

SARA ORTINS, ESTUDANTE

"Um testemunho para a Eva... Primeiro problema, como resumir a nossa relação terapeuta- utente?

Cheguei à Eva como a maioria das pessoas chegou... De "boca em boca"! Na minha pequena ilha Terceira, Açores, da qual sou oriunda, falaram-me de "uma fisioterapeuta vinda do continente muito boa, excelente profissional".

Eu que andava já há dois anos na fisioterapia a tentar resolver uma lesão no ombro direito que dali não passava, não evoluía, não progredia e muito menos estabilizava, ir à tão famosa terapeuta vinda do continente era uma luz ao fundo do túnel... Sem um único pingo de esperança, admito. Aquele ombro era intocável, para mim era preciso um milagre. No entanto, lá fui eu...

Uma nova abordagem me foi proposta: hidroterapia. Pensei eu: "Fiz natação de competição durante dez anos, foi numa piscina que "rebentei" o ombro, com isso fui obrigada a parar e deixar de fazer qualquer tipo de desporto, e agora é para dentro de uma que vou cura-lo?!". Logo no primeiro instante meu corpo sentiu-se diferente, mas um diferente bom! A Eva começou por todos os pontos do meu corpo, menos pelo ombro intocável, mas ao longo das sessões lá chegou quase sem eu dar por isso. Havia evolução! Foram alguns meses de sessões, mas o meu ombro estabilizou. Consegui voltar a escrever com a mão direita, destra como sou, e encher um simples copo de sumo com um jarro. Hoje contínuo estável. Sei controlar o meu ombro e como dar-lhe a volta quando ele quer ou tenta falhar, tudo com qualidade de vida.

Vim eu para o Continente estudar e pouco tempo depois a vida dela fê-la voltar para Lisboa, passei a tê-la à distância de um trajeto de carro em vez de uma chamada ou por avião. Voltei aos check-ups ao vivo em direto e a cores.

Ir a uma sessão é um tratamento, uma terapia, um bem-estar, um alívio de dores,... é um SPA terapêutico! Cada pessoa é única e ela adequa o tratamento a cada um, sentimos essa personalização e atenção. Olhando para trás já passei, primeiramente, por hidroterapia, depois exercícios em pé, sentada ou deitada numa marquesa. As pessoas são todas diferentes, não há uma receita igual para todas. Ouve as nossas queixas, acredita no que dizemos, no que sentimos, nas dores que temos e trata de acordo com a necessidade própria do nosso corpo. Sentimos esse cuidado especial connosco.

O corpo é uma estrutura, tal como eu e ela denominamos, e precisa estar em equilíbrio. Numa sessão descubro dores que nem sentia e eis que quando chegamos, sim chegamos porque é tudo feito em conjunto com a nossa colaboração e reação, ao foco da dor já desvaneceu e aliviou sem lá ter sequer tocado. Ela entende a mecânica do corpo como ninguém e olha o corpo como um todo! Eu não conheço ninguém que o faça... Como é possível mexer comigo e chegar à posição que adormeço e durmo? Como é possível descobrir que estive sentada durante horas em determinada posição de pernas cruzadas de certa forma? Não lhe contei, ela não sabia... Apenas foi o meu corpo que transmitiu e ela interpretou-o. Ainda hoje fico boca e aberta com o que ela "adivinha". Claro que não "adivinha", é saber!

Se hoje ainda vou à Eva? Vou! Simplesmente porque me faz sentir bem, trata os pequenos vícios do dia-a-dia e que vamos ganhando ao longo da vida maléficos para a nossa estrutura que é o corpo. Faz bem ao corpo e à mente, não deixa o corpo entrar em desequilíbrio.

Hoje fazendo as contas passaram dez anos desde do primeiro contacto com a Eva... Revivê-los e ver a evolução desde da estabilidade do ombro até hoje aos check-ups gerais dá que pensar... De luz ao fundo do túnel sem esperança, passou a realidade e acima de tudo qualidade de vida! Todos nós temos que dar atenção ao nosso corpo, se nós próprios não nos preocuparmos com ele quem se preocupará? Escrevi centenas de palavras e mesmo assim contínuo a achar indiscreto o que é uma sessão na Eva... Obrigado Eva!"