

AUTOCONTROLE SOMÁTICO (SOMATOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. O *autocontrole somático* é o ato, capacidade ou habilidade de a conscin, homem ou mulher, controlar os movimentos aleatórios, ansiosos, bruscos, deslocados, dispersos, repetitivos e desnecessários, mantendo o soma calmo, quieto, preparado para receber, movimentar e exteriorizar as bioenergias, em prol da homeostase holossomática e predomínio mentalsomático.

Tematologia. Tema central neutro.

Etimologia. O elemento de composição *auto* vem do idioma Grego, *autós*, “eu mesmo; por si próprio”. O vocábulo *controle* deriva do idioma Francês, *contrôle*, “lista; rol; registro em duplicata; verificar; controlar”. Surgiu em 1922. A palavra *somática* procede também do idioma Francês, *somatique*, e esta do idioma Grego, *somatikós*, “do corpo; material; corporal”. Apareceu no Século XIX.

Sinonimologia: 1. Autodomínio psicomotriz. 2. Conduta motora ajustada. 3. Autocomando eficaz da corporeidade. 4. Comedimento da ação motora. 5. Autocontenção dos movimentos excessivos do soma. 6. Equilibração somática adequada. 7. Acalmia ínsita do soma. 8. Harmonia da psicomotricidade.

Neologia. As 3 expressões compostas *autocontrole somático*, *autocontrole somático mínimo* e *autocontrole somático máximo* são neologismos técnicos da Somatologia.

Antonimologia: 1. Ausência de autodomínio somático. 2. Descontrole da atitude corporal. 3. Desequilíbrio do soma. 4. Inquietação postural. 5. Instabilidade psicomotora. 6. Oscilação do movimento corporal. 7. Desarmonia da psicomotricidade. 8. Ausência de comando psicomotor.

Estrangeirismologia: o *upgrade* da automanifestação intrafísica; a *neoperformance* psicomotora; a racionalização aplicada à automanifestação *urbi et orbi*; o *modus operandi* equilibrado; o *modus vivendi* harmonizado; a *calmness of mind*; o *checklist* da saúde; o *fitness* holossomático; a *mens sana in corpore sano*.

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à maturescência das automanifestações psicomotoras.

Megapensologia. Eis 4 megapensenes trivocabulares relativos ao tema: – *Reajustemos a psicomotricidade. Movimento desnecessário dispersa. Evitemos movimentos impulsivos. Apaziguemos o soma.*

Ortopensatologia. Eis 4 ortopensatas, citadas em ordem alfabética e classificadas em 3 subtítulos:

1. “**Autocontrole.** O autocontrole da conscin começa pelo domínio, sem excessos, do emprego da **comida** e da **bebida**”. “O controle máximo de si mesmo começa sempre pela autopenalidade linear de alta **reflexão**”.

2. “**Soma.** Se você é conscin, o **corpo humano** é o primeiro instrumento que você precisa cuidar porque é o mais frágil”.

3. “**Somatologia.** O seu corpo humano atua de acordo com o holopensene. No *Tertulium* os seus **2 hemisférios** cerebrais mandam. No campo de futebol os seus **2 pés** mandam. Na água da piscina os seus **2 braços** mandam”.

II. Fatuística

Pensologia: o holopensene pessoal da saúde; o holopensene pessoal da harmonia psicomotora; a necessidade de predominância do *pen* no processo da reeducação psicomotora; a autopenalização equilibrada; a retilinearidade da autopenalização; a acalmia holopensênica; os harmonopensenes; a harmonopensenedade; os ortopensenes; a ortopensenedade com foco na eficácia do soma; o holopensene favorável ao autodomínio holossomático.

