

## **PÉ** (SOMATOLOGIA)

### I. Conformática

**Definologia.** O *pé* é a extremidade do membro inferior, abaixo da articulação do tornozelo, terminada pelos artelhos, assentada por completo no chão, permitindo a postura vertical e o andar das pessoas ou dos pré-humanos, em geral, e onde se localizam os plantochacras.

**Tematologia.** Tema central neutro.

**Etimologia.** O termo *pé* vem do idioma latim *pes*, “pé”. Surgiu no Século XIII.

**Sinonimologia:** 1. Órgão de locomoção. 2. Pata.

**Antonimologia:** 1. Mão. 2. Orelha.

**Estrangeirismologia:** o *superavit* da saúde física; o *corpus* da conscientização somática; o *breakthrough* holossomático; a *open mind* para informações.

**Atributologia:** predomínio dos sentidos somáticos, notadamente do autodiscernimento quanto à Fisiologia Humana.

**Megapensologia.** Eis 4 megapensenes trivocabulares relativos ao tema: – *Pés: meganecessidade intrafísica. Pés exigem cuidados. Caminhar faz bem. Plantochacras absorvem energias.*

### II. Fatuística

**Pensologia:** o holopensene pessoal da sustentabilidade e equilíbrio somático; os ortopensenes influenciando na saúde geral; os lucidopensenes; a lucidopensenedade; os nexopensenes; a nexopensenedade; os energopensenes; a energopensenedade; os patopensenes; a patopensenedade nutrido bloqueios energéticos; o holopensene tarístico; o holopensene interassistencial; os neopensenes; a neopensenedade; os reciclopensenes; a reciclopensenedade.

**Fatologia:** o pé; o pé direito; o pé esquerdo; o *teste do pezinho* tendo para detecção de doenças no recém-nascido; o pé tendo duas funções distintas: a estática (o indivíduo parado e em pé) e a dinâmica (em movimento); o pé humano sendo principal estrutura para o suporte do peso do corpo, recebendo e distribuindo carga; a utilização do pé, envolvendo o mecanismo de todo o corpo ao andar, correr, dançar ou saltar; a necessidade de os pés estarem alinhados; a importância dos cuidados básicos com os pés; os exercícios físicos regulares diários; a automassagem contribuindo na flexibilização e bem-estar; a atenção na compra do calçado; o alerta ao consumidor sobre a confortabilidade do calçado não estar relacionada ao preço do produto; os cuidados redobrados no inverno com os calçados fechados; o uso cauteloso do salto alto e o prejuízo maior aos pés sendo este associado ao bico fino; o costume saudável de alternar diariamente o tipo do calçado e altura do salto; os procedimentos adequados com as unhas; a desinformação, negligência e descaso para com os pés; o descuido ou desleixo, ocasionando doenças; o cheiro desagradável (chulé), podendo ser evitado pela manutenção dos pés sempre secos; a atenção aos lugares onde pisa, principalmente na praia ou na piscina; o compromisso dos pais na educação podálica dos filhos; a necessidade cada vez maior do uso da roda e do automóvel pelas pessoas, para agilizar os compromissos diários, impedindo-os de caminhar; o uso frequente das cadeiras e poltronas confortáveis, escadas rolantes e elevadores, atrapalhando a movimentação natural; a prevenção, o exame, o diagnóstico e o tratamento adequado pela Podologia, ramo da Ortopedia; o estudo dos efeitos reflexos no corpo humano através da Reflexologia Podal utilizada na manipulação de pontos precisos (pontos reflexos); a pressão de determinados pontos e massagem terapêutica eliminando bloqueios; a representação microcósmica das partes do corpo existente nos pés, também observada na íris do olho, na orelha e nas mãos; o desperdício do soma enquanto efeito negativo do uso inadequado dos pés durante a prática de esportes diversos; o fetiche (podolatria) relaciona-

do aos pés femininos; o uso dos pés substituindo as mãos em muitos casos; o emprego sadio dos pés favorecendo o cumprimento da programação existencial pessoal (autoproéxis).

