

SAÚDE FÍSICA (AUTOCONSCIENCIOMETROLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *saúde física* é a condição natural, estado de equilíbrio dinâmico ou a qualidade entre o organismo biológico e o holopensene da pessoa com boa disposição e completo bem-estar ou com ausência de doença dos órgãos, sistemas anatômicos e fisiológicos do corpo humano.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O termo *saúde* vem do idioma Latim, *salus*, “salvação; conservação (da vida); afastamento do perigo; vida”. Apareceu no Século XIII. O vocábulo *físico* procede do mesmo idioma Latim, *physicus*, e este do idioma Grego, *physikós*, “relativo à Natureza ou ao estudo da mesma”. Surgiu também no Século XIII.

Sinonimologia: 01. Saúde somática. 02. Saúde biológica. 03. Saúde orgânica. 04. Saúde corporal. 05. Ausência de doença orgânica. 06. Bem-estar físico. 07. Pujança corporal. 08. Vigor somático. 09. Homeostase bioquímica; homeostase orgânica; homeostase somática. 10. Estado de saúde.

Neologia. As duas expressões compostas *saúde física básica* e *saúde física avançada* são neologismos técnicos da Autoconscienciometrologia.

Antonimologia: 01. Doença física. 02. Doença somática. 03. Enfermidade orgânica. 04. Distúrbio físico; distúrbio somático. 05. Debilidade física. 06. Debilidade somática. 07. Saúde emocional. 08. Saúde intelectual. 09. Saúde mental. 10. Saúde parapsíquica.

Estrangeirismologia: o *checkup* ou exame de saúde periódico.

Atributologia: domínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto ao emprego do corpo humano.

Megapensologia. Eis 1 megapensene trivocabular sintetizando o tema: – *Saúde exige higiene*.

II. Fatuística

Pensologia: o holopensene pessoal da saúde; os ortopenses; a ortopensenedade; os nexopenses; a nexopensenedade; os neopenses; a neopensenedade; os lucidopenses; a lucidopensenedade; os evolucipenses; a evolucipensenedade; os prioropenses; a prioropensenedade.

Fatologia: a saúde física; a saúde corporal; a saúde orgânica; a manutenção da saúde física; a educação em saúde; a saúde familiar; a saúde ecológica; a pirâmide da saúde física; o repouso; a atividade muscular; a atividade aeróbica; o sono; a consciência do consumo de alimentos e bebidas; os alongamentos; as abordagens biológicas e ecossociais dos fenômenos da saúde e da doença; a ausência de doenças hereditárias graves; a saúde física na adolescência; a saúde física após a aposentadoria; a saúde física na terceira idade; o combate à vida sedentária; a educação pessoal das atividades físicas; a promoção da saúde; a saúde como recurso ou investimento; a relevância da esteira aeróbica; o valor da dieta alimentar bem balanceada; o equilíbrio da saúde orgânica; a defesa da saúde; a Higiene Consciencial; a obesidade minando a saúde orgânica; a robustez física; a psicomotricidade pessoal; a musculatura da pessoa; o atestado de saúde; o atestado de sanidade; o seguro de saúde; os planos de saúde; os serviços de saúde; as unidades de saúde; o centro de saúde; a casa de saúde; a saúde pública; a Secretaria Municipal de Saúde; o Ministério da Saúde; a *Organização Mundial da Saúde* (OMS).

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a sinalética energética e parapsíquica pessoal.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo mens sana in corpore sanus*.

Principiologia: o *princípio da longevidade humana*.

Codigologia: o *código pessoal de Cosmoética (CPC)*.

Tecnologia: as *técnicas dos exercícios físicos mantenedores da saúde*.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da Somatologia*.

Colegiologia: o *Colégio Invisível dos Somatologistas*.

Efeitologia: os *efeitos da saúde física sobre a vida intelectual*.

Ciclogia: o *ciclo vida intrafísica–vida extrafísica; o ciclo dos checkups periódicos*.

Binomiologia: o *binômio homeostático saúde-energia; o binômio (contraponto) saúde (ausência de doença)–doença (ausência de saúde)*.

Interaciologia: a *interação consciência-soma; a interação exercícios físicos–exercícios intelectuais*.

Crescendologia: o *crescendo exercícios físicos–exercícios intelectuais*.

Trinomiologia: o *trinômio acolhimento-orientação-encaminhamento*.

Antagonismologia: o *antagonismo normalidade / anormalidade; o antagonismo vida / morte*.

Paradoxologia: o *paradoxo da consciência permanente–soma transitório*.

