda “que energia inesgotável tem o teu filho!”, têm sido bastante proferidas. Neste sentido surge uma questão fundamental: O que é a energia?

Por essa razão surge o desenvolvimento deste trabalho no sentido de reunir as opiniões/ crenças. Confrontando a definição científica e a definição do senso comum. Procurando compreender se a idade, o sexo e a profissão são variáveis que influenciam os conceitos e crenças pessoais sobre Energia.

**«Tudo é energia, mas deixe-me ajudá-lo a perceber um pouco disto. Existe o Universo, a nossa galáxia, o nosso planeta, e depois existem indivíduos, e no interior dos seus corpos existem sistemas de órgãos, e células, e moléculas e átomos. E depois existe Energia. Por isso, há muitos níveis a considerar, mas tudo no Universo é Energia».** (Johnson apud, Byrne 2007, p. 159/160).

Com a expansão do modelo mecanicista de Newton pela visão da Física Quântica, os seres humanos passam a ser vistos não apenas como máquinas (Gerber, 1988; Barbosa, 1994) e sim, como campos de energia que se interpenetram e se influenciam reciprocamente.

A par desta tendência, na área da enfermagem, por volta das décadas de 70, surgem Martha Rogers e Myra E. Levine, que defendem o ser humano como um ser holístico (Almeida, 1986) sendo a energia uma das dimensões que o constituem.

A palavra energia, derivada do vocábulo grego *energeia* (significando *em acção*) é a propriedade de um sistema que lhe permite existir, ou do ponto de vista físico, realizar trabalho (Tundisi, 2000).

Na biologia celular a energia que é medida em joule é produzida pela ingestão de alimentos que o organismo transforma em trifosfato de adenosina (ATP). O ATP é a energia acumulada em todas as células, sendo esta que fornece a energia necessária para movimentar os músculos e produzir trabalho. A produção desta energia realiza-se através da Respiração celular. As reacções químicas responsáveis pela transferência de energia das ligações químicas das moléculas dos nutrientes para a molécula de ATP implicam reacções de oxidação-redução. Uma molécula é reduzida quando perde electrões e oxidada quando ganha. Neste processo as moléculas de glicose são submetidas a várias etapas até se transformarem em energia (substância química). Segundo valores aceites cada molécula de glicose produz 38 moléculas de ATP (Gray, 1986; Guyton, 1992; Seeley, Stephens e Tate 2007), assim sendo a energia é conectada a resultados de reacções químicas que produzem moléculas, ou seja matéria.

No campo da física o conceito de energia, é mais abstracto, pois esta é definida como sendo contrária à matéria, não ocupando espaço e não possuindo massa, é capaz de realizar trabalho, ou seja conferir movimento à matéria. A energia pode ser dividida em energia cinética e potencial. A energia potencial é a energia armazenada que pode ser utilizada para realizar trabalho. A energia cinética é a energia provocada pelo movimento de um objecto e é a forma de energia que realiza trabalho. Estas duas formas de energia podem encontrar-se de diferentes formas, mas no presente estudo apenas são



## PSICOLOGÍA POSITIVA Y SUS DIFICULTADES

relevantes: a energia eléctrica, energia electromagnética, a química e a térmica (Seeley, Stephens, Tate, 2007).

A energia conferida ao ser humano e relevante para este estudo é a energia aceite no oriente que provem do conceito hindu do “*prana*” e que Krieger (1975) estudou. Esta autora aprendeu que o *prana* era uma forma de energia vital retirada do ambiente sendo transportada por um componente energético subtil da luz solar. Essa energia subtil, que penetra no organismo através do processo da respiração, parecia existir em abundância no corpo do terapeuta. Acreditava-se que a pessoa sadia possuía uma superabundância de *prana*, enquanto um indivíduo doente, demonstrava um relativo deficit de *prana*. O *prana* poderia ser traduzido como vitalidade ou vigor, entretanto, o termo *prana* (do sânscrito) está relacionado aos factores organizados que formam a base do chamado processo da vida. (Krieger, 1975; 1976;1997), esta energia também é conhecida como *Ki* no Japão e *Chi* na China (Sousa, 2004), segundo Léxico de Medicina Tradicional Chinesa (Komet, 2007) esta energia, não provem apenas da respiração (energia pura), mas também dos alimentos ingeridos e da energia ancestral que reside nos rins.