**Parafatologia:** a autovivência do estado vibracional (EV) profilático promovendo desbloqueios e equilíbrio; os plantochacras constituindo a *pré-kundalini*; a absorção da geoenergia (energia telúrica ou da terra); a passagem dos canais energéticos (meridianos) pelos plantochacras ligando as demais áreas do corpo humano; a energia deslocando-se pelas pernas e potencializando-se no sexochakra; a energia fluindo pelos meridianos sendo conduzida aos demais chacras; os plantochacras ou chacras plantares sendo considerados chacras secundários, não menos importantes; a percepção ou não da absorção da geoenergia ocorrendo o tempo todo pela planta dos pés; os chacras plantares podendo ser as áreas para o início da mobilização técnica das energias; as pegadas (*pré-kundalini*) deixando assinaturas pensênicas (grafopensenes) da conscin no planeta Terra; a *pré-kundalini* atuando nos fenômenos da incombustibilidade, ou o folclórico “caminhar com os pés descalços sobre brasas vivas” sem se queimar; o parafato de a conscin projetada sentir o parapé; o parafato de andar lado a lado do amparador, *a priori*, não necessitar dos pés.

### III. Detalhismo

**Sinergismologia:** o *sinergismo dos benefícios adquiridos colocados em prática*, visando melhorias da saúde; o *sinergismo educação-hábito sadio*; o *sinergismo pés saudáveis-plantochacras equilibrados*; o *sinergismo calçado confortável-caminhada tranquila*; o *sinergismo senso de observação-senso crítico*.

**Principiologia:** o *princípio do exemplarismo pessoal (PEP)*; o *princípio da descrença (PD)* fundamental na abordagem da Ciência Conscienciologia; o *princípio da análise de toda informação*; o *princípio de, na dúvida, abster-se*; o *princípio de buscar a fonte segura da informação*; o *princípio de buscar o atendimento necessário com pessoas especializadas no assunto*.

**Codigologia:** o *código pessoal de Cosmoética (CPC)* aplicado à Fisiologia Humana; os *códigos sociais de conduta*.

**Teoriologia:** a *teoria da Higiene Pessoal*; a *teoria da saúde consciencial*; a *teoria das reciclagens intraconscienciais (recins)*; a *teoria da sobrevivência*; a *teoria do conhecimento*; a *teoria dos cuidados com o soma*; a *teoria da tares*.

**Tecnologia:** a *técnica do autoapreço*; a *técnica da Fisioterapia Manipulativa*; a *técnica da auto e da heteromassagem*; as *técnicas da Acupuntura, da Podologia, da Fisioterapia e da Reflexologia*; a *técnica de hábitos saudáveis e rotinas úteis preservando o soma*; a *técnica do devagar e sempre*; a *técnica da relaxação muscular progressiva (RMP)*; a *técnica da mobilização básica de energias (MBE)*.

**Laboratoriologia:** o *laboratório conscienciológico da vida cotidiana*; o *laboratório conscienciológico da autorganização*; o *laboratório conscienciológico da autopesquisa*; o *laboratório conscienciológico da sinalética energética*.

**Colegiologia:** o *Colégio Invisível da Somatologia*; o *Colégio Invisível da Intrafisiologia*; o *Colégio Invisível dos Consciencioterapeutas*; o *Colégio Invisível dos Profissionais da Saúde*.

**Efeitologia:** os *efeitos das características genéticas e paragenéticas na constituição do formato do pé*; os *efeitos positivos dos bons hábitos diários*; os *efeitos desagradáveis resultantes dos hábitos errados no dia a dia*; o *efeito favorável da aplicação do discernimento sobre o soma*; os *efeitos patológicos influenciados pelo modismo*; os *efeitos assediadores de hábitos dispensáveis do passado influenciando na atual existência*; o *efeito relaxante da Reflexologia*, podendo auxiliar no tratamento de doenças físicas e psicológicas.

**Ciclogia:** o *ciclo cuidar dos pés no presente-evitar problemas futuros*; o *ciclo informação-autavaliação*; o *ciclo prudente da sobrevivência*; o *ciclo equilíbrio-locomção*; o *ciclo aprendizagem-aplicação*.

**Binomiologia:** o *binômio pé-calçado*; o *binômio plantochacras-geoenergia*; o *binômio pé direito-pé esquerdo*; o *binômio atenção-ação*; o *binômio causa-consequência*.

