

O CORPO NA PSICANÁLISE: AS ATIVAÇÕES CORPORAIS E A NEUROQUÍMICA DAS EMOÇÕES NA VEGETOTERAPIA CARACTEROANALÍTICA CONTEMPORÂNEA¹

Luiz Antônio Mattos do Carmo²

Anna Costa Pinto Ribeiro³

RESUMO

Este artigo explora o papel das ativações corporais da Vegetoterapia Caracteroanalítica no *setting* analítico, destacando como essa técnica promove uma integração entre o corpo, as emoções e a narrativa verbal. Fundamentada na teoria do cérebro trino de Paul MacLean e na leitura dos níveis corporais reichianos atualizada por Genovino Ferri, a Vegetoterapia Caracteroanalítica oferece um contexto em que o corpo participa ativamente do processo analítico e, por meio de ativações corporais que atuam sob o sistema nervoso central e promovem o fluxo de neurotransmissores, permitem ao indivíduo vivenciar emoções bloqueadas e ressignificar aspectos de sua história de vida. O estudo aponta que a Vegetoterapia Caracteroanalítica não apenas enriquece o processo terapêutico ao incluir o corpo como ferramenta central terapêutica, como também contribui para formas mais funcionais e saudáveis de percepção da realidade, tanto externa quanto interna.

Palavras-chave: Análise do caráter. Vegetoterapia. Ativações corporais. Neurotransmissores.

BODY AND PSYCHOANALYSIS: BODILY ACTIVATIONS AND BRAIN'S NEUROCHEMISTRY IN VEGETOTHERAPY

ABSTRACT

This article explores the role of body activations in Character-Analytic Vegetotherapy within the analytical setting, highlighting how this technique promotes an integration between the body, emotions, and verbal narrative. Based on Paul MacLean's triune brain theory and Genovino Ferri's re-reading of Reich's bodily levels, Character-Analytic Vegetotherapy provides a context where the body actively participates in the analytical process. Through body activations that influence the central nervous system and promote neurotransmitter flow, individuals are enabled to experience blocked emotions and reframe aspects of their life history. The study suggests that Character-Analytic Vegetotherapy not only enriches the therapeutic process by incorporating the body as a central therapeutic tool, but also contributes to more functional and healthy ways of perceiving reality, both external and internally.

Keywords: Character analysis. Vegetotherapy. Bodily activations. Neurotransmitters.

¹ Artigo de trabalho de conclusão de curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Academia na linha de pesquisa Práticas Clínicas. Recebido em 13/10/2024 e aprovado, após reformulações, em 13/11/2024.

² Doutorado em Administração pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. Discente do curso de graduação em Psicologia do Centro Universitário Academia. E-mail: psiluzantonio@gmail.com

³ Pós-doutorado em Psicologia pela Universidade Federal de Juiz de Fora e docente do Centro Universitário Academia. E-mail: annaribeiro@uniacademia.edu.br

A palavra é inapta para alcançar
o coração de tudo o que nos dói.
Fábio de Melo

1 INTRODUÇÃO

As emoções desempenham um papel essencial na vida humana, seja para a expressão de afeto, como o coração acelerado de quem vê ao longe a pessoa que ama ou o suspiro leve de quem revê um familiar após longo tempo, seja para a autopreservação, como o choro de um bebê que chama pelos cuidados da mãe ou o grito de socorro de alguém que se sente ameaçado. O fato é que usamos nosso corpo para expressar estados anímicos. Em termos eminentemente orgânicos, os circuitos cerebrais básicos a comandarem esses comportamentos situam-se tanto em regiões filogeneticamente antigas, responsáveis pela nossa sobrevivência autônoma, quanto em regiões mais recentemente desenvolvidas e responsáveis pelos movimentos controlados por nossa vontade e consciência (MacLean, 1973).

É possível perceber que emoção e movimento corporal estão intimamente articulados e ao longo de nossa vida aprendemos a nos movimentar, ou melhor, a nos expressar emocionalmente a depender de como se deram nossas separações e aproximações de elementos, pessoas e situações cujo contato foi tão relevante a ponto de deixar marcas profundas em nosso psiquismo. Em outras palavras, somos quem somos a depender de como se deram nossas primeiras relações objetais e de como elas ficaram gravadas em nosso sistema nervoso central e periférico (Ferri; Cimini, 2024).

Essa interação entre corpo e mente foi explorada na década de 1920 pelo psiquiatra austríaco Wilhelm Reich, contemporâneo de Freud, na técnica terapêutica por ele denominada de Vegetoterapia Caracteroanalítica, a qual tem na análise do caráter sua técnica interpretativa e na vegetoterapia sua base terapêutica. Esta investiga como as expressões motoras do sistema nervoso, tanto do autônomo ou vegetativo quanto do somático ou voluntário, refletem a dinâmica psíquica e busca, por meio de movimentos corporais específicos, promover a manifestação de emoções que foram outrora reprimidas e que causam, no aqui e no agora, algum tipo de sintoma ou desconforto psíquicos (Reich, 1998; Ferri; Cimini, 2024).

Inicialmente desenvolvida para superar as resistências que dificultavam o acesso a emoções inconscientes, a vegetoterapia foi posteriormente sistematizada e

estruturada na década de 1970 pelo neurologista e psiquiatra italiano Federico Navarro, que aprofundou as ideias de Reich, e, desde 1983, vem sendo ampliada pelo também psiquiatra italiano Genovino Ferri, que integra elementos da neurociência moderna à psicodinâmica para criar uma abordagem contemporânea da Vegetoterapia Caracteroanalítica. Assim, ela atinge uma nova perspectiva ao conectar as experiências corporais diretamente com a história de vida do paciente, unindo a expressão corporal e as emoções em um nível mais profundo e transformador (Ferri, 2022).

Desta forma, esse artigo busca explorar como as ativações corporais da Vegetoterapia Caracteroanalítica (VCA) contemporânea integram emoções e sensações corporais à narrativa verbal no *setting* psicanalítico, além de influenciar a liberação e o reequilíbrio dos neurotransmissores, promovendo uma sensação de bem-estar e proporcionando uma nova perspectiva interpretativa acerca de vivências emocionais passadas.

Para tal, inicialmente é apresentado um histórico do desenvolvimento epistemológico e conceitual da Análise do Caráter e da Vegetoterapia, em que serão tratados os aspectos fisiológicos e psicodinâmicos das emoções para, então, explicitar como as ativações corporais mobilizam os neurotransmissores e influenciam na expressão das emoções e na percepção dos sentimentos de modo a ressignificar e atualizar modos relacionais entre o indivíduo e os campos com os quais interage. Ao final, considera-se como a Vegetoterapia Caracteroanalítica vem se afirmando como um campo de inovação dentro do cenário psicanalítico atual.

2 A ANÁLISE DO CARÁTER E A VEGETOTERAPIA CARACTEROANALÍTICA

Wilhelm Reich, psicanalista da primeira geração pós-Freud, foi um dos pioneiros a explorar o caráter como expressão da personalidade. Sua teoria sobre o caráter e a couraça muscular contribuiu para o desenvolvimento da obra *O ego e os mecanismos de defesa*, de Anna Freud, bem como inspirou novas abordagens terapêuticas, dentre elas a psicoterapia corporal, a Gestalt-terapia e a análise bioenergética (Wagner, 2022).

Durante sua formação, Reich foi atraído pela ênfase que Freud dava à sexualidade e este seu interesse o levou à Psicanálise, até então uma disciplina emergente que oferecia uma visão inovadora sobre as causas das doenças mentais.

Em 1919, ao conhecer Freud pessoalmente, Reich buscou indicações de leitura para um seminário que ministraria sobre sexologia e seu primeiro contato com a obra deste teórico foi a partir dos *Três Ensaio sobre a Teoria da Sexualidade*, cuja primeira edição, de 1905, ainda era recente (Sharaf, 1983).

Diferentemente da visão completa que hoje temos da obra freudiana, Reich encontrou uma psicanálise em pleno desenvolvimento, voltada para o corpo e fundamentada em princípios econômicos. Esse era o período da primeira tópica, focada no ciclo de tensão-carga-descarga e no arco-reflexo, bem como no desenvolvimento psicosexual, abrangendo a libido, a sexualidade infantil e a etiologia sexual das neuroses (Wagner, 1996).

