



PLUS COMMUNICATION CONSULTING S.R.L.

Sediul social: mun. Constanța, str. Soveja nr. 114, bl. DR33, sc. B, et. 3, ap 30, camera 2
C.U.I.: 32827058; R.C.: J13/331/21.02.2014

E-mail: office@pluscommunication.eu

Website: www.pluscommunication.eu

Facebook: www.facebook.com/pluscommunication.constanta

Telefon: 0725.465.508

18.12.2015

COMUNICAT DE PRESĂ

Un psiholog contestă moda paleo: “Un bărbat care se comportă ca un omul cavernelor în pat, poate trezi instinctele primare, nicidecum împlinirea femeii moderne”

Cu toate că tehnologia a avansat într-un deceniu cât într-o existență, iar oamenii păreau că se și adaptează la viteza ei de evoluție și chiar s-o veneraze, un mic declic i-a îndemnat pe mulți să se sucească la 180 de grade și să adopte stilul de trai al oamenilor din Paleolitic. Este vorba de moda paleo, foarte celebră printre cetățenii din S.U.A. și care s-a implementat nu doar la nivelul dietei alimentare, dar până și la nivelul vieții sexuale.

În opinia psihologului Maria Verdi, acest trend neobișnuit pentru contextul actual s-a propagat așa de repede în rândul populației, încât omul modern, chiar dacă este abundat de tehnologie și trăiește în epoca dezvoltării personale, se simte tot mai nefericit. Cu alte cuvinte, la nivel de mase largi de oameni apare un val de criză existențială, iar în spatele acestui context se află tot felul de specialiști care mai inventează “pilule magice” pentru a le hrăni nevoile bazale. “După cum putem observa, există foarte mulți așa-zisi specialiști în nutriție sau dezvoltare personală care studiază nu problemele reale ale oamenilor, ci nevoile lor cele mai de jos, și în fiecare an aruncă pe piață câte o dietă miraculoasă, care promite armonie corporală, satisfacție maximă etc. Nu cred că este un secret pentru nimeni că industria farmaceutică speculează poate cel mai cinic pseudo-nevoile oamenilor și investește miliarde de euro în curele de slăbire și în sexualitate. Rezultatele sunt însă îngrijorătoare: dezechilibre metabolice, efectul yo-yo, efeminizarea bărbatului și impotența prematură, frigiditatea, sterilitatea. De cealaltă parte, multe femei ajung anorexice, bulimice sau obeze. Și, totuși, oamenii nu învăță din propriile greșeli și continuă să fie manipulați”, declară psihologul psihoterapeut Maria Verdi, directorul Centrului ReCreation Life.

De ce nu este dieta paleo soluția?

Psihologul Maria Verdi, care este și specialist în nutriție, ne explică faptul că este nenatural pentru organismul omului modern, care a trecut peste sute de mii de ani de evoluție, să se întoarcă brusc la hrana oamenilor cavernelor. Mai mult, psihologul consideră că de multe ori, creșterea sau scăderea bruscă în greutate nu are legătură cu dieta pe care o adoptăm, ci trebuie să căutăm cauza psihologică din spatele acestor tulburări. “Obezitatea și, de cealaltă





PLUS COMMUNICATION CONSULTING S.R.L.

Sediul social: mun. Constanța, str. Soveja nr. 114, bl. DR33, sc. B, et. 3, ap 30, camera 2
C.U.I.: 32827058; R.C.: J13/331/21.02.2014

E-mail: office@pluscommunication.eu

Website: www.pluscommunication.eu

Facebook: www.facebook.com/pluscommunication.constanta

Telefon: 0725.465.508

parte, anorexia, sunt manifestări somatice. Acest lucru presupune că nu poți vindeca efectul dacă nu vindeci cauza, indiferent de dieta aplicată. În spatele multor kilograme sunt frustrări și tensiuni, traume, cu tot ce presupune palierul hrănire, relația parentală cu mama, relația cu femeia din viața obezului. Dietele nu rezolvă cauzele obezității. Mai mult, corpul uman are nevoie de carbohidrați, lipide, proteine, minerale și vitamine. Orice dietă care nu respectă necesarul zilnic, pe o perioadă lungă de timp, produce tulburări organice. Dacă ne hrănim precum oamenii cavernelor, uităm că pământul, hrana, aerul, apa nu mai au aceleași proprietăți, că totul este schimbat, că omul modern nu locuiește în peșteră. Este corect să ne hrănim sănătos, dar să rămânem pe o alimentație restrictivă este dăunător pentru organism. Orice dietă care slăbește foarte mult în timp scurt, biciuie organismul uman, produce dezechilibre metabolice”, afirmă psihologul Maria Verdi.

De ce este în vogă paleo-sexul și cine dorește o astfel de viață sexuală?

Bărbații care doresc practicarea sexului ca pe vremea Paleoliticului au o nevoie ascunsă de control, de a abuza, de a stabili teritoriul, de a avea relații multiple. În opinia specialistului, adepții acestui stil de viață au stima de sine scăzută, au fantezii neexprimate, nesatisfăcute și vor să scoată la lumină bărbăția care s-a pierdut. “Diminuarea testosteronului, efeminizarea bărbatului, ejacularea precoce, impotența nu se pot trata făcând sex ca un animal. Toate aceste tulburări se tratează prin vindecarea cauzelor. Masculinitatea se transmite partenerei prin atitudine, comportament, prin felul în care o protejează, o lasă să se manifeste ca femeie. A ne raporta la calitățile bărbatului ancestral este mult mai mult decât a trezi animalul din bărbat. Faptul că un bărbat miroase a transpirație, că este plin de păr, că se comportă exact ca un primitiv atunci când face sex, poate trezi instinctele primare, nicidecum împlinirea femeii moderne. Nevoile de bază ale ființei umane sunt aceleași de la facerea lumii. Creierul funcționează ca acum 2000 de ani. Centrul nervos al sașietății, setei, siguranței, sexualității, toate se găsesc în creier. Reîntoarcerea la valorile primordiale, la resursele interne nu presupune a face sex și a ne hrăni ca în paleolitic. Fiți atenți la nevoile voastre, fiți blânzi cu voi! Fiți atenți la corpul, sufletul, mintea voastră! Instinctul animalic îl au toate viețuitoarele. Omul este corp, minte, suflet, spirit”, conchide psihologul psihoterapeut Maria Verdi, directorul Centrului ReCreation Life.

Persoană de contact

Maria Verdi

Psiholog-psihoterapeut integrativ

Directorul Centrului ReCreation Life

0726.310.094

www.recreezaviata.ro

Transmite,

Dr. Tănase Taseșe

Director General

Plus Communication

0725.465.508