Brown (2004) contribui com uma definição de energia bastante completa. Define-a como possuidora de uma força electromagnética que está presente em tudo o que existe no Universo, que sustenta a vida e a actividade. Estabelece, essencialmente, a nossa ligação a tudo o resto. Esta energia tem capacidade de atravessar toda a matéria e circula através de todas as coisas vivas, viajando de uma entidade para outra, enquanto transforma informação de modo muito semelhante ao que faz o sangue nas veias, conduzindo os nutrientes para as diversas partes do corpo. O corpo humano é um complexo campo de movimentação de energia *Ki* em contínua circulação através das células, dos tecidos e dos órgãos internos. Esta energia não pode ser destruída, ela desloca-se e altera a sua forma, e o seu reabastecimento diário faz-se com toda a facilidade.

Apesar destes novos paradigmas Barrett (1999) afirma que até então não foi possível detectar campos energéticos humanos.

Weiss (2000) por outro lado afirma que tudo é energia e que os físicos têm conhecimento desta realidade. Também Dr. Hagelin (*apud* Byrne, 2007) afirma que quando olhamos em redor para os nossos corpos, aquilo que conseguimos realmente ver é a ponta do iceberg, ou seja existe algo na nossa essência que não nos é permitida observar claramente.

Bob Proctor (*apud* Byrne, 2007) vai mais longe e alerta para o equívoco provocado pela nossa observação, pois nem tudo o que parece é na realidade, dando o exemplo das nossas mãos que aparentemente parecem sólidas, mas se nos fosse possível observá-las num microscópio, veríamos apenas uma massa vibrante de energia.

Actualmente estamos a vivenciar a era da medicina da energia. Tudo no universo tem uma frequência, e basta mudarmos a frequência ou criarmos uma frequência oposta para alterarmos estados físicos. É essa a facilidade com que se pode mudar tudo no mundo, seja um problema de doença ou um problema emocional, ou o que for. Isto é colossal. É a maior descoberta jamais feita (Johnson *apud* Byrne 2007).

A teoria de Lavoisier, químico francês que se immortalizou com a frase “Na natureza nada se cria, nada se perde tudo se transforma” (lei da conservação das massas) (Lavoisier *apud*, Novais 1993), reforçando as opiniões acima citadas.

Também, as experiencias de Newton permitiram-lhe demonstrar que a matéria e a energia não podem ser destruídas, mas podem oscilar de forma indistinta no plano subatômico, desde que a soma total da matéria e energia não seja alterada (Chopra, 2007).

Einstein contribuiu para a busca de conhecimentos nesta área do saber, através da Teoria da Relatividade. Esta teoria que demonstra que as partículas materiais podem ser criadas a partir da pura energia e voltar a ser pura energia. A equivalência entre matéria e energia é expressa pela famosa equação  $E=mc^2$ . As teorias de campo transcenderam definitivamente a distinção clássica entre as partículas e o vácuo. Segundo Einstein, as partículas representam condensações de um campo



## LA DIMENSIÓN ENERGÉTICA DEL SER HUMANO

contínuo presente em todo o espaço (Paraíba, 1997). Toda a vida de Einstein se caracterizou por mostrar que tudo, o que percebemos como matéria sólida é, na sua maior parte, espaço vazio atravessado por energia, incluindo nós próprios. A física quântica revelou que quando observamos essa energia, a níveis cada vez mais reduzidos, podemos constatar resultados surpreendentes (Redfield, 2007).

Weiss (2000) defende que as medicinas complementares e homeopáticas funcionam devido às transformações energéticas induzidas a nível celular.

As medicinas complementares e as técnicas que envolvem o controlo e manipulação energética, funcionam através de processos intuitivos (Mascarenhas e Carvalho, 1998; Krieger, 1993; Barrett, 1999).

## MÉTODO (AMOSTRA, INSTRUMENTO E PROCEDIMENTO)

Foram enviados 30 emails, no sentido de abarcar diferentes pessoas, diferentes idades e diferentes áreas profissionais, com o intuito de que reflectissem e enviassem um questionário constituído por 3 questões, sobre o conceito de Energia. Foram obtidas 15 respostas.

