

## **Geoterapia: os poderes medicinais da argila**

### **Introdução:**

A geoterapia é uma terapia tão antiga quanto a fitoterapia e quanto a própria humanidade. Essa terapia é a utilização de argila, lama e outras formas de terra no tratamento de diversos males. Ela tem diversas funções e propriedades terapêuticas, mas não serve para tratar ou curar todos os males. Para que a geoterapia seja realmente eficiente é necessário um tratamento holístico incluindo atividade física adequada, alimentação balanceada e desintoxicante, hidratação, exercícios respiratórios e ar puro e repouso reparador. As suas principais funções são a desintoxicação e a tonificação do organismo.

### **Propriedades terapêuticas da argila:**

As principais propriedades terapêuticas da argila são:

- **Limpeza do organismo:**
  - Desintoxicante, absorve e decompõe matéria pútrida, pus, sangue pisado e toxinas (principalmente adicionado a carvão vegetal);
  - Anti-séptico e desinfetante, ajuda a combater processos infecciosos e impede proliferação de corpos parasitários;
  - Descongestionante, estimula a excreção de toxinas e excessos do organismo (quanto mais quente, mais descongestionante);
  - Desodorante;
  - Absorve e neutraliza radioatividade excessiva;
  - Purificador;
- **Tônico e equilibrante do organismo:**
  - Ativador de circulação sanguínea e linfática;
  - Ativador do sistema nervoso e de glândulas sebáceas;
  - Reconstituente de glóbulos vermelhos;
  - Tônico dos órgãos e regularizador do metabolismo;
  - Antiinflamatório;
  - Regenerativo e cicatrizante;
  - Refrescante ou aquecedor, é equilibrante térmico do corpo, absorvendo o calor do organismo ou oferecendo calor ao organismo;
  - Alivia dores e tensões;
  - Calmante;
- **Outras características:**
  - Emoliente quando usada morna ou quente;
  - A terra contém toda a matéria de que é feito o organismo vivo;
  - Retira energias doentes e repõe com energias saudáveis;
  - Estimulante de fluxo energético saudável.

## Tipos de argila:

Existem diversos tipos de argila: branca, verde, preta, amarela, vermelha, cinzenta e outras. Ainda não se sabe com exatidão quais as diferenças de propriedades terapêuticas entre elas. Cada argila tem proporções diferentes de componentes minerais como ferro, magnésio, cal, alumínio, cálcio, sódio, potássio, sílica e titânio, mas no geral todas tem as mesmas funções terapêuticas. Pela falta de estudos científicos na área, ainda não se pode afirmar que existam diferenças entre os tipos de argila e nem se sabe como se dão as propriedades. No entanto, as propriedades podem ser observadas no uso clínico e aproveitadas por todos, pois é uma terapia acessível a todos. Por isso, para identificar qual argila é mais adequada para o caso é necessária experimentação com tentativa e erro. No geral, há algum conhecimento popular sobre a diferença de aplicação entre os diferentes tipos de argilas:

- **Argila amarela:** é rica em silício, alumínio, ferro, potássio e oligoelementos. Tem efeitos tensor, ativador da circulação, rejuvenescedor da pele, adstringente, contribui para equilíbrio iônico, hidratante e desintoxicante. Própria para todos os tipos de pele.
- **Argila branca:** é rica em silício, alumínio e diversos oligoelementos. É a mais leve de todas as argilas. Tem efeitos descongestionante, uniformizante da pele, esfoliante, regulador da queratinização, clareante, absorver oleosidade sem ressecar, suavizante, cicatrizante, estimulante do metabolismo, anti-manchas, antiinflamatório, purificante, adstringente, remineralizante, anti-séptico, revitalizador e anti-rugas. Própria para peles sensíveis, absorve pouco.
- **Argila cinza:** é rica em silício, titânio, alumínio e diversos oligoelementos. Tem efeitos antiedematogênico potente, secativo, absorvente, antiinflamatório, cicatrizante, regulador da seborréia capilar, absorve a irradiação solar, clareador de manchas, esfoliante e auxiliar em redução de medidas. Própria para peles quentes, edematosas e inflamadas.
- **Argila verde escura:** é rica em minerais e algas marinhas. Tem efeitos altamente absorvente, purificante, revitalizante, para limpeza de pele, adstringente, absorvente de oleosidade e tonificante. Própria para todos os tipos de pele.
- **Argila marrom:** é mais rara e rica em silício, alumínio, titânio e oligoelementos. Tem efeitos estimulante circulatório, equilibrante, revitalizante celular, tonificante, cicatrizante, antibacteriano, regenerativo da pele e do tecido conjuntivo, hemostática, purificante, adstringente, remineralizante, hidratante, antiinflamatório, anti-flacidez, rejuvenescedor, contra infiltração, adstringente e desintoxicante. Própria para todos os tipos de pele.
- **Argila preta:** é mais rara e rica em silício, alumínio, titânio e outros oligoelementos. Tem efeitos estimulante circulatório, regeneração celular, rejuvenescedor, estimulante, antitóxica, nutriente, anti-séptica, adstringente, antiinflamatório, anti-artrose, absorvente, anti-tumoral, cicatrizante, tensor, desintoxicante e anti-stress. Própria para todos os tipos de pele.
- **Argila rosa:** é suave. Tem efeitos hidratante, anti-celulite, contra gorduras localizadas, tonificante, tensor da pele, rejuvenescedor, vitalizante, estimulante circulatório, antioxidante, desinfetante, suavizante, emoliente, calmante e de absorver toxinas. Própria para pele sensível e rosada em uso