Fatologia: o autocontrole somático; as automimeses psicomotoras deslocadas dispensáveis; o destrambelhamento psicomotor antiproexológico; a impulsividade; a pressa; a impaciência rítmica; o descuido; o sedentarismo; a reação psicomotora exagerada; o *workaholism*; o hedonismo; os transtornos criados pela afobação; os acidentes de percurso; a imprudência gerada pela irreflexão; o subcérebro abdominal inibindo o mentalsoma; a predisposição à atuação predominantemente emocional; as recins somáticas; o ato de *abrir mão* dos movimentos de vaidade, exibicionismo e orgulho; o cuidado com a ergonomia nas atividades diárias; o *checkup*; a hidratação adequada; o exercício otimizando a disposição física; os alongamentos protegendo o sistema muscular e articular; o relaxamento psicofisiológico; a acalmia mental; a libertação dos anseios e expectativas; a autorganização necessária para não fazer as coisas com pressa; o fato de o pensamento ter influência no organismo; a importância do pensamento positivo; a higiene mental; o nível de harmonia íntima revelado pelo movimento somático; a busca pela eurritmia na expressão somática; a cadência sendo o ritmo próprio; a inteligência corporal-cinestésica; o rastreo do automatismo psicomotriz pessoal; a superação de movimentos incoerentes, deslocados e desnecessários durante trabalho energético; a autexpressão eficaz através do movimento; a gestualidade na medida certa; a ortomotricidade; a fala fluente, sem caretas, evidenciando o autodomínio da comunicabilidade oral; a sincronização eficaz dos ritmos mentais, verbais e corporais; a grafomotricidade; o capricho na redação de qualquer texto manuscrito; a caligrafia harmônica; a homeostasia orgânica; a euortesia; o ato de cuidar-se primeiro para realizar boa assistência depois; o autocuidado somático qualificando o tenepessista; a atividade física auxiliando a oxigenação dos órgãos e potencializando o trabalho mental; a priorização do movimento evolutivo; o mentalsoma predominando sobre os demais veículos de manifestação; o ato de conquistar e manter o equilíbrio holossomático em função do autodesempenho proexológico.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; o alerta extrafísico à reação exagerada; o autocontrole das reações psicossomáticas na projetabilidade lúcida (PL); a postura exemplar do psicossoma em qualquer dimensão; a assimilação energética simpática (assim) favorecendo o aprendizado psicomotriz; as assimilações simpáticas reequilibrantes; a compreensão vivenciada do descompasso emocional restringidor à autocognição projetiva; o movimento cosmoético exemplar do amparo extrafísico; a parapercepção da conduta extrafísica de imperturbabilidade; a percepção clarividente de equipex técnica em organização promovendo neossinapses; a força de consciexes cosmoéticas melhorando consciências e ambientes; a atividade física diária contribuindo para sustentação energética na tenepes; a atenção somática reverberando na paraatenção parapsíquica interassistencial; o equilíbrio íntimo otimizando a lembrança das vivências extrafísicas; o convite extrafísico à autorreflexão impactante; o movimento sutil e diplomático dos amparadores extrafísicos nas abordagens e intervenções interassistenciais; o equilíbrio íntimo melhorando a interassistência por meio da projetabilidade lúcida; a superação da indisciplina somática interferindo na disciplina projetiva lúcida; o predomínio do coronochakra sobre o umbilicochakra; a automanifestação mais equilibrada reverberando na psicofera; o auto e heterodesassédios alavancando reequilíbrios; a movimentação básica das energias conscienciais (ECs); o autodiagnóstico energossomático advindo da mobilização energética diária; a atenção às parassincronicidades; as autopredisposições psicomotoras paragenéticas; o movimento consciente e inconsciente das iscagens interconscienciais; a autoconfiança parapsíquica fortalecendo atitudes homeostáticas; a harmonia holossomática enquanto sustentáculo das manifestações assistenciais multidimensionais.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo psiquismo-motricidade*; o *sinergismo autexpressão psicomotora madura-autexpressão psicomotora harmônica*; o *sinergismo postura ereta-porte atlético*; o *sinergismo soma tonificado-soltura holochacral*; o *sinergismo exercício físico-desbloqueio energossomático*; o *sinergismo reeducação alimentar-prática de atividades físicas moderadas*; o *sinergismo autorresponsabilidade somática-autorresponsabilidade proexológica*.

Principiologia: o princípio filosófico “conhece-te a ti mesmo”; o princípio da adaptabilidade; o princípio da supremacia de manifestação do veículo mais evoluído da consciência, o mentalsoma; o princípio da utilidade somática.