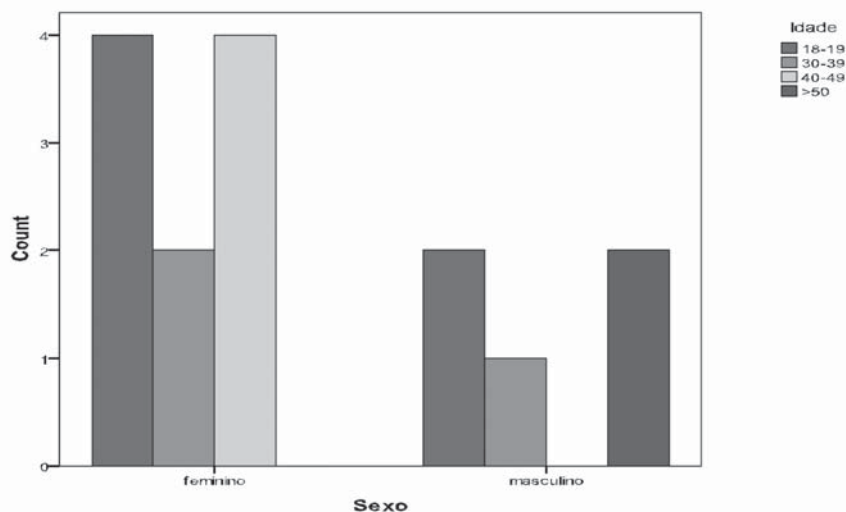
Duas das questões formuladas eram de resposta múltipla e uma das questões era de desenvolvimento. A questão número 1 tinha como objectivo avaliar se o grupo amostral concordava com a ideia que o ser humano possuía um campo energético. Foi elaborada de forma dicotómica (sim/não).

A questão número 2 solicitava uma definição pessoal do conceito de Energia, para tal elaborou-se uma questão de desenvolvimento. A terceira questão apelava a uma selecção de áreas de conhecimento a que a Energia estivesse associada, tendo sido oferecidas as seguintes hipóteses de escolha múltipla: Biologia, Fisiologia, Esotérica, Física/ Química, Espiritualidade/Religião, Psicologia, Socio-Antropologia, Todas as anteriores, Nenhuma das anteriores.

A análise qualitativa dos resultados obtidos pretendia inferir acerca das opiniões de senso comum de acordo com idade, sexo e profissão.

De acordo com os dados do gráfico I, existem 10 elementos do sexo feminino e 5 do sexo masculino, os quinze indivíduos do sexo feminino são mais jovens do que os indivíduos do sexo masculino.

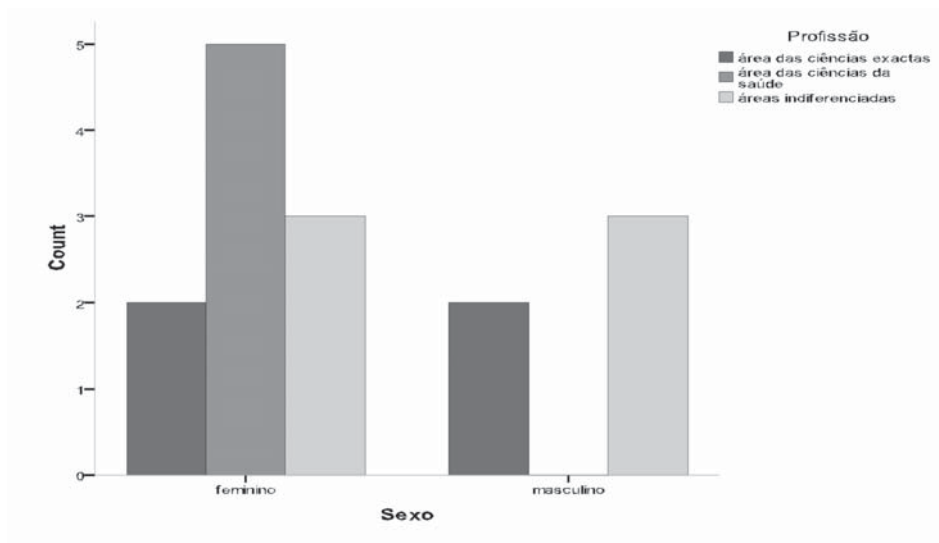
Gráfico I: distribuição de sexo por idades