Em 1920, Reich ingressou na Associação Psicanalítica de Viena e sua prática clínica com trabalhadores, agricultores e estudantes no período do entreguerras o expôs a estilos de vida caóticos e a personalidades antissociais. Ele defendia que os sintomas neuróticos, como o transtorno obsessivo-compulsivo, eram esforços inconscientes para controlar ambientes hostis, marcados por fatores como a pobreza, o abuso infantil e, claro, pela guerra (Sharaf, 1983).

Freud havia descoberto que as neuroses eram causadas pelo conflito entre pulsões sexuais naturais e sua repressão, vinda das normas sociais. Freud também havia hipotetizado a existência de uma energia sexual biológica no corpo, a qual era capaz de aumentar, diminuir, deslocar e se descarregar: a libido. Esta estaria presente não só a partir da puberdade e sim desde o nascimento, percorrendo o corpo da criança e erotizando-o em seu desenvolvimento até a fase genital (Freud, 2016).

Em sua prática clínica, Reich observou que quando o acúmulo de libido no corpo não encontrava uma descarga corporal satisfatória, ou seja, quando esta descarga era consciente ou inconscientemente inibida, a libido se acumulava no corpo e, ao atingir certo nível de estagnação, passava a alimentar distúrbios neuróticos (Sharaf, 1983; Wagner, 1996).

Porém, o que levaria o indivíduo a tal inibição? Para Reich, segundo a leitura de Wagner (2022, p. 53), “o fenômeno humano se situa no entrecruzamento de forças biológicas, psicológicas e sociais” e, invariavelmente, estas últimas operariam limitações sobre a primeira, o que traria consequências à estruturação psíquica. Embora a angústia e os conflitos humanos sejam até hoje inevitáveis, uma vez que surgem do embate entre o indivíduo e o ambiente cultural, é inegável que, por hora, não é possível atender simultaneamente a essas duas esferas e ainda cabe ao

CADERNOS DE PSICOLOGIA, Juiz de Fora, v. 7, n. 12, p.250-276, jul./dez. 2025 – ISSN 2674-9483.

aparelho psíquico equilibrar as demandas da realidade externa, as necessidades internas e os ideais incorporados (Wagner, 1996).

A instância responsável por tal manejo seria o ego, encarregado tanto pela execução quanto pela inibição de ações, o que o tornaria o centro da censura e da repressão. Servo de três forças muitas vezes conflitantes entre si, ele acabaria por reprimir parte das pulsões anímicas a fim de proteger a consciência da angústia advinda dessas demandas díspares e, ao fazê-lo, criaria para si mecanismos de defesa e de controle da descarga das excitações, os quais foram chamados por Reich de *caráter* (Wagner, 1996).

Reich constatou que esses mesmos mecanismos impediam, no *setting* analítico, a livre manifestação de expressões emotivas e verbais e, com isso, prejudicavam a eficácia da principal técnica psicanalítica, a associação livre. Reich argumentava que o caráter agia como uma resistência à revelação dos conteúdos inconscientes à consciência e propôs que o trabalho psicanalítico deveria inicialmente focar mais na análise das resistências do que nos conteúdos reprimidos, pois, se não houvesse resistência, tornar consciente o inconsciente não apresentaria maiores dificuldades (Wagner, 2022).

Nessa lógica, a resistência precisaria ser primeiro conscientizada para que o trabalho de livre associação pudesse revelar os conteúdos latentes. Reich sistematizou uma técnica para tal, a *Análise do Caráter*, em que o paciente primeiro reconheceria suas defesas, identificaria os meios pelos quais se defenderia para, finalmente, compreender contra o que se defende. A *Análise do Caráter*, dessa forma, implicava uma autoinvestigação em que o paciente desvelava gradualmente a natureza de suas próprias resistências e propiciava ao conteúdo reprimido meios de expressão (Wagner, 1996).

Reich observou que essa expressão não se dava apenas por meio de palavras em associação livre, mas também por manifestações físicas, chamadas de *ab-reações*, tais como sudorese, fome, tremores, contrações musculares involuntárias, taquicardia, dentre outras respostas associadas ao Sistema Nervoso Vegetativo (SNV). É neste momento que o corpo entrou em cena e passou a fazer parte do *setting* analítico como instrumento terapêutico. A Vegetoterapia Caracteroanalítica (VCA) veio a carrear como técnica corporal capaz de facilitar a expressão das emoções reprimidas, a qual pode ser alcançada por meio de ativações corporais específicas. Essas ativações provocam reações do SNV e, ao experimentá-las, o indivíduo é capaz

de trazer seu conteúdo emocional à consciência, para que, então, seja realizada sua análise (Navarro, 1996).

Os próximos tópicos tratarão mais especificamente do caráter, de sua análise e da VCA enquanto técnica terapêutica. Cabe, antes, a ressalva de que, atualmente, o SNV é mais conhecido como Sistema Nervoso Autônomo, dada a incapacidade que temos de controlar seu funcionamento. Contudo, para resguardar o paralelismo com a Vegetoterapia, será usada a nomenclatura Sistema Nervoso Vegetativo. Vamos, inicialmente, a ele.

2.1 O SISTEMA NERVOSO VEGETATIVO

As vivências emocionais constituem uma parte essencial da experiência humana e desempenham um papel crucial no comportamento de outras espécies. Conforme observou Darwin (2000), elas são expressas por movimentos musculares somáticos estereotipados, como a movimentação voluntária dos músculos da face e daqueles responsáveis pela postura, bem como por respostas motoras autônomas ou vegetativas. Chamamos, portanto, de *emoção*⁴ a esse conjunto de respostas expressivas externas, enquanto o termo *sentimento* refere-se à vivência subjetiva das emoções, isto é, a como elas são percebidas e significadas internamente pelo indivíduo (Purves *et al.*, 2018; Bear; Connors; Paradiso, 2017).

Os sinais mais evidentes de excitação emocional incluem alterações na atividade do sistema motor autônomo, como variações na frequência cardíaca, no fluxo sanguíneo cutâneo, na temperatura da pele, na sudorese, na ereção dos pelos, no diâmetro pupilar e na motilidade gastrointestinal. Essas mudanças são mediadas pelas atividades simpática, parassimpática e entérica do SNV, que regulam a musculatura lisa, o músculo cardíaco e as glândulas espalhadas pelo corpo (Purves *et al.*, 2018; Bear; Connors; Paradiso, 2017).

Enquanto o sistema motor somático tem a função de comandar diretamente os músculos esqueléticos, o SNV regula uma ampla gama de tecidos e órgãos, operando de maneira mais difusa e com uma temporalidade mais dilatada. Além disso, ao contrário da ativação somática, que é rápida e precisa, as funções do SNV incluem

⁴ “A palavra emoção vem do latim *ex-movere* e literalmente significa *mover para fora*. Essa palavra, de fato, distingue os sistemas vivos dos não vivos e define a característica fundamental do fenômeno da vida: o movimento expressivo” (Ferri; Cimini, 2024, p. 138, grifo dos autores).

um equilíbrio entre excitação e inibição, permitindo um controle mais graduado e coordenado (Bear; Connors; Paradiso, 2017).

As divisões simpática e parassimpática do SNV operam em paralelo, mas possuem trajetórias e mecanismos neurotransmissores distintos. A atividade simpática, acionada em momentos de crise ou perigo, pode ser resumida no clássico “luta ou fuga”, enquanto a parassimpática favorece processos de recuperação e manutenção do organismo, como digestão, crescimento, resposta imunológica e armazenamento de energia. Essas divisões, no entanto, têm metas opostas e não podem ser altamente estimuladas ao mesmo tempo: o simpático mobiliza o corpo para emergências de curto prazo, comprometendo os processos de bem-estar a longo prazo, enquanto o parassimpático atua para a preservação da saúde (Bear; Connors; Paradiso, 2017).

Para além do controle do movimento e das funções viscerais, os neurotransmissores empregados pelo SNV são responsáveis pela regulação do humor e da atenção, sendo que alterações em seus mecanismos de funcionamento estão frequentemente associados a distúrbios psiquiátricos (Bear; Connors; Paradiso, 2017). Podemos notar que o comportamento emotivo e sensório-motor estão diretamente ligados e não é possível os separar. Foi a partir dessa observação que Reich (1998) estabeleceu, na década de 1930, a Vegetoterapia como a base terapêutica da Análise do Caráter. Desde os anos 1980 ela vem passando por ampliações e revisões tanto técnicas quanto teóricas e seu estado atual será agora apresentado.