diário.

- **Argila verde:** é rica em magnésio, cálcio, potássio, manganês, fósforo, zinco, alumínio, silicone, cobre, selênio, cobalto e molibdênio. Tem efeitos absorvente, antiedematogênico, secativo, emoliente, anti-séptico, bactericida, analgésico, cicatrizante, anti-acne, adstringente, contra infiltração na pele, esfoliante suave, desintoxicante, regulador de sebo da pele, eliminação de toxinas e digestivo. Própria para pele oleosa e acnéica.
- **Argila vermelha:** é rica em silício, cobre, óxido de ferro e oligoelementos. Tem efeitos pouco absorvente, regulador da microcirculação, auxiliar na redução de medidas, regulador e tensor da pele. Própria para pele sensível, rosada e avermelhadas.

Não é qualquer argila que pode ser usada em geoterapia, é necessário que a argila seja esterilizada, limpa, virgem (sem ser cozida) e peneirada; não contenha areia, saibro, pedras, impurezas, cacos de vidro, produtos químicos, adubos, esterco, minhocas e outros materiais; seja de uma parte do solo a pelo menos 1 metro de profundidade, abaixo do húmus; e não seja cultivável (terra cultivável é fértil, argila não).

### **Armazenamento da argila:**

A argila deve ser guardada em potes de vidro, madeira, louça, esmaltados ou aço inoxidável (não pode ser de ferro, alumínio, cobre, estanho, galvanizado ou plástico), bem tampados, longe da luz. Bem armazenada a argila pode ser guardada por tempo indefinido.

### **Descarte da argila após o uso:**

Depois de usada pode ser incorporada ao solo cultivável, pulverizando nos canteiros. Materiais que foram utilizados junto com a argila (como panos, gazes, bandagens, baldes e outros) podem ser lavados e reutilizados, a não ser que sejam produtos perecíveis (como folhas de couve, polpas de frutas naturais e outros). Deve-se tomar cuidados para não deixar entrar argila no sistema de esgoto, pois pode entupir.

### **Tratamento com argila:**

Quanto ao tempo de tratamento, em casos agudos o resultado é mais imediato (como picadas de inseto e dores em geral). Quanto mais crônico o caso, mais tempo demora para desintoxicar e descongestionar todo o corpo para que ele volte ao seu estado natural de equilíbrio e saúde. Lembre, a argila trabalha limpando e tonificando o organismo, quanto mais tempo o distúrbios/desequilíbrio está instalado no organismo, mais longe do ponto de equilíbrio o organismo está e mais tempo ele vai precisar para voltar ao seu equilíbrio. O corpo teve um tempo para sair do equilíbrio e precisa de tempo para voltar ao equilíbrio. É necessário persistência, disciplina e perseverança. Em linhas gerais, para distúrbios agudos o tratamento pode durar alguns dias e para distúrbios crônicos pode demorar de 40 dias até mais de um ano.

O tratamento com argila passa por um ciclo de desintoxicação e equilíbrio, ou seja, no início pode haver uma piora dos sintomas porque o corpo começa a colocar todo o material indesejável para fora (que é a reação depurativa do

organismo). Depois que passa essa fase inicial há uma melhora significativa do quadro porque o corpo, agora desintoxicado, começa a voltar ao seu equilíbrio natural. É claro que para que esse ciclo seja eficiente é necessário que o indivíduo não adicione novas toxinas ao corpo (como fumo, bebida alcoólica, farinhas brancas, açúcar, excesso de carne e outros). Interromper o ciclo na fase de desintoxicação pode acarretar resultados desagradáveis. Para minimizar o incômodo durante a reação depurativa pode-se utilizar uma pomada com uma colher de azeite ou óleo, duas colheres de água quente e argila suficiente para dar consistência de pomada.

