

NÃO USE A MEDICAÇÃO E NEM FAÇA DIETA PARA DOENÇAS *NO DRUGS AND NO DIET FOR DISEASES*

Kouzo Imamura *

É importante que os médicos e os doentes mudem os objetivos de suas ações para obterem a saúde. É comum os médicos receitarem medicamentos e dietas para seus pacientes para uma determinada doença e assim interrogarem, nos retornos de consultas, se os mesmos tomaram ou estão tomando medicações ou fizeram dietas recomendadas para suas doenças. Assim, também é comum os pacientes referirem que estão tomando remédios ou fazendo dietas para suas doenças. “Estou tomando remédio para pressão alta e diabete.” “Estou tomando remédio para a depressão.” “Estou fazendo dieta para pressão alta e diabete.”

Acredito que os objetivos de usar medicamentos ou fazer a dieta são para obter a saúde ou, pelo menos, reconquistar a saúde. Portanto, o uso de medicações ou fazer a dieta tem que ser para a saúde e não para a doença. Quaisquer atitudes realizadas para doenças servirão somente para manutenção das doenças e nunca atingiremos a saúde. Se nós desejamos a saúde, precisamos fazer tudo para a saúde. Portanto, os médicos, como guardiões da saúde e não curadores de doenças, os seus atos têm que objetivar a saúde. Médicos têm que ter a consciência de que os seus atos não curam as doenças e, sim, somente facilitam a cura, porque a cura é ato inerente do paciente ou de todos os seres vivos. Assim, os cortes se cicatrizam e as fraturas ósseas vão se consolidar, independentemente do ato médico. Os médicos, neste último caso, podem direcionar a consolidação na forma fisiológica através do uso de gesso ou de cirurgias.

Portanto, se nós médicos objetivamos a saúde e não a manutenção da doença, devemos orientar os pacientes devidamente. Jesus Cristo nos ensinou que a fé (sua crença) é que cura as anormalidades, e Buda, por sua vez, diz que o que você pensa, você é. Portanto, precisamos atentar à programação mental (pensamentos e crenças) que fazemos aos pacientes e a nós mesmos.

Assim, nós os médicos como orientadores da saúde, precisamos mudar nossas atitudes frente aos pacientes para que esses passem a acreditar na saúde, agir para a sua saúde, para manter a saúde e não manter a doença. Orientar os pacientes a afirmarem que está, por exemplo: “Estou tomando remédios e

fazendo dietas para manter a minha pressão arterial normal”, “Estou tomando medicações e dietas para manter a minha glicemia normal”. Se os pacientes conscientizarem que estão tomando medicações e dietas para a hipertensão ou para a diabete, jamais estas doenças melhorarão. Oxalá, quando os pacientes já reconquistarem a saúde, talvez esses não precisem mais das medicações.

Todos os atos impostos, cobrados e exigidos nos geram certo descontentamento e tensões porque sabemos que somos seres livres. Portanto, é importante que os médicos orientem os pacientes a assumirem estas orientações, livre e espontaneamente, desejando corrigir os erros que estão cometendo na vida e tomarem decisões para manter a saúde. É importante que o paciente saiba se afirmar que: “Estou tomando remédio ou fazendo dieta para me manter saudável”, “Não vou comer tais alimentações e eu opto para estas porque quero manter a saúde”. E jamais: “Estou tomando remédio ou fazendo dietas para doença” ou “Porque o médico mandou ou proibiu”.

Portanto, sendo os médicos os pilares da orientação sobre saúde e doença, necessitam modificar a programação mental sua e dos pacientes nas condutas, não só em referência à medicação e dietas, assim como para atividades físicas e comportamentais. Sentimentos e comportamentos (atitudes) são consequências de um pensamento. Portanto, não adianta modificar o sentimento, ou controlá-lo, assim como tomar atitudes ou mudar comportamentos sem mudar a causa básica, que é o pensamento. O valor positivo (o que lhe é agradável) e o negativo (o que lhe é desagradável) dependem da sua criação no pensamento. O pensamento é livre e o indivíduo pode pensar como quiser. Portanto, é importante que pense de uma forma positiva com valores que lhe sejam agradáveis. *Assim, a saúde começa no pensamento e, portanto, pense na saúde, e não na doença.*

Rev. Fac. Ciênc. Méd. Sorocaba, v. 14, n. 1, p. 43, 2012

* Professor do Depto. de Medicina - FCMS/PUC-SP

Recebido em 29/2/2012. Aceito para publicação em 29/2/2012.

Contato: kouzo@terra.com.br