2.2 A VISÃO CONTEMPORÂNEA DO CARÁTER E DE SUA ANÁLISE

Para os teóricos Genovino Ferri e Giuseppe Cimini (2024), o caráter começa a se estruturar com o início da vida, isto é, com o encontro dos gametas masculino e feminino e as consequentes modificações do óvulo fecundado que darão origem ao embrião. Ele encontra suas primeiras predisposições na carga vital inata, adquirida na fecundação, e vai se moldando através das impressões promovidas pelo contato com os demais campos ao longo das fases do desenvolvimento biológico e psíquico do indivíduo.

Por campo, entende-se a rede energética dentro da qual o Si⁵ se encontra e se desenvolve. O primeiro deles é o campo *materno*, representado pelo útero no qual ocorre a gestação. Após o nascimento, este primeiro campo uterino transforma-se no campo, ainda materno, representado pelo bico do seio, ou seja, pela mãe que amamenta. Com a eclosão dos dentes incisivos, a criança demonstra já estar apta à alimentação sólida e ao desmame, estando também psiquicamente pronta para se separar deste primeiro campo *mãe* e ingressar no segundo campo, o *familiar*, o qual se abre com a entrada simbólica da figura do pai e com as questões edipianas daí advindas. É dentro deste segundo campo se dará todo o desenvolvimento infantil até a puberdade, momento em que ocorre a luminação sexual da pelve, disparada pelo amadurecimento gonadal ocorrido nesta fase, e o já prestes adolescente separa-se, então, do campo familiar para ingressar no terceiro campo, o *social*, no qual ele encontrará novas relações e parceiros socialmente aceitos para o sexo e a procriação (Ferri; Cimini, 2011).

Em cada um dos campos e nas separações e aproximações de um campo para outro, o Si estabelece um conjunto de ações e comportamentos coerentes e funcionais para seu desenvolvimento e adaptação, o *caráter*. Etimologicamente, a palavra caráter significa *senal gravado* e, portanto, depreende-se que ele é conjuntamente a soma das impressões determinantes recebidas pelo Si e as formas de ação e reação por ele encontradas para se expressar ao longo de sua história enquanto indivíduo e que nele ficaram gravadas (Ferri; Cimini, 2011). Nas palavras de Ferri e Cimini (2024, p. 88), “podemos, então, definir o caráter como sendo o modo de ser específico de uma pessoa. Expressa o seu passado, a sua história biológico-biográfica, o seu encontro-confronto com o mundo e a história das suas relações objetais”.

Atentando-se para os papéis de adaptação, proteção e conservação que o caráter desempenha, ele também pode ser visto como um mecanismo narcísico e, sob essa perspectiva, ele representa um conjunto estruturado de defesas, um dispositivo capaz de capturar a angústia e de responder aos princípios econômicos do aparelho psíquico (Ferri; Cimini, 2011).

⁵ Para a análise reichiana contemporânea, o Si é o núcleo biológico do ser vivente que se exprime ativamente e que registra movimentos, emoções, posições e formas a cada momento da vida. Ele se molda e se faz moldar, elaborando, integrando, transformando e se organizando de maneira inteligente até atingir sua máxima expressão com a consciência do Eu (Ferri; Cimini, 2024). Em termos psicanalíticos, enquanto o Eu refere-se ao Ego, o Si é o conjunto deste com o Id e o Superego.

O caráter pode se manifestar em diversas linguagens – verbal, onírica, corporal e relacional –, sendo essas expressões as indicadoras de uma história inconsciente que vai desde a vida intrauterina até o momento presente. Ele se revela em todas as expressões biológicas e psíquicas do Si, já que a relação com os diversos campos e objetos requerem uma resposta e uma adaptação do organismo. Ainda que diferentes organismos estejam no mesmo ambiente, eles respondem diferentemente aos estímulos que recebem por meio de sua periferia e a forma com que eles são processados a nível central forma a identidade individual e, portanto, bastante significativa (Ferri; Cimini, 2024). Em outras palavras, a forma com que agimos e nos expressamos é aquela com que outrora respondemos aos estímulos externos recebidos pela área periférica de nosso organismo e que, ao serem processados pelo SNC, deixaram lá gravados, inscritos, modos de operação no mundo e de relação com este mesmo mundo.

Reich (1998), em seus estudos, identifica sete regiões ou níveis periféricos responsáveis pelas aferências que gravam, tanto nelas próprias quanto em suas áreas correspondentes no SNC, a memória das experiências emocionais vividas nas relações do Si com o ambiente ao longo das fases do desenvolvimento e amadurecimento biopsíquicos. Esses níveis foram organizados por ele em uma sequência céfalo-caudal e correspondem a segmentos específicos do corpo humano, cujos órgãos e agrupamentos musculares encontram-se em contato funcional entre si e são capazes de induzir movimentos expressivos emocionais de maneira recíproca. São eles: 1º, os olhos, ouvidos e nariz (telerreceptores); 2º, a boca; 3º, pescoço; 4º, tórax (incluindo os braços); 5º, diafragma; 6º, abdômen; e 7º, pelve (incluindo as pernas).

O caráter pode ser, portanto, entendido como a soma das experiências gravadas tanto periférica quanto centralmente pelas relações que os níveis corporais estabelecem com o ambiente e seus elementos. Tal entendimento se apoia no fato de que nossa relação com a realidade ocorre por meio da sensorialidade, com quatro dos sentidos localizados nos dois primeiros níveis – a visão, a audição, o olfato e o paladar – e o tato, que, por sua origem embriológica, atua como um "cérebro externo" (Navarro, 1996). São estas experiências gravadas nos sete níveis relacionais que, hoje, compõem o foco da Análise do Caráter e da Vegetoterapia Caracteroanalítica atualmente praticada.

Embora Reich, ainda na década de 1930, tenha mapeado esses níveis e percebido a importância da corporeidade na sustentação da psicodinâmica, ele não avançou muito na exploração desse campo, o qual só foi mais bem explorado após a sistematização da Vegetoterapia Caracteroanalítica feita por Federico Navarro já na década de 1970. Vejamos como isso se deu.

2.3 A VEGETOTERAPIA CARACTEROANALÍTICA DE REICH A FERRI

A Vegetoterapia Caracteroanalítica (VCA) foi introduzida no campo psicoterapêutico em 1935 após a descoberta do reflexo orgástico, momento em que o foco do tratamento se deslocou do caráter, que até então era visto como o conjunto de defesas do Ego, para o corpo. Esse movimento marcou uma mudança significativa na abordagem terapêutica, embora sem excluir o trabalho analítico sobre os comportamentos do caráter (Ferri; Cimini, 2024). A escolha do nome Vegetoterapia Caracteroanalítica reflete essa integração entre o corpo e análise do caráter, ressaltando que ambos são fundamentais no processo terapêutico (Reich, 1998).

Seguindo o pensamento de Freud, toda neurose é, essencialmente, uma neurose do ego e o ego tem parte de seu substrato no corpo. A VCA compreende o trabalho analítico sobre o aparelho psíquico e somático como uma unidade inseparável, promovendo uma intervenção que atua sobre o sistema neurovegetativo para transformar a estrutura caracterial e possibilitar sua maturação em um caráter genital (Ferri; Cimini, 2024; Navarro, 1996). Ela é uma prática terapêutica que visa alcançar o funcionamento saudável do ser humano por meio de uma vivência emocional que transforma a relação do indivíduo com o mundo, permitindo um "ser com" em vez de um "ser para", ou seja, possibilitando uma postura mais integrada e natural diante da vida (Navarro, 1996).

Desde sua concepção, a VCA parte do princípio de que o ser humano vive por meio dos músculos, responsáveis pela motilidade, pela mobilidade e pela expressão emocional. Ela entende que, quando as emoções naturais, fundamentais para o desenvolvimento saudável, são reprimidas, elas ficam retidas em segmentos musculares que agem como anéis contraídos, os quais prejudicam a descarga dessas emoções. Biologicamente, esse bloqueio energético está relacionado a um desequilíbrio entre o sistema neurovegetativo simpático e parassimpático, conhecido como distonia neurovegetativa. Esse desequilíbrio perpetua uma tensão

neuromuscular crônica, que afeta vários níveis corporais e que está por trás de muitas manifestações sintomáticas (Navarro, 1996).

