

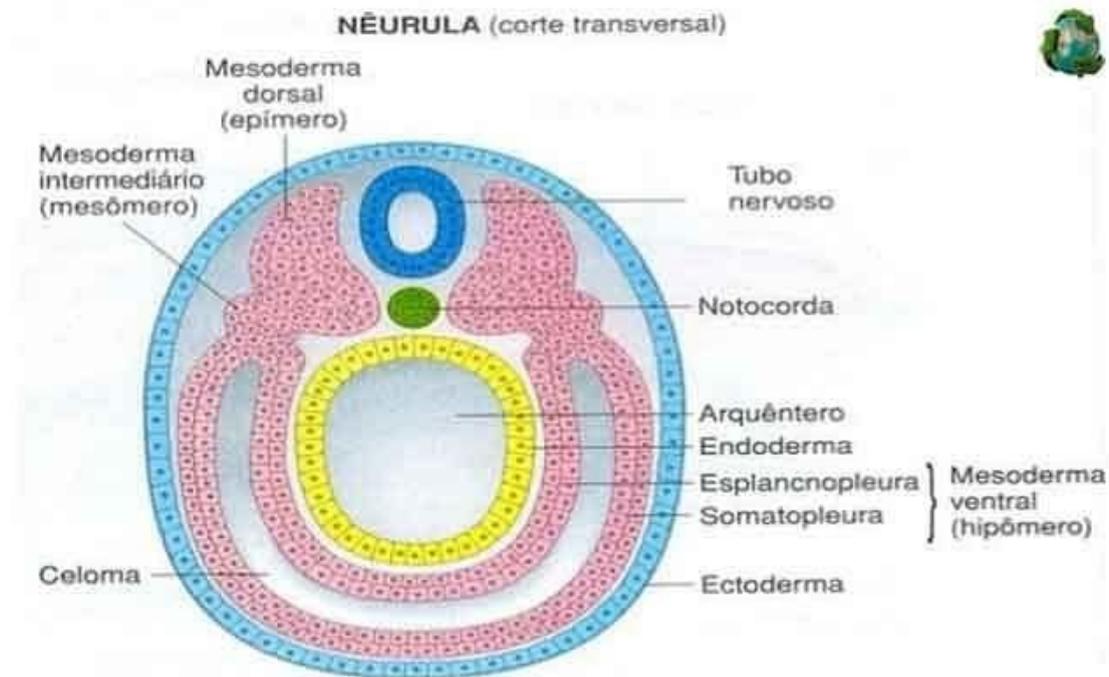
Nervos à da Pele

Estresse e Pele na Pandemia

Pensando sobre relatos de atendimentos, de familiares e de amigos, constatei os reflexos de nossos sentimentos e emoções na pele. Para falarmos sobre isto gostaria de colocar com palavras simples uma etapa de nosso desenvolvimento embrionário. Organogênese

O quarto estágio embrionário denominado nêurula, caracteriza a organização do sistema nervoso seguido da formação de tecidos e órgãos.

Nesta fase distinguem-se três grupos celulares, três folhetos embrionários que começam a se organizar em tecidos e órgãos. Estes três folhetos se enrolam, fecham-se, sendo que o folheto mais externo é o Ectoderma (representado em azul),



Ele dará origem ao tubo neural precursor de todo o sistema nervoso e a todos os tecidos de contato do ser humano.

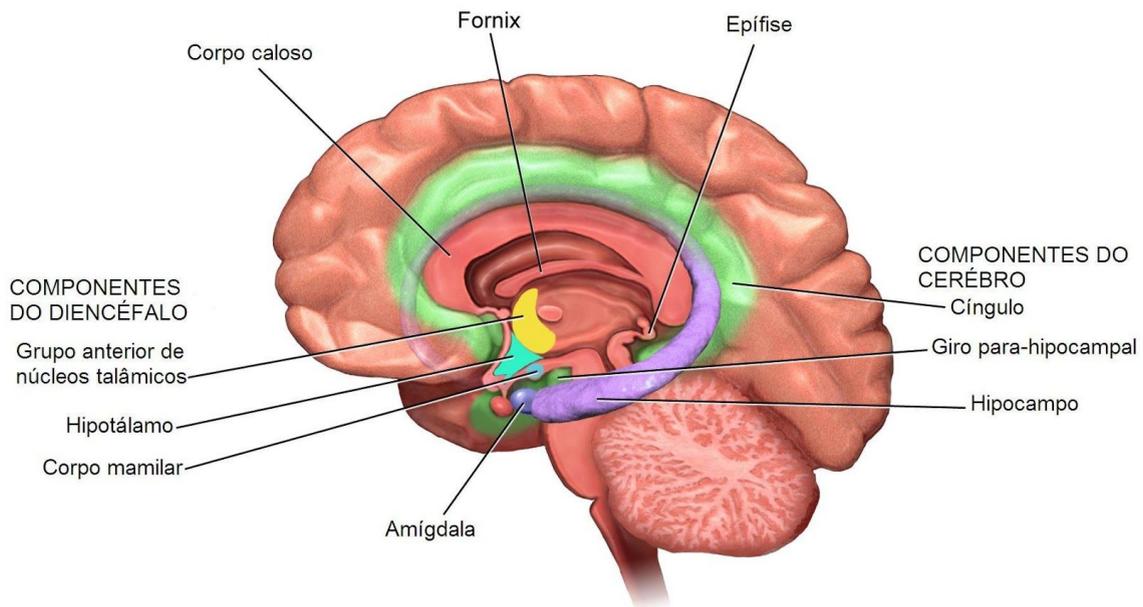
Sendo assim, percebam que o sistema nervoso e todos os nossos tecidos de contato têm a mesma origem, vêm do mesmo grupo celular.