PSICOLOGÍA POSITIVA Y SUS DIFICULTADES

Gráfico II: Relação entre género e profissão

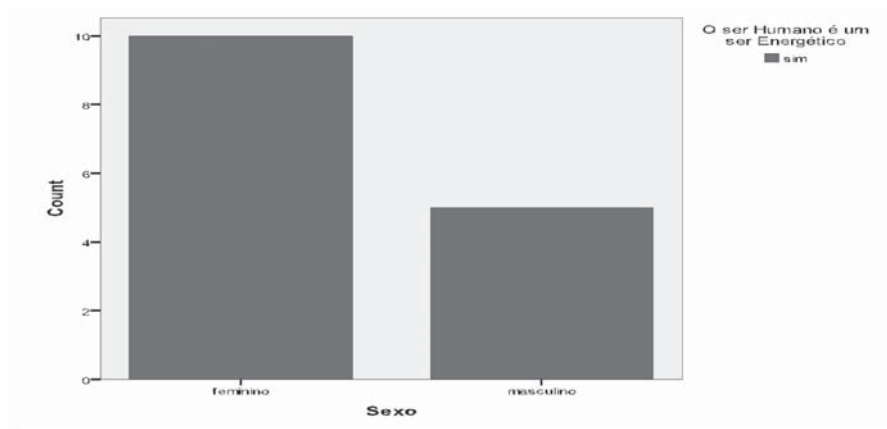


A distribuição de profissões de acordo com três categorias: A- áreas pertencentes às ciências exactas; B- áreas pertencentes às áreas da saúde e C- áreas indiferenciadas, encontraram-se resultados apresentados no gráfico II. Destes resultados salienta-se o facto de não existir nenhum homem pertencente a áreas da saúde.

RESULTADOS

**1ª Considera que o ser humano é um ser energético?**

Gráfico III: relação entre respostas e sexo



Os dados revelados pelo gráfico III salientam que 100% dos indivíduos responderam afirmativamente á questão inicial. Independentemente do sexo, idade e profissão, os 15 indivíduos em análise acreditam que o ser humano é um ser energético.



## LA DIMENSIÓN ENERGÉTICA DEL SER HUMANO

### ***2ª Qual a sua definição de energia?***

As respostas foram diversas, no entanto verificou-se uma convergência em definições como sendo algo “não palpável possuidor de uma força invisível capaz de produzir estados físico-emocionais nos seres humanos”. Independentemente da idade e do sexo as definições apresentam-se bastante abstractas. Relativamente aos grupos profissionais verifica-se a utilização de uma linguagem mais técnica e física para os elementos das áreas profissionais das ciências exactas, verificando-se a tentativa de definir Energia através de um discurso mais lógico.

“Força não visível, capaz de modificar/transformar e mobilizar tudo o que existe” – **Anabela, 39 anos; Enfermeira**

“Potencial inato para executar trabalho ou realizar uma acção” – **Sérgio, 26 anos; Engenheiro Informático**

“Neste contexto, considero que o conceito de energia está intimamente ligado com a energia vital do ser humano, ou seja, é uma força biológica que coloca todo o organismo em movimento e sintonia. Diversas áreas (e.g., psicologia) e crenças (e.g. religião) tornam a pessoa mais forte, espiritualmente, o que poderá contribuir para um aumento do seu bem-estar e, conseqüentemente, mais energético fisicamente.” – **Catarina, 26 anos; Psicóloga**

“É algo bastante difícil de definir, pode ser palpável como o invés, pode ser visível bem como invisível... mas penso que se resume à essência do ser. Energia será neste caso algo que ajuda a definir a essência do ser, permitindo a sua existência.” – **Ricardo, 25 anos; Operador de máquinas não qualificado**

“Energia pode ter vários significados. Podemos considerar que os recursos naturais que utilizamos no nosso dia-a-dia produzem energia (como electricidade, combustíveis, ...). O nosso corpo também produz energia para que possamos ter uma vida activa. Também podemos considerar que há energias que nos rodeiam, que podem ter sobre nós um efeito negativo ou positivo, e que condicionam a nossa forma de agir.” – **Rute, 26 anos; Terapeuta da fala**

“Energia é a força que provoca movimento e que contraria a inércia (embora esta seja, também, uma força). Entendo a energia como sendo algo que provoque uma evolução e que, por isso, contraria a estagnação.” – **Nuno, 30 anos; Engenheiro Civil**

“Eu acho que energia é o resultado dum determinado trabalho. Pode ser esforço, movimento, sentimentos, emoções... Energia é luz, faz-nos ver, sentir. Uma vez ouvi que energia é matéria em baixa vibração. O mundo é energia e a energia é o mundo.” – **Rosa, 44 anos; Técnica de análises**

“É tudo o que nos rodeia. E nós próprios somos energia.” – **Tânia, 26 anos; Enfermeira**