Dessa forma, para que o corpo se torne vital e funcional, é necessário proporcionar a liberação dos bloqueios energéticos, a qual deve ser feita de maneira gradual, de forma que o indivíduo recupere o contato com seu eu corpóreo e que, assim, sua energia possa circular livremente da cabeça aos pés. Para tanto, são utilizadas intervenções corporais específicas, chamadas de *actings*, que provocam reações neurovegetoemocionais e musculares capazes de reestruturar a psicoafetividade. Esses *actings* ajudam a trazer à consciência sensações ou estados emocionais bloqueados desde o período pré-verbal (Navarro, 1996). Ao serem trazidos para a consciência, podem, então, ser verbalizados e, acompanhados da Análise do Caráter, “colocam o indivíduo em condições não apenas de compreender, mas principalmente de *sentir* a sua capacidade, ou seja, o seu *eu* e o seu *ser no mundo* como elemento dialético” (Navarro, 1996, p. 15, grifo nosso).

Eis aqui, portanto, a principal diferença entre a Psicanálise e a VCA: as instâncias psicológicas bloqueadas acabam por se expressar na linguagem do corpo, mesmo que o indivíduo não as verbalize. Uma vez acessíveis à consciência, é possível, então, trabalhá-las analiticamente (Wagner, 1996). Segundo Navarro (1996, p. 14), “é por isso que podemos dizer que, enquanto a memória intelectual é fixada nas células nervosas, a memória emotiva é inscrita nas estruturas musculares que expressam determinada emoção”. Assim, por meio da VCA, o indivíduo redescobre o funcionamento biológico baseado em seus biorritmos, alcançando a autorregulação e a autogestão emocional, promovendo em si um equilíbrio mais natural e saudável (Navarro, 1996).

Desde a sua introdução na prática terapêutica feita por Reich, a VCA permaneceu inalterada por quatro décadas, até passar por uma evolução significativa graças ao trabalho de sistematização clínica feita por Navarro, a qual, com a aprovação de Ola Raknes em 1974, incorporou ativações específicas para cada um dos sete níveis corporais propostos por Reich. Essas ativações seguiam uma abordagem *top-down*, respeitando a sequência dos níveis do primeiro ao sétimo (Ferri; Cimini, 2011).

Em 1983, os níveis corporais foram reinterpretados por Ferri como sendo níveis corporais *relacionais*, o que representou uma evolução epistemológica na abordagem da VCA. Este teórico propôs uma nova forma de organização dos níveis corporais, **CADERNOS DE PSICOLOGIA, Juiz de Fora, v. 7, n. 12, p.250-276, jul./dez. 2025 – ISSN 2674-9483.**

respeitando o desenvolvimento filogenético do mamífero humano e sua história relacional ontogenética. A sequência proposta começa com o 6º nível, o abdominal, que é onde a vida se inicia, e termina no 1º nível, os olhos, com a genitalidade ocular atingida na puberdade (Ferri; Cimini, 2011).

Sigamos a linha do tempo filontogenética: o óvulo fecundado, após percorrer a tuba, tendo como meio de desenvolvimento os líquidos intrauterinos, promove a nidação, isto é, sua fixação na parede do útero. Neste momento, ele lança uma estrutura denominada trofoblasto, a qual dará origem ao cordão umbilical e que será o meio de contato mais significativo do feto com a mãe ao longo de toda sua gestação. Com o nascimento, o nível *abdominal* perde sua prevalência relacional e cede lugar ao 2º nível, a boca, por meio do qual o recém-nascido irá estabelecer uma nova forma de se relacionar com a mãe, qual seja, a amamentação. O parto, como se pode notar, representa a passagem da fase *intrauterina* para a fase *orolabial* (Ferri; Cimini, 2011).

Ao nascer a primeira dentição, o 4º nível, *torácico*, que inclui os braços, passa a ser o principal nível relacional, uma vez que estes membros são fundamentais para a aquisição da posição ereta e para o agarrar, principalmente alimentos sólidos. Esta corresponde à fase *muscular*, equivalente à fase anal freudiana, pois é nela que se dá o controle dos esfíncteres, a alimentação por mastigação e não mais por sucção, o andar bípede e a evolução das funções do pensamento e da linguagem. Esta fase se estende até a erotização genital, inaugurando a *primeira fase gênito-ocular*, a qual equivale à fase fálica de Freud. Ao longo desta quarta fase evolutiva, os principais níveis corporais relacionais são o 3º, o pescoço, e o 5º, o diafragma (Ferri; Cimini, 2011).

Segundo Ferri e Cimini (2011, p. 55), “a posição ereta atrasou a época da puberdade”, estabelecendo uma pausa, uma *latência*, na fase gênito-ocular e separando-a em dois momentos. Com o amadurecimento das gônadas, provocado pelo aumento na amplitude dos pulsos gonadotrópicos hipotalâmicos e hipofisários, inicia-se a *segunda fase gênito-ocular* e os 7º e 1º níveis relacionais, respectivamente a pelve e os olhos, assumem sua relevância relacional, os quais levarão o indivíduo à maturidade genital e psíquica, bem como a um estado mais pleno de consciência do Si, a maturação do Eu.

Em suma, Ferri propõe a ordenação dos níveis começando no 6º, seguindo a sequência do 2º para o 4º, depois do 3º para o 5º e finalizando com o 7º e o 1º. Estes níveis corporais relacionais assim estruturados revelam, de forma tridimensional – por

CADERNOS DE PSICOLOGIA, Juiz de Fora, v. 7, n. 12, p.250-276, jul./dez. 2025 – ISSN 2674-9483.

considerar a psicanálise, o corpo e o tempo, ou o *como*, o *onde* e o *quando* – a história relacional ontogenética do indivíduo estratificada e gravada sob a forma de traços de caráter. Essa abordagem não apenas esclarece os fenômenos psíquicos, mas também revela sua expressividade física, conectando as percepções periféricas com o SNC (Ferri; Cimini, 2024). Com essa nova visão, a VCA como atualmente é vista e praticada, tornou-se uma abordagem bastante adequada para lidar com a crescente complexidade analítica e psicoterapêutica de nossos dias ao integrar aspectos fisiológicos à psicodinâmica das emoções.

3 ASPECTOS FISIOLÓGICOS E PSICODINÂMICOS DAS EMOÇÕES

No campo das emoções, como exposto anteriormente, observa-se uma interdependência entre processos fisiológicos e psicodinâmicos, em que corpo e mente atuam em um contínuo de reciprocidade. Fisiologicamente, as emoções são respostas adaptativas que envolvem a ativação do SNV e mobilizam neurotransmissores, hormônios e circuitos neurais específicos, permitindo a regulação do organismo diante de estímulos internos e externos. Psicodinamicamente, as emoções estão profundamente enraizadas em conflitos inconscientes e na dinâmica do desenvolvimento emocional, sendo moldadas pelas experiências de vida e pelas defesas psíquicas (Reich, 1998; Navarro, 1996; Ferri; Cimini, 2024).

Ao explorar as emoções por esse viés integrativo entre soma e psique, a VCA lança mão da Teoria do Cérebro Trino, enfoca em áreas encefálicas específicas, que estão mais proeminentemente envolvidas na expressão das emoções e nos neurotransmissores responsáveis pela mobilização do SNV. Vejamos, agora, como se dá o entrelaçamento desses três aspectos.

3.1 A TEORIA DO CÉREBRO TRINO

Embora a ciência ainda não possa propor uma teoria completa que integre a neurofisiologia e os estudos do comportamento humano, não se pode negar o papel fundamental de Freud como um dos pioneiros dessa empreitada. Dos desenvolvimentos teóricos surgidos a partir do trabalho do neurologista e psicanalista austríaco, o do neurocientista Paul MacLean, conhecido como a Teoria do Cérebro Trino, é a mais relevante para a VCA.

De acordo esta teoria, nosso cérebro herdou a estrutura e organização de três tipos básicos, os quais, apesar de apresentarem grandes diferenças em estrutura e química, agem como uma única entidade funcional por meio de uma complexa rede de conexões. O cérebro mais antigo do homem, conhecido como *cérebro reptiliano*, forma a base do tronco cerebral superior e inclui grande parte do sistema reticular, do mesencéfalo e dos gânglios basais. A segunda estrutura se distingue pelo desenvolvimento de um córtex primitivo e corresponde ao *sistema límbico*. Finalmente, o *neocórtex*, que surge mais tarde na evolução, é visto apenas nos mamíferos superiores e atinge seu ápice no homem, tornando-se o centro de funções cognitivas complexas como a leitura, a escrita e o raciocínio matemático (MacLean, 1973).