Codigologia: o código pessoal de Cosmoética (CPC) orientando as manifestações psicomotoras.

Teoriologia: a teoria da ação motriz; a teoria da qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde (OMS); a teoria da evolução pessoal por meio dos autesforços; a teoria da autororganização; a teoria do holossoma.

Tecnologia: a técnica da autorreflexão de 5 horas; a técnica da rotina útil; a técnica do detalhismo aplicada à autopercepção corporal; a técnica da autorrelaxação psicofisiológica; a técnica da autochecagem holossomática; as técnicas dos exercícios físicos mantenedores da saúde.

Voluntariologia: o exemplarismo do voluntário da Conscienciologia enquanto praticante de atividade física moderada; o voluntário consciente da importância da saúde holossomática.

Laboratoriologia: o laboratório conscienciológico da imobilidade física vígil (IFV).

Colegiologia: o Colégio Invisível da Somatologia; o Colégio Invisível da Pensenologia; o Colégio Invisível da Reeducação; o Colégio Invisível da Interassistenciologia; o Colégio Invisível da Recexologia; o Colégio Invisível da Cosmoeticologia.

Efeitologia: os efeitos sádios dos exercícios físicos saudáveis no dinamismo intelectual; o efeito da oxigenação cerebral otimizando a saúde pensênica; os efeitos somáticos da intoxicação energética; o efeito desintoxicador das atividades físicas através do esforço físico e da sudorese; os efeitos das emoções na postura corporal; os efeitos do controle muscular refinado e das habilidades cognitivas na expressividade facial; o efeito da intencionalidade na gesticulação pessoal; os efeitos danosos dos traumas no soma; os efeitos positivos da gestão responsável da própria saúde.

Neossinapsologia: as neossinapses adquiridas durante as fases do desenvolvimento psicomotor; a desativação das sinapses ultrapassadas; as neossinapses necessárias aos novos hábitos somáticos sádios.

Ciclogia: o ciclo atitude-consequência; o ciclo da remoção de travões.

Enumerologia: o autocontrole tônico-emocional do movimento; a autocrítica quanto ao movimento; a autorracionalidade do movimento; o autodiscernimento sobre o movimento; a autorressignificação do movimento; a autossutiliza do movimento; a autevolução do movimento.

Binomiologia: o binômio corpo-mente; o binômio atividade física–reeducação alimentar; o binômio instintividade-mentalsomaticidade; o binômio autolucidez somática–autolucidez psicomotora; o binômio harmonia corporal–movimentos conscientes; o binômio expressão facial–linguagem corporal; o binômio fala-gesto; o binômio movimento deslocado–instabilidade pensênica.

Interaciologia: a interação cérebro-paracérebro; a interação trabalho mentalsomático–atividade física; a interação gestos–postura–movimentos corporais–fala; a interação técnica da imobilidade física vígil–organização mental; a interação soma–racionalidade psicomotora.

Crescendologia: o crescendo autocontrole somático–avanço mentalsomático; o crescendo autodomínio físico–autodomínio holossomático; o princípio fundamental da acuidade nas prioridades saúde somática–saúde holossomática–saúde consciencial; o crescendo da anatomia na saúde física a partir da inteligência evolutiva (IE).

Trinomiologia: o trinômio ansiedade-afobação-irreflexão; o trinômio desorganização-desatenção-negligência; o trinômio vontade-intenção-autorganização; o trinômio movimento deslocado–reeducação psicomotora–aquietação somática.

Polinomiologia: o polinômio homeostático soma saudável–energossoma doador–psicossoma equilibrado–mentalsoma produtivo; o polinômio saúde física–saúde emocional–saúde mental–saúde intelectual–saúde parapsíquica; o autodomínio na vivência do polinômio estado afetivo–reação somática–autocognição–expressão facial–reação emocional–comportamento.