“A meu ver, **tudo é energia**. Uma cadeira é energia. O som é energia. O perfume duma flor é energia. A nossa aura é energia. Reiki é energia, etc. Por exemplo, a cadeira vibra mais devagar que o som, mas ambos são energia. Contudo, no dia-a-dia costumo usar a palavra *Energia*, quando me quero referir à energia mais subtil, aquela que vibra mais rapidamente, e que geralmente as pessoas não conseguem ver e/ou sentir.” – **Cláudia, 33 anos; professora de matemática**

“Energia Humana é um conjunto de estados e atitudes num determinado momento. A energia esta intimamente relacionada com a nossa componente emotiva e racional assim como ao nosso sistema fisiológico. Vivemos e evoluímos no mundo energético, em acção na Natureza. Nós transmitimos energia porque todos nós a produzimos.” – **Isabel, 48 anos; Auxiliar de acção médica**

“Não tenho nenhuma definição concreta. É algo que se sente. Por vezes como um calor sem motivo aparente outras vezes um frio que nenhum lume consegue aquecer. A energia é sentida e como qualquer outra coisa que se sente e habita dentro de nós é difícil de definir e contabilizar” – **Mónica, 29 anos; Enfermeira**

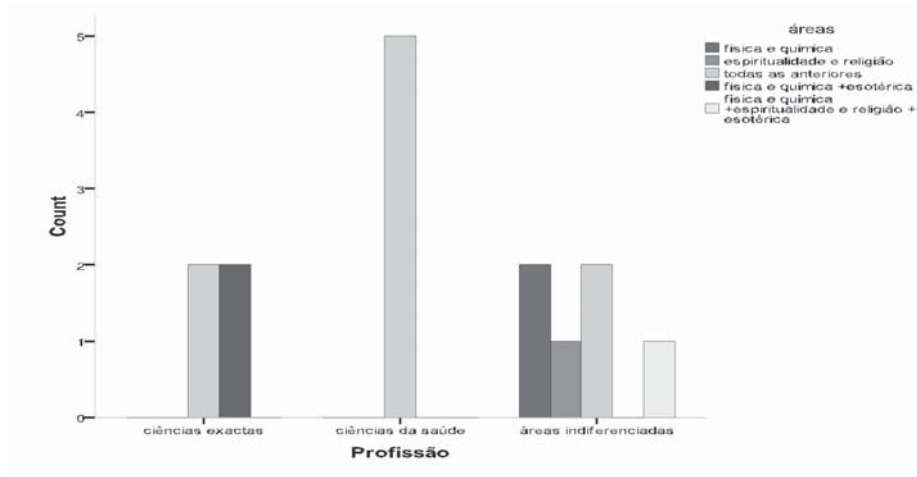
“Energia é uma das constantes da fórmula de Einstein” – **Alfredo, 53 anos; militar**



PSICOLOGÍA POSITIVA Y SUS DIFICULTADES

***3ª Qual(ais) a(s) área(s) que acredita estar(em) associada(s) as questões energéticas?***

*Gráfico IV: Relação entre área profissional e atribuição de área científica à Energia*



Os dados revelados pelo gráfico IV demonstram que o grupo profissional inerente à área da saúde possui uma visão holística relativamente ao conceito de Energia, uma vez que 100% dos indivíduos desta área referem que a energia é objecto de estudo de todas as áreas do saber apresentadas como hipóteses. No grupo dos profissionais das ciências exactas verificou-se uma divisão de 50% destes acreditam numa inserção holística e 50% apenas insere a energia como objecto de estudo das áreas da físico-química e área esotérica. No grupo das áreas indiferenciadas a maioria dos elementos deste grupo acredita que a Energia é objecto de estudo de todas as áreas fornecidas como hipótese e o mesmo número de elementos neste grupo acredita que a Energia é objecto de estudo da físico-química.

## CONCLUSÃO

A Energia é um termo sobre o qual cada vez mais pessoas reflectem e tem-se constituído como objecto de estudo desde ciências mais técnicas e exactas como em áreas menos especializadas, mais intuitivas e não científicas.

Na população geral existe já uma apropriação deste termo associado a crenças de duas valências, uma delas, enraizada em fundamentos acreditados pelas ciências, e a outra, enraizadas em fundamentos populares/ religiosas/esotéricas. Verifica-se que a maioria das definições, apresentadas, revela uma ligação entre as duas crenças supracitadas, mas sem existir um aprofundamento em nenhuma das áreas. Neste estudo verificou-se que todos os indivíduos acreditam na dimensão energética do ser humano, apesar de reconhecerem dificuldade na sua definição e compreensão, que a Energia é algo que o ser Humano possui como característica intrínseca do seu ser, e também extrínseca como ser introduzido no meio Social.