MacLean (1973) identificou o *Complexo-R* ou *complexo reptiliano* como sendo essa área primitiva do sistema nervoso central relacionada a funções como defesa territorial, caça, disputa por posição social no grupo e acasalamento. Do ponto de vista comportamental, isso é exemplificado pela tendência dos répteis a seguir sempre pelos mesmos caminhos ou de agir conforme uma rotina rígida e inflexível.

Em seu ensaio *Além do princípio do prazer*, Freud (2010) discute o desejo que algumas pessoas têm de regressar ao lar de origem, mesmo anos após haver se estabelecido alhures, bem como a compulsão humana por repetição, sugerindo que esse movimento não deixa de também ser uma forma de busca, real ou metafórica, ao familiar, a padrões já conhecidos. Outra questão relevante é como a tendência reptiliana à imitação pode influenciar a adesão humana a rituais religiosos, a códigos jurídicos e a convicções políticas, além de propiciar fenômenos sociais como surtos de histeria coletiva, violência em massa e a adoção global de modismos por meio da mídia. O cérebro reptiliano, em suma, parece operar como se fosse controlado por um superego ancestral e não possui mecanismos adequados para se adaptar a novas circunstâncias (MacLean, 1973).

Segundo Ferri e Cimini (2014), a interrupção ou mudança nesses comportamentos estereotipados não só causa desconforto, como é frequentemente percebida como um sinal de que algo negativo está por vir. Isso ativa o alarme de defesa da espécie e pode levar a comportamentos de substituição, que envolvem ações destinadas a aliviar o estresse, como roer unhas, coçar a cabeça ou limpar a garganta. Esses comportamentos, conhecidos como tropismos, surgem durante fases de desenvolvimento infantil ligadas à identificação.

Quando o comportamento de uma pessoa é guiado por esse cérebro mais antigo, ele reage de maneira inflexível e leva a formas de agressão contra tudo o que não é reconhecido como familiar, fazendo com que o desconhecido ou o não familiar seja tratado como uma ameaça (Ferri; Cimini, 2024).

O *sistema límbico*, nomeado por Broca devido ao fato de suas estruturas circundarem o tronco cerebral, resultou do surgimento de um córtex notável nos mamíferos, que parece representar a tentativa da natureza de fornecer ao cérebro reptiliano uma espécie de invólucro pensante capaz de dar maior flexibilidade ao superego ancestral representado pelo Complexo-R (MacLean, 1973). Com ele, os mamíferos passaram a contar com uma ampla gama de comportamentos mais sofisticados, com uma dimensão emocional representada por aspectos como a comunicação vocal, o cuidado com os filhotes, os chamados da espécie e o comportamento lúdico, aparecendo, assim, emoções como o desejo, a ansiedade, o medo, o terror, a raiva, o prazer, o alívio, a calma e a satisfação (Ferri; Cimini, 2024).

Constatações clínicas e experimentais revelam que a parte inferior do sistema límbico, alimentada pela amígdala, está intimamente ligada às emoções e aos comportamentos voltados para a autopreservação. Isso inclui sensações básicas como fome, sede, náusea, aceleração do coração, urgência para evacuar ou urinar, além de uma variedade de emoções intensas como medo, raiva, tristeza, estranheza e paranoias (MacLean, 1973).

A estimulação laboratorial em animais de partes da amígdala provocou movimentos faciais, mastigação, salivação e deglutição, seguidos, após alguns segundos, por ereção peniana e esses achados ajudam, também, a explicar a ereção observada em bebês humanos durante a amamentação (MacLean, 1973). Tais dados parecem corroborar a observação de Freud (2016) em seus *Três ensaios sobre a Teoria da Sexualidade* sobre a influência sexualmente excitante de certos efeitos dolorosos sentida por muitas pessoas.

Outra característica do sistema límbico é sua capacidade de integrar informações externas – como as olfativas, visuais, auditivas e táteis – com dados internos, tanto viscerais quanto somáticos, o que possibilita ao mamífero humano atribuir significado, reconhecer sinais e integrá-los na memória, permitindo-o expressar respostas personalizadas, fundamentais para a individualidade (Ferri; Cimini, 2024).

A aquisição da postura ereta e da visão estereoscópica tridimensional daí advinda proporcionou nos humanos um espessamento do *neocórtex*, que, diferentemente do córtex límbico, se especializou em receber e processar informações oriundas do ambiente externo. Essa orientação demonstra a capacidade do neocórtex de se adaptar rapidamente a mudanças, já que parece ter se desenvolvido justamente para gerar novas ideias e soluções (Ferri; Cimini, 2024; MacLean, 1973).

No ser humano, o neocórtex se torna a área responsável não apenas pela percepção do espaço e do tempo ou pela compreensão de conceitos como causa e efeito, mas também pelos processos cognitivos superiores, como o raciocínio lógico e as funções metacomunicativas, que, ao possibilitar a consciência, garantem a capacidade de integrar informações tanto do ambiente externo quanto interno. Neste movimento, o neocórtex suaviza, com o colorido afetivo dado pelo cérebro límbico, o impacto da frieza do Complexo-R, humanizando seu modo de operar ao fornecer uma base emocional para as decisões e interpretações, o que reforça o papel central da inter-relação entre corpo e mente nas atividades humanas. (Ferri; Cimini, 2024, 133)

Apesar da capacidade do neocórtex de processar rapidamente informações e de criar novas formas de lidar com o ritmo acelerado da vida contemporânea, os cérebros reptiliano e límbico, que permanecem como herança ancestral, operam de forma mais lenta, respeitando seus próprios relógios biológicos e mantendo um padrão de funcionamento sequencial e ritualístico que não pode ser facilmente acelerado. Isso cria uma dissonância, na qual o neocórtex muitas vezes consegue obter *insights* verbais e soluções cognitivas, mas não vê uma mudança efetiva nos padrões de funcionamento mais profundos, dominados pelos cérebros antigos (MacLean, 1973).

Para MacLean (1973), a evolução dos mamíferos mostra que, para garantir a sobrevivência de uma espécie em um nível mais primitivo, um cérebro de tamanho reduzido é o suficiente e os cérebros reptiliano e límbico provaram sua eficácia nos humanos ao sobreviverem a milhões de anos de evolução sem desaparecerem. Esse fato impõe um dos maiores desafios à humanidade: o controle da intolerância primitiva, que tem raízes profundas no cérebro reptiliano, e dos comportamentos emocionais ligados à autopreservação, incluindo demandas narcísicas como a necessidade de alimentação, proteção e agressividade.

Embora as barreiras linguísticas entre nações já representem um obstáculo considerável à resolução de conflitos, a verdadeira barreira está dentro de nós

mesmos, na dificuldade de comunicação entre o neocórtex e os cérebros reptiliano e límbico, já que eles não possuem mecanismos suficientes para traduzir seus impulsos em termos verbais (MacLean, 1973, p.43).

No contexto da VCA, esses três cérebros garantem a sobrevivência e as principais atividades cognitivas e emocionais, estando associados em maior ou menor graus aos níveis corporais relacionais e às fases do desenvolvimento psíquico. A interação entre eles é crucial e envolve uma dinâmica complexa de integração que busca atingir o equilíbrio necessário ao funcionamento pleno do ser humano (Ferri; Cimini, 2024).

3.2 PRINCIPAIS ÁREAS ENCEFÁLICAS ENVOLVIDAS NA DINÂMICA DAS EMOÇÕES

Como visto até aqui, o cérebro límbico é o principal responsável pelas sensações e vivências individuais, enquanto o neocórtex se encarrega daquilo que o indivíduo conhece e aprende. A vasta rede de conexões entre eles une o processamento racional ao emocional (Ferri; Cimini, 2024).

Se as sensações de prazer e dor são primitivamente percebidas pelo Complexo-R como absolutas e extremas, elas são moduladas e transformadas em uma vasta gama de sensações intermediárias pelo cérebro límbico. O neocórtex, por sua vez, torna essas sensações conscientes e as integra, devolvendo-as ainda mais potentes aos dois primeiros cérebros (Ferri; Cimini, 2024). As principais áreas encefálicas envolvidas na interligação dos três cérebros, segundo Ferri e Cimini (2024) são a amígdala, o *locus coeruleus*, o giro anterior do cíngulo, o córtex pré-frontal e o hipocampo, cujas funções fisiológicas e psicodinâmicas serão agora apresentadas.