A expressão popular “Nervos à Flor da Pele!” faz muito sentido _ não?

Quais os tecidos e órgãos de contato originários do Ectoderma e que constituem o meio pelo qual nos comunicamos com o meio e com o outro, recebendo e emitindo toda sorte de informações?

São todas as mucosas: línguas, lábios e toda a cavidade bucal, narinas, genitais e ânus. Também tecidos como toda a extensão da pele e couro cabeludo, cabelo, unhas...

O Sistema Límbico



O sistema límbico é constituído por uma série de estruturas nervosas; tais estruturas são componentes do sistema nervoso central e se localizam principalmente no encéfalo (conjunto do tronco cerebral, cerebelo e cérebro), ou seja, no interior da caixa craniana. Daí as emoções se ligam a outros tecidos e sistemas, com distribuição por todo o corpo.

Em relação ao **sistema límbico**, o hipocampo é o principal encarregado da memória emocional. Isso quer dizer **que** cada acontecimento **que** vivemos, sentimos e experimentamos é filtrado pelo hipocampo, **que** junto com o hipotálamo permite **que** possamos nos lembrar não somente das experiências, mas também daquilo **que** sentimos em relação a elas.

A pele, como maior órgão do ser humano, apresenta sintomas que indicam como estamos lidando com nossas emoções e sentimentos.

Em tempos de Pandemia, a preocupação com a saúde, o luto por perdas físicas, financeiras e sociais nos coloca em permanente estado de alerta. Com níveis elevados de adrenalina, cortisol e outros hormônios nosso organismo sofre alterações. A pele é o primeiro órgão a ser atingido e indica nossas defesas em atividade para que o dano não seja interno e, portanto mais sério.

Principais afecções:

- Acne
- Alergias
- Dermatite seborréica
- Furúnculos
- Herpes
- Micoze
- Intensificação de Rosácea
- Intensificação de Psoríase
- Olheiras
- Sinais de envelhecimento
- Ressecamento
- Unhas quebradiças
- Queda de cabelo (diretamente ligada ao medo)
- Pruridos (coceira)
- Verrugas

- Eczemas
- Irritação dos olhos
- Irritação das narinas

E outras.

É verdade que sempre a pele nos sinaliza sobre nossas emoções e sentimentos. Quem nunca sentiu um arrepio de paixão ou cabelos eriçados pelo medo?

Mas nos dias em que vivemos hoje um turbilhão de emoções habita nosso corpo e não podemos achar que por sermos cristãos estamos isentos ou que a fé irá anular o mecanismo com que o Criador nos capacitou para que nos conhecêssemos!

Davi foi um homem que como ninguém soube cantar louvores, mas também suas angústias e dores. Calvino disse que os Salmos são o espelho da alma, pois não há sentimentos ou emoções que não estejam ali relatados. Os salmistas colocavam-se com a alma aberta diante de Deus entrando em contato com suas alegrias, vitórias, dores, pecados, medos...

71:20 “**me tens feito ver muitas angústias**”. Imediatamente após louvar a fidelidade de Deus, o salmista reconhece a verdade de que passou por muitos sofrimentos; isso demonstra maturidade e sabedoria. O caminho de Deus não nos livra de sofrimentos nesta vida, como Jesus também nos ensinou quando avisou que neste mundo teríamos aflições. Ninguém será isento de sofrer, mas Jesus também nos disse que podemos ter coragem por que Ele venceu o mundo por nós (veja Jo 16:33) **me restaurarás**. Em vez de eliminar os sofrimentos, Deus nos dá forças para suportá-los.

Bíblia Conselheira

Tenho visto muitos cristãos que não acolhem a dor do seu próximo porque não entram em contato com suas próprias dores e medo. Escondem-se atrás de uma pseudo força. O chavão “Deus está no controle” virou encerramento de conversa, falta de capacidade de

ouvir. Apresentar as dores diante de Deus e dos irmãos não é falta de fé!

Chorai com os que choram!

Nosso corpo, nossa pele, falam. Se não nos dedicarmos em atenção ao que ele fala, de nada adianta gastarmos horas de academia. Há que se praticar Piedade.

Piedade

O vocábulo grego é eusebeia e é quase intraduzível. A mesma palavra piedade é um termo que às vezes sugere algo que não é totalmente atrativo ou simpático. A grande característica da palavra eusebeia é que aponta em duas direções. A pessoa que tem eusebeia sempre adora corretamente a Deus e lhe dá o que a ele é devido; mas, além disso, também serve corretamente a seus próximos e lhes dá o que a eles é devido. A pessoa que é eusebes (o adjetivo correspondente) é a que está em correta relação tanto com Deus como com seu próximo. Eusebeia é piedade e religião, mas o é em seus aspectos mais práticos.

Bíblia.com.br

Prestemos atenção àquilo que o Criador fez: um corpo que nos leva à verdade, pois é o santuário do Espírito. E é só nos conhecendo que podemos conhecer o próximo e conseqüentemente acolhê-lo.

Tempos de “Nervos à Flor da Pele”, mas sob a Graça Divina que nos impele à responsabilidade do cuidar!

Claudete Niel de Castro