Antagonismologia: o *antagonismo fatura cinestésica / escassez autorreflexiva*; o *antagonismo reflexão / irreflexão*; o *antagonismo excesso de movimento / falta de comedimento*; o *antagonismo hiperacuidade cinestésica / descuido somático*; o *antagonismo gesto esclarecedor / gesto assediador*; o *antagonismo ansiedade egocêntrica / serenidade altruísta*; o *antagonismo instinto / autodiscernimento*.

Paradoxologia: o *paradoxo da expressão facial incoerente com o diagnóstico energético detectado*.

Politicologia: a democracia; a cosmoeticocracia; a evolucionocracia.

Legislogia: a *lei do maior esforço mentalsomático*.

Filiologia: a *somatofilia*; a *holossomatofilia*; a *autocriticofilia*; a *cogniciofilia*; a *harmnofilia*; a *discernimentofilia*; a *mentalsomatofilia*; a *reexofilia*; a *evoluciofilia*.

Fobiologia: a *cinesiofobia*; a *agliofobia*.

Sindromologia: o *combate à síndrome da vontade débil*; o *esforço para a superação da síndrome da dispersão consciencial*; o *domínio da síndrome do ansiosismo*.

Maniologia: a *superção da mania do videotismo desencadeando problemas e vícios posturais*; a *erradicação das manias alimentares monopolizadoras da consciência*.

Mitologia: o *mito da saúde sem cuidados*; o *mito da inspiração sem transpiração*; o *mito da autevolução sem autêsforço*.

Holotecologia: a *somatoteca*; a *energoteca*; a *pensoteca*; a *parapsicoteca*; a *autocriticoteca*; a *mentalsomatoteca*; a *cosmoeticoteca*; a *evolucioteca*.

Interdisciplinologia: a *Somatologia*; a *Holossomatologia*; a *Psicomotricidade*; a *Auto-percepciologia*; a *Reeducaciologia*; *Mentalsomatologia*; a *Autodiscernimentologia*; a *Controlologia*; a *Holomaturologia*; a *Autoproexologia*.

IV. Perfilologia

Elencologia: a *conscin autoconsciente*; a *conscin lúcida*; a *isca humana lúcida*; a *conscin pré-serenona*; a *conscin cerebelar*; a *personalidade psicomotriz*; a *conscin equilibrada*; a *conscin antidispersiva*; a *conscin atilada*; a *conscin autorreflexiva*; a *consciência reeducada*; o *ser interassistencial*; a *conscin ectoplasta*; a *conscin madura*; a *conscin enciclopedista*; o *ser desperto*.

Masculinologia: o *acoplamentista*; o *agente retrocognitor*; o *amparador intráfísico*; 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 *ofixista*; o *parapercepciologista*; o *pesquisador*; o *projedor consciente*; o *sistemata*; o *tertuliano*; o *teletertuliano*; o *verbetógrafo*; o *verbetólogo*; o *voluntário*; o *tocador de obra*; o *homem de ação*.

Femininologia: a *acoplamentista*; a *agente retrocognitora*; a *amparadora intráfísica*; 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 *ofixista*; a *parapercepciologista*; a *pesquisadora*; a *projedora consciente*; a *sistemata*; a *tertuliana*; a *teletertuliana*; a *verbetógrafa*; a *verbetóloga*; a *voluntária*; a *tocadora de obra*; a *mulher de ação*.

Hominologia: o *Homo sapiens somaticus*; o *Homo sapiens autorganisatus*; o *Homo sapiens aequilibratus*; o *Homo sapiens harmonicus*; o *Homo sapiens autolucidus*; o *Homo sapiens rationabilis*; o *Homo sapiens prioritarius*; o *Homo sapiens cosmoethicus*; o *Homo sapiens assis-*

tens; o *Homo sapiens homeostaticus*; o *Homo sapiens despertus*; o *Homo sapiens evolutiologus*; o *Homo sapiens serenissimus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: autocontrole somático *mínimo* = a contenção eventual dos movimentos exagerados, inadequados e desnecessários do soma na intrafísica; autocontrole somático *máximo* = a superação da psicomotricidade instintual, possibilitando a homeostase holossomática e avanço autevolutivo.