**Interaciologia:** a interação passado-presente; a interação parte-todo; a interação racionalidade-lógica; a interação caminhar-parar; a interação caminhar–chegar ao ponto de destino.

**Trinomiologia:** o trinômio equilíbrio-movimento-ação; o trinômio informação-fato-consequência; o trinômio dúvida-pesquisa-conclusão; o trinômio pés-tênis-caminhada.

**Polinomiologia:** o polinômio geoenergia-planchacra-energossoma-mentalsoma; o discernimento necessário no polinômio dúvida-hipótese-pesquisa-estudo-conclusão-ação.

**Antagonismologia:** o antagonismo erro / acerto; o antagonismo ignorância / inteligência; o antagonismo atenção / desatenção; o antagonismo saúde / doença.

**Paradoxologia:** o paradoxo do descaso com os pés enquanto órgão essencial para o deslocamento humano e, por vezes,; o paradoxo de aprender boas lições com os maus exemplos.

**Legislogia:** a lei de causa e efeito; as leis da Fisiologia Humana.

**Filiologia:** a somatofilia; a proexofilia; a pesquisofilia; a assistenciologia.

**Sindromologia:** a síndrome do infantilismo; a síndrome da passarela; a síndrome da imaturidade consciencial.

**Maniologia:** a mania de acumular calçados; a mania de andar descalço.

**Mitologia:** o mito da unha respirar; o mito da solução sem autesforço.

**Interdisciplinologia:** a Somatologia; a Intrafisiologia; a Fisiologia Humana; a Anatomia Humana; a Taristicologia; a Comunicologia; a Interassistenciologia; a Intencionologia; a Autodeterminologia; a Civilizaciologia; a Cosmoeticologia; a Mentalsomatologia.

#### IV. Perfilologia

**Elencologia:** a conscin podálica; a consciênçula; a consréu ressomada; a conscin baratsférica; a conscin lúcida; a isca humana lúcida; a conscin autoconsciente; o ser desperto; o ser interassistencial; a conscin intermissivista; a conscin motivada; 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 parapercepcionista; 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; o podólogo; o ortopedista; o fisioterapeuta; o reflexologista; o massoterapeuta; o acupunturista; o pedicuro; o calista.

**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 parapercepcionista; 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; a podóloga; a ortopedista; a fisioterapeuta; a reflexologista; a massoterapeuta; a acupunturista; a pedicure; a calista.

**Hominologia:** o *Homo sapiens instrumentalis*; o *Homo sapiens vulgaris*; o *Homo sapiens somaticus*; o *Homo sapiens intrassomaticus*; o *Homo sapiens biophilicus*; o *Homo sapiens attentus*; o *Homo sapiens perquisitor*; o *Homo sapiens conscientiologus*; o *Homo sapiens autor-ganisatus*; o *Homo sapiens homeostaticus*.

## V. Argumentologia

**Exemplologia:** pé *saudável* = o da conscin dedicada, atenta, cuidadosa ao processo da circulação, da revitalização da energia e equilíbrio do organismo em geral; pé *doente* = o da conscin negligente, improvidente e despreocupada com o próprio bem-estar podálico.

**Culturologia:** a *cultura de andarmos calçados*; a *cultura de em certos lugares andarem descalços*; a *cultura da moda do calçado*; a *cultura oriental multissecular de dedicação aos pés*.

**Curiosologia.** Sob a ótica da *Pesquisologia*, eis, por exemplo, 5 categorias de curiosidades, relativas ao pé, listadas em ordem alfabética:

1. **Anatomia.** O pé humano é composto por 26 ossos sendo dispostos de modo idêntico aos da mão, porém menos flexíveis. O esqueleto do pé é formado por 7 ossos do tarso (tálus, calcâneo, cuboide, navicular e os 3 cuneiformes), 5 do metatarso e 14 falanges (3 para cada dedo, exceto para o hálux, com apenas duas).

2. **Estimativa.** Caminhar é tão familiar ao homem como respirar, repetimos milhares de passos a cada dia. Numa vida normal, em média de 70 anos, há estimativas da pessoa ter andado 100 mil quilômetros, distância equivalente a duas voltas e meia ao redor do globo terrestre.