A *amígdala*, núcleo em formato de amêndoa localizado nos dois hemisférios cerebrais, é parte integrante do sistema límbico e recebe informações de diversas origens sensoriais, incluindo o neocórtex, o hipocampo e o giro do cíngulo. Essa estrutura desempenha um papel importante na integração de estímulos sensoriais diversos e, de acordo com estudos, pode aprender a associar certos estímulos a experiências dolorosas, levando à formação de memórias de medo que são duradouras. Embora não seja o principal local de armazenamento da memória, a amígdala tem um papel crucial na formação de memórias ligadas a eventos

emocionais, reagindo, junto com o *locus coeruleus*, antes mesmo que o córtex pré-frontal processe essas informações (Bear; Connors; Paradiso, 2017; Purves *et al.*, 2018). Nas palavras de Ferri e Cimini (2024, p. 134), “pode-se dizer que a amígdala é a depositária dos medos de aniquilação e castração que chegam dos perigos do mundo externo”.

O *locus coeruleus*, situado no tronco encefálico, correspondente ao Complexo-R, é uma estrutura central na produção de noradrenalina no cérebro e está envolvido na regulação da atenção, do alerta, da memória, do aprendizado, da ansiedade, da dor, do humor e do metabolismo cerebral. Ele é ativado tanto por estímulos externos, via amígdala, quanto por estímulos internos, via giro anterior do cíngulo, e desempenha um papel essencial nas reações de medo diante de situações extremas (Bear; Connors; Paradiso, 2017; Ferri; Cimini, 2024).

O *giro anterior do cíngulo*, parte anterior do sistema límbico, é um nó fundamental de uma extensa rede que inclui o córtex frontal, hipocampo, amígdala, hipotálamo e tronco encefálico. Ele atua como um alarme silencioso, processando inconscientemente os perigos diários, e que dispara quando percebe uma ameaça ainda não revelada à consciência. Esta região parece registrar a angústia de separação e perdas afetivas como perigos internos, desempenhando um papel crucial na resposta a ameaças de exclusão ou abandono (Bear; Connors; Paradiso, 2017; Ferri; Cimini, 2024).

Enquanto a amígdala responde ao medo de situações externas ao indivíduo, o giro anterior do cíngulo parece registrar como ameaça interna a perda objetual afetiva, por mais que ela, em realidade, esteja ligada a um objeto externo. O medo, emoção expressa por ambos, ativa o *locus coeruleus*, centro do alarme vital, e dispara a produção de noradrenalina (Ferri. 2022).

O *córtex pré-frontal*, situado na parte anterior do lobo frontal, pertence ao neocórtex e envolve externamente o sistema límbico. Com diferentes subdivisões, ele organiza comportamentos complexos, as motivações cognitivo-emocionais e controla impulsos instintivos. Sua atividade é fundamental para processar emoções, planejar comportamentos futuros e tomar decisões, além de desempenhar um papel importante na avaliação de circunstâncias sociais e da ética (Bear; Connors; Paradiso, 2017; Ferri; Cimini, 2024). Segundo Ferri (2022), ele se desenvolve a partir da dominância piramidal sobre a musculatura estriada e do nascimento dos incisivos,

sendo indispensável na sustentação da posição ereta e no desenvolvimento da subjetividade.

Estudos de imagem cerebral indicam que o córtex pré-frontal está mais associado à tristeza, enquanto a raiva e a agressividade estão associadas a um aumento na atividade do giro anterior do cíngulo e da amígdala, para além do córtex pré-frontal. O fato de o córtex pré-frontal avaliar momento a momento as experiências sensoriais externas e internas pode explicar por que um mesmo estímulo pode provocar uma resposta de medo em uma pessoa e surtir pouco ou nenhum efeito emocional em outra (Purves *et al.*, 2018).

O *hipocampo*, localizado em ambos os hemisférios, é uma estrutura crucial do sistema límbico que se amadurece após o segundo ano de vida e desempenha um papel central na seleção e codificação de memórias explícitas. Ele se sobrepõe ao sistema da memória implícita, gerido pela amígdala, e permite o registro de lembranças acessíveis para a memória consciente, sendo fundamental na expressão da subjetividade (Ferri; Cimini, 2024).

De acordo com a hipótese defendida por Ferri e Cimini (2024) de que a nossa história pessoal imita a história evolutiva de nossa espécie, os teóricos sugerem que o Complexo-R desempenha um papel funcional predominante até o terceiro ou quarto mês de gestação, momento em que o reflexo de sucção se manifesta. A partir daí, há a predominância do cérebro límbico, que perpassa o parto, a fase orolabial, a fase muscular e a parte genital da primeira e da segunda fases gênito-oculares. Apenas após o desfecho do complexo de Édipo ocorre uma prevalência provisória do neocórtex, a qual se torna definitiva com o desenvolvimento da ocularidade pós-puberal (Ferri; Cimini, 2024).

A emoção, do ponto de vista filogenético, emerge logo no início da vida humana, precedendo o aparecimento da linguagem. Assim, entende-se que as fases mais determinantes na estruturação do caráter, com todas as impressões provenientes das relações objetais estabelecidas em cada uma delas, são inscritas corporal e psiquicamente na janela de tempo em que predomina o cérebro límbico, lugar então concebido como fundamental para as dinâmicas relacionais do indivíduo com o mundo ao seu redor e foco da VCA (Ferri; Cimini, 2024).

Como explicitado anteriormente, as relações objetais se concretizam através das aferências periféricas, que estão associadas aos sete níveis corporais relacionais. Estes, por sua vez, estão diretamente vinculados aos centros de processamento

cerebral e as impressões aí deixadas por meio de *como* essas relações foram experimentadas é que determinará como o cérebro mediará neuroquímica e expressará ontogeneticamente as emoções (Ferri, 2022).

Ferri e Cimini, apesar de não as ignorar, não tratam diretamente de outras duas áreas encefálicas essenciais na expressão física das emoções: o tálamo e o hipotálamo. Porém, dada sua relevância, traremos aqui uma breve descrição de ambas. As vias sensoriais responsáveis pela visão, audição e sensações somáticas fazem conexões sinápticas com os neurônios do tálamo antes de chegarem ao neocórtex. Por essa razão, o tálamo é frequentemente descrito como a porta de entrada para o córtex cerebral (Bear; Connors; Paradiso, 2017).

Já o hipotálamo mantém uma relação funcional mais próxima com algumas estruturas do sistema límbico, como a amígdala. Esse núcleo desempenha diversas funções fundamentais e é responsável por controlar o SNV ajustando as funções do corpo às necessidades do organismo. Por exemplo, em situações de ameaça, ele organiza a resposta corporal de luta ou fuga, aumentando a frequência cardíaca, redirecionando o fluxo sanguíneo para os músculos e até provocando o eriçamento dos pelos. Além de sua influência sobre o sistema visceral, o hipotálamo regula diversas respostas corporais por meio de suas conexões com a glândula hipófise, localizada na porção ventral do diencéfalo. Essa glândula interage com diferentes partes do organismo ao liberar hormônios diretamente na corrente sanguínea (Bear; Connors; Paradiso, 2017).

3.3 A NEUROQUÍMICA DAS EMOÇÕES

Os neurotransmissores mais relevantes no contexto neuropsicológico incluem a noradrenalina, a serotonina e a dopamina. Esses três compostos podem ser compreendidos por meio de associações práticas: a noradrenalina está relacionada ao estado de alerta e mobilização diante de estímulos, a serotonina está vinculada às interações afetivas e ao equilíbrio emocional, enquanto a dopamina se associa à ação, tanto no sentido de iniciativa quanto no de comportamento motivado (Ferri; Cimini, 2024). Em suma, a noradrenalina corresponde ao alerta, a serotonina à afetividade e a dopamina à ação, o que Ferri e Cimini (2011) chamam dos três A da emoção.

A noradrenalina, responsável por respostas rápidas e breves do organismo a estímulos sensoriais novos, é sintetizada principalmente pelos neurônios do *locus*

coeruleus, cuja atividade está diretamente relacionada ao nível de atenção e encontra-se quase totalmente silenciada durante o sono com movimentos oculares rápidos. Além de sua função central, a noradrenalina é utilizada por células dos gânglios simpáticos, onde age como principal transmissor no SNC, o que demonstra sua importância no controle das respostas vegetativas e no sistema de alerta (Purves *et al.*, 2018; Bear; Connors; Paradiso, 2017).