Culturologia: a *cultura da saúde*; a *cultura da atividade física*; a *cultura da reeducação psicomotora*; a *cultura da autopsicomotricidade produtiva*; a *cultura da Somatologia Lúcida*; a *cultura homeostática da eutimia*.

Automatismo. Quando a conscin não toma a decisão de evitar o movimento supérfluo, a ação acaba tornando-se hábito, parecendo natural, mesmo sendo oposta à razão ou à necessidade somática. O movimento voluntário é realizado a partir da tomada de decisão lúcida.

Autocrítica. Em geral, superestima-se os hábitos, persistindo na ação irrefletida do movimento corporal desnecessário, até a autocrítica ou a habilidade para discernir e superar o automatismo.

Autolucidez. Há muitos movimentos inconscientes aos quais convém a máxima atenção, a fim de se conduzir lucidamente as próprias manifestações somáticas.

Autoconsciência. A consecução bem controlada de movimentos autoconscientes, disciplinados, coordenados, sutis e imperceptíveis prepara a conscin para a autoconsciência corporal, facilitando a integração e a homeostase dos veículos de manifestação, com predomínio do mental-soma à dinâmica autevolutive.

Variáveis. Sob a ótica da *Autolucidologia*, eis, por exemplo, 18 variáveis, na ordem alfabética, relacionadas à atuação da conscin, a fim de aumentar a visão de conjunto sobre os fatores intervenientes no autocontrole das manifestações somáticas psicomotoras:

01. **Autoatenção:** a sustentação da autoatenção aos movimentos do corpo físico.
02. **Autocognição:** a tranquilização do soma favorecendo o processo mentalsomático e propiciando mais autocognição e maturação da intelectualidade.
03. **Autocontrole:** a manutenção do autocontrole somático durante as manobras energéticas.
04. **Autocorreção:** a aplicação da autocorreção nas atitudes corporais viciadas.
05. **Autodiscernimento:** a condição insubstituível de a conscin dominar o cerebelo, o sistema nervoso autônomo e a psicomotricidade, assentando o domínio das ações psicomotoras impulsivas.
06. **Autodisciplinamento:** o desenvolvimento do autodisciplinamento das tendências instintivas, predominando a mentalsomaticidade.
07. **Autolucidez:** a evitação dos movimentos deslocados e desnecessários, por meio da autolucidez somática.
08. **Automaturescência:** a evitação do emocionalismo, favorecendo a automaturescência consciencial no ato motor.
09. **Automentalsomaticidade:** a atuação mentalsomática eliminando as reações instintuais.
10. **Autoperspicácia psicomotora:** a percepção e identificação de maneira racional e teática das manifestações somáticas e dos mínimos movimentos psicomotores.
11. **Autopriorização:** a manutenção da autopriorização da lucidez psicomotriz.
12. **Autorganização:** a organização do movimento corporal integrado ao holossoma, otimizando a dinâmica evolutiva.

13. **Autorracionalidade:** a exercitação da autorracionalidade modulando as manifestações psicomotoras, contribuindo à dinamização autevolutive da consciência.

14. **Autorreadaptação:** a efetivação da autorreadaptação da conscin à atividade mental antecedendo a elaboração do movimento.

15. **Autorrecin:** a ação de controlar o movimento corporal imperceptível manifestando a autorrecin psicomotora.

16. **Autorreeducação:** a autorreeducação do ato motor pelo pensamento representando a educação do pensamento através do próprio ato.

17. **Autorreestruturação:** a melhoria das estruturas psíquicas responsáveis pela transmissão, consecução e controle do movimento corporal.

18. **Autossensatez:** a postura pessoal de autocontrole e comedimento na intencionalidade do movimento sensato, cosmoético e útil.