### **Aplicação da argila:**

A argila pode ser usada em:

- Via oral: principalmente para absorção de minerais (ferro, magnésio, cálcio, alumínio, cálcio, sódio, potássio, sílica e titânio, por exemplo em casos de anemia ou cãimbra) ou absorver toxinas, gases e tecido necrótico e impedir proliferação e expulsar de parasitas (em casos de furunculose, úlcera, gastrite, intoxicação alimentar, flatulência, diarreia, muco excessivo, catarro, hemorróidas, espinhas na pele, verminose e outros). Sempre deve ser usada em pequenas quantidades (uma colher de café por dia para um adulto, metade da dose para crianças e para bebê somente na forma de água argilosa) e, se necessário, acompanhadas de chá ou composto laxativo. Deve-se restringir a ingestão de óleo comestível quando se faz tratamento com argila porque ele reage com a argila endurecendo-a.
  - Comprimido: argila em pó misturada com mel modelado em bolinhas pequenas do tamanho de uma ervilha e secado ao sol em um prato de vidro.
  - Encapsulado: feito em farmácias de manipulação ou por empresas farmacêuticas, existem cápsulas de argila ou carvão vegetal prontas à venda.
  - Água argilosa: argila em pó diluída em água, se causar constipação, diluir em mais água, não há uma medida exata.
- Via ano-retal:
  - Supositório: feito como um cataplasma mais rígido e colocado externamente.
  - Lavagem intestinal e vaginal: quatro colheres de sopa de argila em pó pra cada litro de água em ducha vaginal ou enema.
- Via tópica: O tempo de aplicação varia, deve iniciar com tempos menores e depois ir aumentando para tempos maiores, para que o organismo se acostume. Pode-se iniciar com 30 minutos e chegar a até uma noite toda, dependendo do distúrbio.
  - Cataplasma: argila em grande quantidade adicionada de água, suco ou chá até cobrir a argila, deixe descansar sem mexer por 1 hora, deve ficar com consistência de pomada ou purê. Deve ser aplicado numa região maior do que a região tratada. A aplicação de cataplasma deve ser bem aderida à pele, pode ser feito com gaze entre a pele e a argila se for uma região com cabelo, mas o ideal é que a argila tenha contado direto com a pele. Pode-se utilizar película de cebola (aquela que fica entre as camadas da cebola) para que a gaze não grude em feridas grandes, o que ajuda também porque a cebola é anti-séptica e desinfetante. Se for quente pode-se colocar uma bolsa de água quente por cima para manter a

temperatura mais tempo. Se secar ou mudar de temperatura (esfriar quando foi aplicada quente ou esquentar quando foi aplicada fria) deve ser trocado. Argila quente é usada para pele desvitalizada, tensão, ativar a circulação e eliminar toxinas e sua aplicação não deve durar muito tempo. Argila fria é usada para pele congestionada e febril, inflamação e pode durar mais tempo, desde que seja trocada sempre que esquentar. Para aquecer a argila pode ser feito em banho maria, num pote sobre uma panela com água fervente, sobre um radiador ou adicionando-se chá quente (não fervendo) à argila seca. O tamanho do curativo também deve aumentar progressivamente, chegando ao tamanho ideal de pelo menos 20 cm por 10 cm (ou mais, dependendo da região a ser tratada), iniciando com menos de 1 cm e chegando até 2 cm de espessura (quanto mais grosso, melhor se manterá a temperatura). Após retirar o excesso de argila da pele com pano, espátula, papel ou algodão, o restante deve ser retirado com lavagem simples com água tépida ou morna.

- Compressa: é um cataplasma mais diluído, com consistência de mingau. Mais usada para contusão, varizes e afecções cardíacas. Se faz essa mistura líquida e se mergulha uma gaze ou pano que é escurrida levemente e então aplicada na região.
- Banho: argila com água suficiente para ficar uma papa grossa que enche uma bacia, realiza-se fricção em todo o corpo com essa papa por 5 a 10 minutos, chegando a no máximo 20 minutos. Deve-se aquecer o corpo com exercícios leves antes da aplicação e tomar um banho rápido e se agasalhar para manter o calor depois da aplicação. Deve ser feito 2 a 3 vezes por semana por 1 mês.
- Talco: argila em pó peneirada para usar somente a parte mais fina, usada em escoriações cutâneas, feridas, eczemas, úlceras, rachaduras de pele, pontos vermelhos do rosto e no lugar do talco para bebês.
- Cosméticos de argila: usados para problemas de pele e cabelos (acne, espinhas, manchas, inchaço, irritação, verruga, vermelhidão, olheira, erupção, rugas e outros), podem ser feitos com pomada, gel, creme, shampoo e outras formulações feitas em farmácia de manipulação ou por empresas farmacêuticas.

Resumo do livro “Argila: um santo remédio e outros tratamentos compatíveis” de Iracema Cassimiro Peretto, Editora Paulinas, 2009; adicionado a informações pesquisadas na internet.