



Visão Funcional Integrativa (VFI)

Dr. Bruno B. Paschoalini
CRM: 201343

Uma Nova Visão da Saúde Mental

1

Integração Corpo-Mente

A saúde mental envolve a interligação dinâmica entre corpo e cérebro, onde mudanças em um afetam o outro.

2

Mudança de Paradigma

A Visão Funcional Integrativa promove o equilíbrio do paciente como um todo: mente, corpo e contexto.



Diagnóstico: Além dos rótulos, à busca das causas

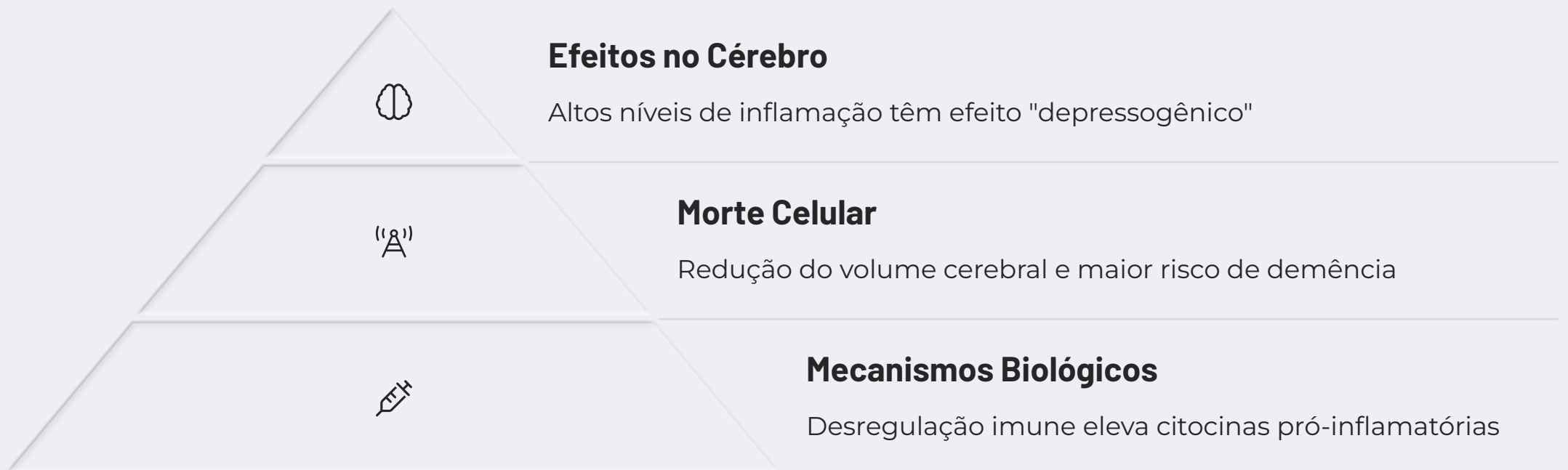
Limitações dos Diagnósticos Convencionais

Rótulos como depressão, ansiedade ou TDAH pouco esclarecem sobre a biologia individual ou fatores causais. O mesmo diagnóstico pode ter raízes totalmente distintas: por exemplo, depressão causada por deficiência de folato versus depressão inflamatória.

Enfoque da VFI

Propõe investigar "janelas de oportunidade": múltiplos fatores (metabólicos, nutricionais, ambientais) potencialmente causais ou perpetuadores de doenças. O objetivo é individualizar a compreensão e o tratamento.

Inflamação: O Incendiário Silencioso da Saúde Mental



Altos níveis de inflamação têm efeito "depressogênico", especialmente em indivíduos predispostos. Inflamação crônica de baixo grau promove: Morte de células cerebrais, Redução do volume cerebral, Maior risco de demência, Desenvolvimento de depressão.

Mecanismos Biológicos: Desregulação imune eleva citocinas pró-inflamatórias, acentuando e perpetuando quadros depressivos. Inflamação sistêmica pode atravessar a barreira hematoencefálica, causando neuroinflamação e disfunção neuronal.

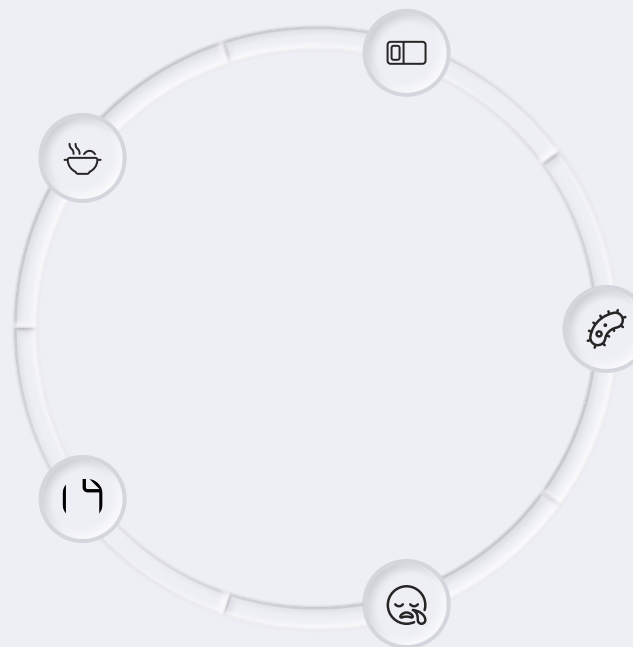
As Causas e Perpetuadores da Inflamação e dos Transtornos Mentais