O objectivo central deste estudo não foi totalmente conseguido devido ao número reduzido de respondentes, e não se verificou na amostra uma homogeneidade e grupos representativos equivalentes, pelo que em estudos seguintes sobre a área deverão ser utilizados grupos maiores e representativos da população geral.

**LA DIMENSIÓN ENERGÉTICA DEL SER HUMANO**

## BIBLIOGRAFIA

- 1- Almeida MCP, Rocha JSY. (1986). O saber de enfermagem e sua dimensão prática São Paulo: Cortez.
- 2- Barbosa MA. (1994). A Utilização de terapias alternativas por enfermeiros brasileiros, [tese] São Paulo (SP): Escola de Enfermagem da USP.
- 3- Barrett, Stephen M.D. (1999). Toque Terapêutico. [em linha]. [consult. 11 de Setembro, 2008]. Disponível em <http://www.geocities.com/quackwatch/tt.html>
- 4- Byrne, R. (2007). O Segredo. Editora Lua de papel. 4ªed. ISBN 978-972-41-5225-7. 206 p.
- 5- Brown, S. (2004). Energia *Chi*: Exercícios práticos: Um guia para a essência que une todas as terapias holísticas e como beneficiar com elas. Ed. estampa. ISBN: 972-33-2008-8. 160 p.
- 6- Chopra, D. (2007). A vida depois da morte. Estrela polar. 1ª ed. ISBN 978-972-8929-57-2.
- 7- Gerber R. (1988). Medicina vibracional: uma medicina para o futuro. São Paulo: Cultrix.
- 8- Gray Anatomia (1986). Gray Anatomia. Vol.I, Vol. II. Salvat Editores
- 9- Guyton, Arthur C. (1992). Tratado de fisiologia médica. 8ªed., Guanabara Koogan.
- 10- Komet, V. (2007). Léxico de Medicina Tradicional Chinesa. Dinalivro, Portugal. ISBN: 978-972-576-474-9
- 11- Krieger D. (1993). O toque terapêutico. São Paulo: Cultrix; p. 199
- 12- Krieger D. (1997). Therapeutic touch inner workbook. Santa Fé: Beer e Company.
- 13- Krieger D. (1976). The Therapeutic touch: how to use your hands to help or to heal. New York: Prentice Hall.
- 14- Krieger D. (1975). Therapeutic touch: the imprimatur of nursing. *Am J Nurs*
- 15- Mascarenhas, S.; Carvalho, E. (1998). Toque Terapêutico: Análise da produção do conhecimento utilizando uma base de dados informatizada. Nº 2 Vol 2. Rev Min Enf Julho/ Dezembro. Coopmed editora médica. ISSN 1415-276.
- 16- Novais, V. L. D. (1993). Química - São Paulo: Atual.
- 17- Paraiba, J.P. (1997). Física Moderna por Carlos António Fragoso Guimarães: Uma visão do mundo. [em linha]. [consult. 18 Setembro de 2008]. Disponível em: <http://www.geocities.com/vienna/2809/fisica.html>
- 18- Redfield, J. (2007). A Profecia Celestina: uma odisseia para o nosso tempo. Casa das letras. Coleção Humanidades. ISBN 978-972-46-0815-0. 301p.
- 19- Selley, Rod R.; Stephens, Trent D.; Tate, Philip; (2007). Anatomia e Fisiologia. Lusociência, 6ªedição.
- 20- Sousa, Islândia (2004). Medicina Alternativa nos Serviços Públicos de Saúde: A prática da Massagem na área programática: Município do Rio de Janeiro. Mestrado em Saúde Publica: Planejamento e gestão de sistemas e Serviços de Saúde. Fundação Oswaldo Cruz. Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca
- 21- Tundisi, H.S.F. (2000). Usos de energia, sistemas e fontes alternativas: do fogo aos gradientes de temperaturas oceânicas. 12º ed. São Paulo: Saraiva.
- 22- Weiss, B. (2000). A divina sabedoria dos mestres: A descoberta do poder do amor. Ed. Pergaminho. 1ªedição. ISBN 978-972-711-393-4. 248 p.

*Fecha de recepción: 8 febrero 2010*

*Fecha de admisión: 19 marzo 2010*