VI. Acabativa

Remissiolgia. Pelos critérios da *Mentalsomatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 15 verbetes da *Enciclopédia da Conscienciologia*, e respectivas especialidades e temas centrais, evidenciando relação estreita com o autocontrole somático, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Ataraxia:** Homeostaticologia; Homeostático.
02. **Autocentramento consciencial:** Conscienciometrologia; Homeostático.
03. **Autoconscientização somática:** Autopercepciologia; Neutro.
04. **Autocontrole:** Holomaturologia; Homeostático.
05. **Autoidentificação somática:** Autossomatologia; Homeostático.
06. **Autofocalização holossomática:** Autoparapercepciologia; Neutro.
07. **Autorganização psicomotora:** Autexperimentologia; Neutro.
08. **Autorresponsabilidade somática:** Autocompletismologia; Neutro.
09. **Checkup somático:** Profilaxiologia; Homeostático.
10. **Comunicação não verbal:** Comunicologia; Neutro.
11. **Descenração psicomotora:** Somatologia; Neutro.
12. **Educação psicomotora:** Somatologia; Neutro.
13. **Qualidade de vida ideal:** Homeostaticologia; Homeostático.
14. **Saúde física:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.
15. **Saúde intelectual:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.

O AUTOCONTROLE PSICOMOTRIZ AUMENTA A LUCIDEZ QUANTO À AUTOCONSCIENCIALIDADE E À AUTOPERCEPÇÃO HOLOSSOMÁTICA, A PARTIR DA MAIOR ACUIDADE ENERGOSSOMÁTICA, DINAMIZANDO A AUTEVOLUÇÃO.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, avalia o grau de coordenação autoconsciente da própria conduta picomotora? Predomina nos movimentos do próprio soma a instintividade ou a mentalsomaticidade?

Filmografia Específica:

1. *Máfia no Divã*. **Título Original:** *Analyze This*. **País:** EUA; & Austrália. **Data:** 1999. **Duração:** 103 min. **Gênero:** Comédia. **Idioma:** Inglês. **Cor:** Colorido. **Legendado:** Português. **Direção:** Harold Ramis. **Elenco:** Robert De Niro; Billy Crystal; Lisa Kudrow; Chazz Palminteri; Kresh Novakovic; Bart Tangredi; Michel Straka; Joseph Rigano; Joe Viterelli; & Molly Shannon. **Produção:** Jane Rosenthal; & Paula Weinstein. **Desenho de Produção:** Wynn Thomas. **Direção de Arte:** Jefferson Sage. **Roteiro:** Keneth Lonergan; & Peter Tolan. **Fotografia:** Stuart Dryburgh. **Música:** Howard Shore. **Montagem:** Craig Herring. **Cenografia:** Leslie E. Rollins. **Efeitos Especiais:** Steve Kirshoff.

Companhia: Village Roadshow Pictures; NPV Entertainment; & Baltimor Pictures. **Sinopse:** Comédia sobre psiquiatra atendendo paciente inseguro, chefe da máfia, com crises de ansiedade.

2. **Mr. Jones. Título Original:** *Mr. Jones*. **País:** EUA. **Data:** 1993. **Duração:** 114 min. **Gênero:** Drama. **Idade** (censura): 14 anos. **Idioma:** Inglês. **Cor:** Colorido. **Legendado:** Português (em DVD). **Direção:** Mike Figgis. **Elenco:** Richard Gere; Lena Olin; Anne Bancroft; Tom Irwin; & Delroy Lindo. **Produção:** Debra Greenfield; Alan Greisman. **Produção Executiva:** Richard Gere. **Desenho de Produção:** Waldemar Kalinowski. **Direção de Arte:** Larry Fulton. **Roteiro:** Eric Roth; & Michael Cristofer. **História:** Eric Roth. **Fotografia:** Juan Ruiz Anchía. **Música:** Maurice Jarre. **Montagem:** Tom Rolf. **Cenografia:** Florence Fellman. **Companhia:** Rastar Productions. **Sinopse:** Mr. Jones sofre de transtorno bipolar. Nas crises de mania, torna-se irresistível, impulsivo e sedutor. A Dra. Libbie Bowen terá a difícil missão de tentar tratá-lo.

Bibliografia Específica:

1. **Diagram Group; O Corpo Saudável: Como Conservar a Saúde (The Healthy Body);** trad. Fernando Ximenes; rev. Sérgio A. Teixeira; 308 p.; 800 ilus.; 20 esquemas; 21 x 14 cm; br.; *Ediouro*; São Paulo, SP; 1983; páginas 1 a 304.