3. **Profissionais.** Na Idade Média, os dentistas também cuidavam das unhas e calos. Napoleão Bonaparte (1769–1821) tinha calistas particulares, pois havia a crença de o exército não ser vitorioso caso ele não tivesse bons pés.

4. **Unidade de medida antiga.** O pé foi usado em todas as culturas na condição de unidade de medida de comprimento (*pé* ou *pés* no plural; símbolo internacional: *ft* ou *′*). No caso, 1 pé corresponde a 12 polegadas. O *pé* internacional ficou definido por 0,3048 metros, ainda em uso em alguns países anglo-saxões. O valor original dessa medida foi calculado pelo comprimento do pé de 1 homem.

5. **Unidade de medida atual.** Ainda hoje, na aviação, a unidade de medida usada na determinação da altura é o *pé*. O piloto esclarece a altura a qual se encontra o avião, utilizando-se dessa medida, ao comunicar aos passageiros e informar à torre de comando, por exemplo: “o avião encontra-se a 10.000 *pés* de altitude”. Isto significa estar a 3.048 metros do solo.

**Enfermidades.** Segundo a *Patologia*, eis 20 alterações relativas ao pé: bicho-de-pé; calos; esporão; fascite plantar; frieiras; hanseníase; infecções por fungos na pele e nas unhas; joanete; micoses; pé cavo; pé chato; pé diabético; pé de atleta; podagra; podalgia; rachaduras nos calcanhars; sesamoidite; úlceras; unha encravada; verruga.

**Coloquialismo.** De acordo com a *Intrafisicologia*, eis, enumeradas na ordem alfabética, 151 expressões ou ditos populares referentes ao pé:

01. **Aliviar o pé / tirar o pé** (andar mais devagar; desacelerar; agir com cautela).
02. **Andar a pé.**
03. **Ao pé da letra** (no sentido exato de cada palavra).
04. **Ao pé do ouvido** (sigilo).
05. **Aos pés de alguém.**
06. **Apertar o pé** (apressar o passo).
07. **Aplaudir de pé.**
08. **A proposta continua em pé** (o acordo está de pé; em vigor, valendo).
09. **Assentar o pé** (firmar-se).
10. **Bater o pé** (não concordar).
11. **Beijar os pés.**
12. **Botar o pé no mundo** (sair sem destino; viajar pelo mundo).
13. **Buscar 1 pé** (procurar pretexto).
14. **Cabeça em pé** (seguro; firme).
15. **Cada qual tem o chinelo cabível no pé.**