A dopamina, embora esteja presente em várias áreas do cérebro, se torna relevante em dois grupos de neurônios: os localizados na substância nigra e na área tegmental ventral. Essas células desempenham um papel essencial em mecanismos de recompensa e reforço comportamental, promovendo a atribuição de valor aos comportamentos. Seus axônios inervam regiões específicas do córtex frontal e do sistema límbico, o que sugere seu envolvimento tanto na coordenação motora quanto em processos emocionais. A administração de agonistas dopaminérgicos provoca aumento da atividade motora e de comportamentos repetitivos em animais de laboratório, reforçando sua função nas dinâmicas de ação e impulso (Bear; Connors; Paradiso, 2017; Purves *et al.*, 2018).

A serotonina, por sua vez, é um neurotransmissor derivado do aminoácido triptofano e está predominantemente localizada nos neurônios dos núcleos da rafe. Embora essas células sejam em número relativamente pequeno, elas desempenham um papel central no controle dos ritmos circadianos, na regulação do humor e na modulação de estados emocionais. Os principais antidepressivos, como a fluoxetina, inibem a recaptação da serotonina e são também utilizados para o tratamento da ansiedade e da esquizofrenia, sublinhando sua importância no equilíbrio neuropsíquico (Bear; Connors; Paradiso, 2017; Purves *et al.*, 2018).

Esses três neurotransmissores estão em um constante diálogo funcional entre si, de forma que a alteração nos níveis de um pode induzir respostas compensatórias nos outros dois. Por exemplo, em situações de perda de um objeto afetivo, o aumento dos níveis de noradrenalina e dopamina, que sinalizam o alarme e a ação, pode ser contrabalançado por um incremento de serotonina, que ameniza o medo da perda e atenua possíveis reações de raiva ou impulsividade (Ferri; Cimini, 2024).

Em outro cenário, a dopamina é o neurotransmissor que facilita a transição da dependência para a independência, simbolizando a capacidade do indivíduo de agir de forma autônoma e assertiva. Na insuficiência de serotonina, que promove a separação de forma afetiva e segura, o alarme noradrenérgico pode ser acionado e o

CADERNOS DE PSICOLOGIA, Juiz de Fora, v. 7, n. 12, p.250-276, jul./dez. 2025 – ISSN 2674-9483.

afastamento é tido como uma perda ameaçadora, a qual pode levar o organismo a experimentar o pânico (Ferri, 2022).

Compreender como as áreas cerebrais e os neurotransmissores modulam conjuntamente as respostas emocionais possibilita, de acordo com Ferri e Cimini (2024), a intervenção clínica em áreas centrais por meio do uso de ativações corporais periféricas adequadas aos temas psicodinâmicos vinculados aos níveis corporais relacionais. Para esses pesquisadores, a incorporação das ativações na psicoterapia faz com que, por meio de experimentações corporais, novas dinâmicas de interação entre o corpo e a mente sejam criadas, dando origem a padrões comportamentais mais saudáveis, profundos e duradouros.

4 AS ATIVAÇÕES CORPORAIS NA VCA CONTEMPORÂNEA

As palavras, é sabido, têm a capacidade de modificar as sinapses e o modo como elas são expressas intensifica ainda mais essas mudanças. A neurociência confirma, com evidências crescentes, que, de forma semelhante, as ativações corporais influenciam ainda mais profundamente as sinapses ao afetar o SNC por meio de aferências periféricas, estabelecendo uma comunicação bidirecional entre corpo e mente (Ferri; Cimini, 2024; Ferri, 2022).

No entanto, embora os dados neurocientíficos sejam cruciais, eles não esgotam a compreensão do processo terapêutico, que se enraíza nas vivências pessoais e na dinâmica entre as demandas implícitas do analisado, as ativações corporais adequadas e a contratransferência do analista (Ferri, 2022).

A VCA utiliza uma variedade de ativações corporais, ou *actings*, para restaurar a funcionalidade dos sete níveis corporais descritos por Reich. Esses *actings* não devem ser confundidos com exercícios mecânicos ou de ginástica; são ações dinâmicas e intencionais que envolvem a neuromuscularidade do paciente (Navarro, 1996). Grande parte dessas ativações consiste em movimentos filogenéticos que, ao serem realizados, fazem emergir no *setting* terapêutico a vivência histórica, ou ontogenética, das relações objetais, tornando-se um material valioso para a narrativa caracteroanalítica (Ferri, 2022).

Esses *actings* propõem a repetição dos movimentos filontogenéticos característicos de cada fase do desenvolvimento psicoafetivo e progridem sequencialmente pelos níveis corporais relacionados às fases evolutivas, sempre respeitando o tempo interno do analisando. Eles buscam, dessa forma, reproduzir as

relações objetais parciais outrora gravadas nesses níveis e, por meio dessa experiência, oferecer *insights* energéticos e psicodinâmicos cruciais para a criação de novos padrões de relacionamento objetal no momento presente. Em outras palavras, os *actings* atualizam a posição do indivíduo ao conectar o passado ao agora, o profundo à superfície e ao integrar a memória implícita à explícita, o inconsciente ao consciente (Ferri; Cimini, 2024).

Nas palavras de Ferri e Cimini (2024, p. 221), “eles criam novos canais sensoriais, desenham novos mapas cerebrais, liberando o tempo interno que havia sido sequestrado nos bloqueios corporais, informando, formando e reformando a mente. Eles aumentam a cognição e o sentir, resultando em uma maior inteligência da mente”. Nessa abordagem, ao priorizar o sentir em detrimento do compreender, respeita-se a organização evolutiva da pessoa, da aferência à consciência, promovendo uma marca incisiva no sentido da evolução e possibilitando a criação de novas formas de relacionamento com o objeto, as quais trazem novas experiências possíveis (Ferri, 2022).

Os *actings* não devem ser vistos de maneira parcial, como algo bom ou mau; trata-se de movimentos filontogenéticos que podem atuar em uma ampla gama de bloqueios energéticos, desde os hipotônicos até os hipertônicos. O objetivo final é restaurar o estado eutônico, equilibrando a balança entre os sistemas simpático e parassimpático, além de regular os principais neurotransmissores: noradrenalina, dopamina e serotonina (Ferri, 2022). Diferente de exercícios de ginástica, os *actings* visam a recuperação de funções neuropsicológicas relacionadas às emoções por meio de movimentos musculares simples, intencionais e ativos (Navarro, 1996).

Durante o processo, é importante que o paciente esteja deitado no divã, com as pernas dobradas e a sola dos pés firmemente apoiadas, uma posição herdada da tradição reichiana, que inclui o ângulo de 45° nas articulações coxofemoral e talocrural, para reduzir resistências e favorecer a consciência subjetiva (Ferri, 2022). Essa postura facilita o ingresso do corpo na psicanálise e vice-versa, promovendo uma corporeidade apoiada sobre o eixo da coluna vertebral, o que favorece a integração das sensações e a liberação de tensões musculares (Ferri, 2022). Quando o paciente respira profundamente nessa posição, seu corpo realiza movimentos que Reich associou ao reflexo do orgasmo, como a elevação gradual do tórax, abdômen e região pélvica, o relaxamento dos ombros e uma leve inclinação para trás da cabeça (Ferri, 2022; Raknes, 1988).

Durante a realização dos *actings*, é essencial que o paciente evite a verbalização, concentrando-se nas sensações corporais (Navarro, 1996). Somente após a conclusão da ativação é que o terapeuta convida o paciente a refletir sobre as sensações experimentadas, as associações mentais realizadas e sobre como o movimento realizado está relacionado à sua estrutura caracterial (Navarro, 1996). Esse enfoque dá primazia ao sentir sobre o pensar, com o tempo terapêutico seguindo um ritmo próprio, que muitas vezes exige paciência e repetição para consolidar novos esquemas de relacionamento com o mundo (Ferri, 2022).

Ferri (2022) prescreve uma duração mínima de 8 minutos e máxima de 15 minutos para a realização das ativações corporais. A variação no tempo de aplicação é análoga à dosagem de um fármaco, a qual deve respeitar os limites terapêuticos do organismo. A repetição de um mesmo *acting* pode se estender por pelo menos seis meses, tempo necessário para fixar novos padrões de relação com o outro e que Ferri (2022) associa ao período indicado na literatura para reparações e adaptações vindas de lutos ou perdas, período que também se equipara à fase orolabial do desenvolvimento, que vai do parto ao desmame.