2. **Feldenkrais, Moshe; Consciência pelo Movimento;** trad. Dayse A. C. Souza; 222 p; 2 partes; 20 caps; 12 exercícios; 21 x 14 cm; br.; *Summus*; São Paulo, SP; 1977; páginas 111 a 116.

3. **Fonseca, Vitor; Psicomotricidade e Neuropsicologia: Uma Abordagem Evolucionista;** 372 p.; 3 partes; 13 caps.; 23 x 16 cm; br.; 2ª Ed.; *Wak*; Lisboa; PT; 2000; páginas 1 a 368.

4. **Hurtado, Johann G. G. Melcherts; Dicionário de Psicomotricidade: Guia Técnico-científico para o Terapeuta em Psicomotricidade e Ciências afins;** 120 p.; glos. 889 termos; 188 refs.; 23 x 16 cm; br.; *Prodil*; Porto Alegre, RS; 1991; páginas 10, 18 a 20, 23, 26, 29, 36, 40, 44, 51, 60, 62, 65, 76, 80 e 102.

5. **Razera, Graça; Hiperatividade Eficaz: Uma Escolha Consciente – Um Estudo Conscienciológico sobre o TDAH–Transtorno da Atenção e Hiperatividade Infantil;** pref. João Bonassi; revisores Cristiane Ferraro; et al.; 258 p.; 2 seções; 23 caps.; 31 citações; 25 E-mails; 1 entrevista; 47 enus.; 8 esquemas; 7 estatísticas; 13 fichários; 1 foto; 3 organogramas; 1 microbiografia; 29 siglas; 15 testes; 11 websites; glos. 132 termos; 4 filmes; 215 refs.; 1 anexo; alf.; 21 x 14 cm; br.; *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC)*; Rio de Janeiro, RJ; 2001; páginas 29 a 53 e 95 a 118.

6. **Vieira, Waldo; Léxico de Ortopensatas;** revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 2 Vols.; 1.800 p.; Vols. 1 e 2; 1 blog; 652 conceitos analógicos; 22 E-mails; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 6.476 termos; 1.811 megapensenes trivoculares; 1 microbiografia; 20.800 ortopensatas; 2 tabs.; 120 técnicas lexicográficas; 19 websites; 28,5 x 22 x 10 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2014; páginas 842, 843, 1.398 e 1.399.

Webgrafia Específica:

1. **Assumpção, Luís; Morais, Pedro; & Fontoura, Humberto; Relação entre Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida;** Revista on line; Ano 8; N. 52; 47 refs.; *Universidade Católica de Brasília (UCB) & Buenos Aires, Argentina*; Setembro, 2002; disponível em: <<http://www.efdeportes.com/RevistaDigital>>; acesso em: 19.05.17.

2. **Campão, Daiana dos Santos; A Contribuição da Educação Física no Desenvolvimento Psicomotor na Educação Infantil;** Revista on line; Ano 13; N. 123; Revista on line; Ano 8; N. 52; 1 E-mail; 26 enus.; 34 refs.; 4 apênds; *Universidade Católica de Brasília (UCB) & Buenos Aires, Argentina*; Agosto, 2008; disponível em: <<http://www.efdeportes.com/RevistaDigital>>; acesso em: 19.05.17.

3. **Marques, Renato Francisco Rodrigues; Qualidade de Vida, Atividade Física e Saúde: Relações na Busca de uma Vida Melhor;** Biblioteca Digital; PDF; cap.12; 8 refs.; *Unicamp*; São Paulo; SP; páginas 111 a 120; disponível em: <www.bibliotecadigital.unicamp.br/document/?down=vtls000425653>; acesso em: 19.05.17.

4. **Serviço Social da Indústria (SESI); Conceitos de Atividade Física e Exercício Físico;** PDF; 16 p.; 20 ilus.; 4 tabs.; 6 gráfs.; 1 questionário; 2 testes; 4 exercícios; 16 refs.; São Paulo, SP; disponível em: <<http://vidasaudavel.sesi.org.br/portal/mainjs>>; acesso em: 19.05.17.

I. C. R.