Politicologia: a *política da saúde; a democracia*.

Legislogia: a *lei da sobrevivência humana*.

Filiologia: a *somatofilia; a conscienciofilia*.

Mitologia: os *mitos sobre as doenças em função dos idiotismos culturais*.

Holotecologia: a *conscienciometroteca*.

Interdisciplinologia: a *Autoconscienciometrologia; a Autodiscernimentologia; a Auto-cogniciologia; a Autocriteriologia; a Autodesassediologia; a Autodeterminologia; a Autoprioriologia; a Somatologia; a Cerebelologia; a Cerebrologia*.

IV. Perfilologia

Elencologia: a *consciênçula; a consréu ressomada; a conscin baratrosférica; a conscin eletrônica; a conscin lúcida; a isca humana inconsciente; a isca humana lúcida; o ser desperto; o ser interassistencial; a conscin enciclopedista*.

Masculinologia: o *acoplamentista; o agente retrocognitor; o amparador intrafísico; o atacadista consciencial; o autodecisor; o intermissivista; o cognopolita; o compassageiro evolutivo; o completista; o comunicólogo; o conscienciólogo; o conscienciômetra; o consciencioterapeuta; o macrossômata; o conviviólogo; o duplista; o duplólogo; o proexista; o proexólogo; o reeducador; o epicon lúcido; o escritor; o evoluciente; o exemplarista; o intelectual; o reciclante existencial; o inversor existencial; o maxidissidente ideológico; o tenepessista; o ofiexista; o parapercepciólogista; o pesquisador; o pré-serenão vulgar; o projetor consciente; o sistemata; o tertuliano; o verbetólogo; o voluntário; o tocador de obra; o homem de ação*.

Femininologia: a *acoplamentista; a agente retrocognitora; a amparadora intrafísica; a atacadista consciencial; a autodecisora; a intermissivista; a cognopolita; a compassageira evolutiva; a completista; a comunicóloga; a consciencióloga; a conscienciômetra; a consciencioterapeuta; a macrossômata; a convivióloga; a duplista; a duplóloga; a proexista; a proexóloga; a reeducadora; a epicon lúcida; a escritora; a evoluciente; a exemplarista; a intelectual; a reciclante existencial; a inversora existencial; a maxidissidente ideológica; a tenepessista; a ofiexista; a parapercepciólogista; a pesquisadora; a pré-serenona vulgar; a projetora consciente; a sistemata; a tertuliana; a verbetóloga; a voluntária; a tocadora de obra; a mulher de ação*.

Hominologia: o *Homo sapiens somaticus*; o *Homo sapiens sanus*; o *Homo sapiens prioritarius*; o *Homo sapiens autolucidus*; o *Homo sapiens autoperquisitor*; o *Homo sapiens recyclans*; o *Homo sapiens attentus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: saúde física *básica* = a da pessoa natural e fisicamente sadia; saúde física *avançada* = a da pessoa atenta à manutenção da saúde orgânica com avaliações e exames periódicos, independentemente da idade física.

Culturologia: a *cultura da saúde consciencial*; a *cultura da saúde física*.

VI. Acabativa

Remissologia. Pelos critérios da *Mentalsomatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 12 verbetes da *Enciclopédia da Conscienciologia*, e respectivas especialidades e temas centrais, evidenciando relação estreita com a saúde física, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Antissomática:** Somatologia; Nosográfico.
02. **Continuismo consciencial:** Evoluciologia; Homeostático.
03. **Envelhecimento:** Somatologia; Neutro.
04. **Hermenêutica da Evoluciologia:** Evoluciologia; Homeostático.
05. **Meta existencial final:** Proexologia; Homeostático.
06. **Proexograma:** Proexologia; Homeostático.
07. **Saúde emocional:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.
08. **Saúde intelectual:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.
09. **Saúde mental:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.
10. **Saúde parapsíquica:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.
11. **Soma:** Somatologia; Neutro.
12. **Técnica da sesta:** Somatologia; Homeostático.

A SAÚDE FÍSICA RAZOÁVEL FUNDAMENTA O DESENVOLVIMENTO REGULAR E A CONSECUÇÃO DA PROGRAMAÇÃO EXISTENCIAL DA CONSCIN. SEM A AUTOVALIDEZ TORNA-SE IMPRATICÁVEL A CONQUISTA DO COMPLÉXIS.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, cuida razoavelmente da saúde física? Você mantém exercícios físicos regulares? Tem e usa a esteira aeróbica?