Embora a literatura sugira esse intervalo de seis meses, o processo varia conforme a história individual, podendo ocorrer reparações mais rapidamente ou podendo estas se estender por anos. Um desbloqueio genuíno é percebido quando o indivíduo, que inicialmente sentia o *acting* como desagradável ou indiferente, começa a experimentá-lo como algo prazeroso. Essa sensação de prazer, quando mantida e prolongada ao longo do tempo, sinaliza uma mudança no traço de caráter e não apenas no estado momentâneo do paciente (Ferri, 2022; Navarro, 1996).

A leitura do *acting* abrange tanto uma dimensão analítica quanto uma terapêutica, cuja associação busca promover um equilíbrio que ajuda o indivíduo a se proteger e a se tornar menos rígido (Ferri, 2022). No âmbito terapêutico, Navarro (1996) indica que é fundamental respeitar rigorosamente os tempos e a frequência dos *actings*, uma vez que sua duração adequada é crucial para desencadear as abreações que levam ao *insight* psicodinâmico.

Já do ponto de vista analítico, uma anamnese cuidadosa dos sinais impressos pelas relações objetais nos níveis corporais de cada fase evolutiva, assim como nas áreas cerebrais a elas associadas, possibilita um diagnóstico alinhado dialogicamente entre o traço de caráter e a expressão dos neurotransmissores a ele vinculados. Essa abordagem é valiosa para desenvolver um projeto terapêutico apropriado, com

CADERNOS DE PSICOLOGIA, Juiz de Fora, v. 7, n. 12, p.250-276, jul./dez. 2025 – ISSN 2674-9483.

ativações corporais que visem reequilibrar os três A: alarme, afetividade e ação (Ferri; Cimini, 2024).

Embora os actings de vegetoterapia possam ser sempre utilizados, é essencial saber como prescrevê-los, focando, sobretudo, no *como*, no *quando* e no *onde* a experiência traumática se deu, de forma que possa ser identificado os padrões psicocorporais que o Si vem empregando para lidar com o trauma ao longo de sua história. Esses padrões são os que constituem a verdadeira narração expressiva ontogenética (Ferri, 2022).

Ao considerar a relação dos neurotransmissores com as ativações corporais, Ferri (2022) as compara à psicofarmacoterapia, embora em ordens de grandeza distintas, uma vez que uma adequada intervenção analítico-terapêutica é capaz de mobilizar neurotransmissores específicos a partir da periferia do corpo, alterando as sinapses centrais. Seus efeitos podem ser sentidos de maneira similar a um princípio ativo psicofarmacológico.

Em suma, a união das ativações corporais à Análise do Caráter promove uma maior adequação do projeto terapêutico às questões que estão sob o foco analítico ao percorrer a história evolutiva que guarda as marcas das relações objetais prevalentes em cada fase do desenvolvimento psíquico. Citando Ferri (2022, p. 118), esse movimento “permite que se estabeleça ou se reestabeleça um equilíbrio harmônico e funcional, uma liberação inteligente que acelera, por um lado, os tempos de cura e, por outro lado, aumenta a profundidade da intervenção da psicoterapia”.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Análise Reichiana Contemporânea, que compreende a Análise do Caráter e a Vegetoterapia Caracteroanalítica, se diferencia das demais terapias verbais ou gestuais por promover ab-reações emocionais, com seus elementos neurovegetativos e musculares, capazes de beneficiar o sujeito clinicamente. Tal feito é alcançado com a prática de ativações corporais específicas para os diferentes traços de caráter inscritos em cada um dos níveis corporais relacionais daquele ser e, ao considerar que os traços de caráter começam a ser inscritos na vida intrauterina, os conteúdos pré-verbais se tornam mais facilmente acessíveis.

A corporeidade, que já estava implícita na Análise do Caráter, ganha, com a VCA, uma capacidade ímpar de investigar os significados psíquicos gravados tanto nos níveis corporais relacionais periféricos como em seus correspondentes centrais

cerebrais. As ativações corporais revelam ao terapeuta e ao paciente como as relações foram experimentadas em cada fase evolutiva, nas quais há a predominância, embora não haja a exclusividade, de um conjunto de órgãos e músculos funcionalmente relacionados e capazes de exprimir as emoções. Sob este aspecto, é Ferri (2022) quem chama a atenção para o fato de que um movimento emocional complexo pode, portanto, envolver múltiplos níveis corporais relacionais de uma só pessoa.

Os *actings*, ao ativar os padrões de traço de caráter, oferecem ao psicólogo uma rica cena operativa que abre, para este profissional, percursos terapêuticos mais adequados clínica, ética, analítica e relacionalmente (Ferri, 2022). Contudo, é importante não perder de vista que a VCA não se limita a ser uma técnica de liberação emocional e, sim, se configura como um projeto terapêutico em que a consciência é levada a explorar espaços e tempos internos, a vivê-los na profundidade do lá e do então, para serem atualizadas com as aferências e vivências do aqui e do agora.

Esse projeto terapêutico, como se pôde depreender, deve ter um olhar analítico e clínico atentíssimo e seu objetivo é o de atingir estados energéticos onde o Eu-sujeito se torna mais inteligente, no sentido de compreender melhor o próprio Si, e pode substituir bloqueios psicoemocionais e corporais disfuncionais por uma harmonia natural e saudável, ou seja, por uma eutonia.

Segundo Ferri (2022), a pesquisa atual da Análise Reichiana Contemporânea caminha em direção ao uso associado de *actings* de uma mesma fase ou de diferentes fases ligadas a uma expressão emocional em específico para provocar uma ativação terapêutica mais adequada àquela pessoa. Em outras palavras, essa abordagem teórico-terapêutica busca levar sua prática à prescrição de *actings* complexos que, partindo dos *actings* básicos e combinando-os, consigam, de maneira personalizada e individualizada, atender às necessidades terapêuticas individuais do paciente.

Em suma, o caminho se dá do corpo para a mente, da concepção ao aqui-e-agora, da pré-subjetividade à subjetividade, respeitando a história biológica e biográfica da pessoa. Combinar as fases de desenvolvimento somatopsíquico aos traços de caráter inscritos nos níveis relacionais que, por sua vez, se comunicam com áreas cerebrais permitiu dar um corpo à mente e proporcionou o estabelecimento de um projeto analítico e terapêutico encarnado, corporificado, que restaura a alegria de viver por meio do contato humano autêntico. Conforme ensina Navarro (1996), somente com essa alegria é possível não se alienar de si mesmo e é Reich quem

deixa a todos este legado com suas célebres palavras: “O amor, o trabalho e o conhecimento são as fontes da nossa vida. Devem também governá-la” (Reich, 2012, p. 5).

REFERÊNCIAS

- BEAR, M. F.; CONNORS, B. W.; PARADISO, M. A. **Neurociências**: desvendando o sistema nervoso. 4 ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.
- DARWIN, C. **A expressão das emoções nos homens e nos animais**. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.
- FERRI, G. **O tempo no corpo**: ativações corporais em psicoterapia. Curitiba: Appris, 2022.
- FERRI, G.; CIMINI, G. **Caráter e psicopatologia**: a psicanálise no corpo e o corpo na psicanálise. 3. ed. Curitiba: Appris, 2024.
- FERRI, G.; CIMINI, G. **Psicopatologia e caráter**. São Paulo: Escuta, 2011.
- FREUD, S. **Obras completas**: volume 6. São Paulo: Companhia das Letras, 2016.
- FREUD, S. **Obras completas**: volume 14. São Paulo: Companhia das Letras, 2010.
- MACLEAN, P. **A triune concept of the brain and behaviour**. Toronto: University of Toronto Press, 1973.
- NAVARRO, F. **Metodologia da vegetoterapia caracterooanalítica**. São Paulo: Summus, 1996.
- PURVES, D. *et al.* **Neuroscience**. 6 ed. New York: Sinauer Associates, 2018.
- RAKNES, O. **Wilhelm Reich e a orgonomia**. São Paulo: Summus, 1988.
- REICH, W. **A função do orgasmo**. 19 ed. São Paulo: Brasiliense, 2012.
- REICH, W. **Análise do caráter**. 3 ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.
- SHARAF, M. **Fury on Earth**: a biography of Wilhelm Reich. New York: St. Martin's Press, 1983.
- WAGNER, C. M. **A transferência na clínica reichiana**. 2 ed. São Paulo: Summus, 2022.
- WAGNER, C. M. **Freud-Reich**: continuidade ou ruptura? São Paulo: Summus, 1996.