Alimentos Tóxicos

Ultraprocessados, glúten e alergias alimentares fomentam inflamação cerebral

Deficiências Nutricionais

Vitaminas, minerais e ômega-3 são cruciais para equilíbrio mental



Estresse Crônico

Diminui BDNF, lesa neurônios e reduz o volume cerebral

Disbiose Intestinal

Intestino desregulado é polo de inflamabilidade

Sono Não Reparador

Vital para reparo cerebral e regulação de processos inflamatórios

Outros fatores incluem: Sedentarismo (reduz plasticidade cerebral), Exposição a Metais Pesados e Químicos (neurotóxicos), Disfunção Mitocondrial (essencial para energia neuronal), Resistência Insulínica (causa dano aos neurônios) e Infecções Ocultas (como PANDAS).

O Impacto dos Tratamentos Médicos no Cérebro

Iatrogenia

Algumas terapias, apesar de bem-intencionadas, podem causar danos colaterais significativos. Remédios psicotrópicos (antidepressivos, antipsicóticos) muitas vezes aliviam sintomas, mas não resolvem causas e podem piorar o metabolismo.



Antibióticos

Em excesso alteram o microbioma, prejudicando o eixo intestino-cérebro.



Radioterapia

Pode levar a fadiga, alterações cognitivas e edema cerebral.



Estatinas

Podem piorar o controle glicêmico; suplementação de coenzima Q10 pode atenuar efeitos adversos.



Quimioterápicos e Anestésicos

Afetam diretamente a função e integridade cerebral; protocolos protetores podem ser usados.



Abordagem Prática: Corrigindo as Causas com a VFI



Transformação do Cuidado

Corrigir disfunções bioquímicas e fisiológicas é a base para restabelecer a saúde mental. O cuidado passa por intervir no corpo para transformar a mente.



Microbioma intestinal

Preservar e restaurar flora saudável.



Inflamação

Identificar e controlar fontes inflamatórias.



Mitocôndrias

Proteger e reativar suas funções.



Anti-oxidação

Combater o estresse oxidativo.



Resistência insulínica

Prevenir e reverter através de dieta e estilo de vida.

Princípios Práticos: Tratamento é individual e cuidadoso; não se deve interromper medicamentos de forma abrupta.

Transdisciplinaridade entre profissionais amplia resultados para casos mais complexos. A busca ativa pelas causas precede qualquer desmame farmacológico.

Ferramentas de Diagnóstico e Autores Fundamentais

Exames Laboratoriais e de Imagem

- Avaliação de deficiências nutricionais, status inflamatório e metabolismo.
- Imagens avançadas (PET, SPECT) auxiliam na análise da **função cerebral**.
- **Painéis genéticos** ajudam na escolha e dosagem personalizada de medicamentos.



Referências e Leituras Recomendadas

Principais autores:

Mark Hyman, Felice Jacka, Drew Ramsey, Daniel Amen, Austin/David Perlmutter, Dale Bredesen, Alessio Fasano, William Davis, Lisa Mosconi.

Livros indicados:

- *The UltraMind Solution* – Mark Hyman
- *Brain Changer* – Felice Jacka
- *Seu Cérebro Bem Alimentado* – Uma Naidoo
- *A Limpeza da Mente* – Perlmutter
- *O Cérebro que se Transforma / Cura* – Norman Doidge
- *Fim do Alzheimer* – Dale Bredesen
- *Conexão Intestino-Mente* – Emanuele
- *Superintestino* – William Davis
- *Comida Cerebral* – Lisa Mosconi
- *Cérebro do Amanhã* – Pedro Schestatsky

Resumo Final: Psiquiatria Funcional Integrativa em Saúde Mental

Visão Integrativa

A abordagem funcional integrativa vê a saúde mental como resultado da interação corpo-mente-ambiente.

Integração de Saberes

Combina ciência avançada com práticas tradicionais para cuidar do ser humano integralmente.



Foco em Causas-Raiz

Enfoca causas-raiz, integrando biologia, estilo de vida e contexto emocional.

Prática Personalizada

É uma prática precisa, profunda e personalizada, restaurando equilíbrio e autonomia.

Dr. Bruno B. Paschoalini



Dr. Bruno B. Paschoalini

Psiquiatria Funcional Integrativo



Contato e Redes Sociais

- Telefone: (11) 94701-5992
- Instagram: @bruno_paschoalini.psiquiatria