16. **Cair aos pés** (humilhar-se).
17. **Cair de pé** (sair derrotado de algo, porém com dignidade).
18. **Calçado feito para o próprio pé.**
19. **Com asas nos pés** (pessoa feliz da vida).
20. **Com o pé direito** (com muita sorte).
21. **Com o pé esquerdo** (com fracasso).
22. **Com os pés** (ou **o pé**) **nas costas** (fazer facilmente algo; fazer de olhos fechados).
23. **Confiar no pé** (autoconfiança).
24. **Dar no pé** (ir embora; fugir).
25. **Dar tiro no próprio pé** (quando a pessoa faz algo contra a si própria).
26. **Deu no pé, deu no preço** (propaganda em geral em lojas de calçados).
27. **Dos pés à cabeça** (pelo corpo inteiro; totalmente).
28. **Encher o pé** (chutar a bola com muita violência).
29. **Estar em pé de guerra.**
30. **Fazer a trilha a pé.**
31. **Ficar em pé de igualdade.**
32. **Guarda-pé** (saia ou túnica usada pelas mulheres por baixo da roupa).
33. **Há sempre 1 pé de chinelo velho para 1 pé descalço.**
34. **Histórias sem pé nem cabeça** (sem nexos; sem sentido).
35. **Implorar aos pés.**
36. **Ir arrastando o pé** (quando a pessoa mal consegue andar).
37. **Ir num pé e voltar noutro** (não demorar; ser rápido).
38. **Jurar de pés juntos.**
39. **Largar do pé / sair do pé** (deixar o outro em paz).
40. **Lava-pés** (cerimônia católica da quinta-feira santa).
41. **Levar pé no traseiro** (ser despedido do emprego; levar fora de alguém).
42. **Marcha a pé.**
43. **Meter os pés pelas mãos** (atrapalhar-se; dizer bobagens).
44. **Nada ficou de pé** (nada sobrou).
45. **Não arredar o pé** (ficar firme onde está; não ceder).
46. **Não chegar aos pés de alguém** (no sentido de inferioridade).
47. **Não dar pé** (quando não se alcança o pé no rio, no mar ou na piscina).
48. **Nas pontas dos pés** (devagar; silencioso).
49. **Negar de pés juntos.**
50. **O pé do empreendimento.**
51. **Passar o pé em alguém** (dar rasteira em sentido figurado).
52. **Pé ante pé** ou **entrando com pé de lã** (andar muito devagar sem fazer ruído).
53. **Pé-atrás** (desconfiança; insegurança; prevenção).
54. **Pé bobo.**
55. **Pé coxinho** (andar num pé só).
56. **Pé da cadeira / pé da cama / pé da mesa** (parte inferior do móvel).
57. **Pé da página / pé da taça de champanha** (rodapé; parte inferior do objeto).
58. **Pé de água** (chuva forte, repentina e de pouca duração).
59. **Pé de alface / pé de laranjeira** (cada unidade da planta).
60. **Pé de alferes** (ato de namorar, de cortejar).
61. **Pé de altar** (arrecadação dos pára-cos feito em batizados, casamentos).
62. **Pé de amigo** (corda no pé traseiro do animal, impossibilitando-o de movimento).
63. **Pé de anjo / pé de lancha** (pessoa com pé muito grande).
64. **Pé de arrasto.**
65. **Pé de balcão** (quem passa no bar bebendo).
66. **Pé de barro** (sujeito pobre de origem humilde).
67. **Pé de bode** (instrumento para arrancar pregos; sanfona de 8 baixos).
68. **Pé de boi** (pessoa apegada a antigos costumes; trabalhador esforçado e assíduo).

69. **Pé de borracha** (carro; automóvel).
70. **Pé de botas** (idem a policial militar).
71. **Pé de breque** (quem atrasa o desenvolvimento da pessoa, situação ou assunto).
72. **Pé de briga** (pessoa com disponibilidade para briga por qualquer coisa).
73. **Pé de burro** (fumo de má qualidade).
74. **Pé de cana** (quem bebe exageradamente).
75. **Pé de chinelo** (desvalorizado; pessoa muito pobre).
76. **Pé de chumbo** (pessoa de andar lento e pesado; pessoa não próspera).
77. **Pé de cobra** (pessoa enrolada, indecisa).
78. **Pé de couve** (pessoa de mau caráter; tipo de verdura).
79. **Pé de criança** (em geral usado para adulto com o pé pequeno).
80. **Pé de escada** (em geral usado para empresa com maus serviços).
81. **Pé de ferro** (quem acaba, gasta rápido ou destrói o calçado).
82. **Pé de galinha** (rugas formadas em torno dos olhos; tipo de costura usado para fazer barras em roupas; tipo de capim; enrugamento em cantos das páginas decorrentes de defeitos na dobraagem).
83. **Pé de galo** (gíria pernambucana significando “mala sem alças”; pessoa chata).
84. **Pé de lata** (brincadeira divertida usando latas presas a fios nos pés para caminhar).
85. **Pé de lebre.**
86. **Pé de macaco** (sujeito sem sorte).
87. **Pé-de-meia** (dinheiro economizado e reservado para eventualidade futura).
88. **Pé de moleque** (doce típico brasileiro; bolo feito de mandioca, fubá, coco e açúcar).
89. **Pé de negro** (broa de fubá envolvida em folhas de bananeira assada em borralho).
90. **Pé de noiva.**
91. **Pé de ouro.**
92. **Pé de parede** (jogo disputado entre meninos, onde 1 moeda é jogada ao pé de 1 parede, vence quem consegue colocar mais próxima dela).
93. **Pé de pato** (nadadeiras; calçado de borracha usado para a prática de mergulho).
94. **Pé de pau** (abelhas sociais, constroem ninhos na base de troncos carcomidos).
95. **Pé de poeira** (alrunha de soldado de infantaria; pessoa muito pobre sem expressão).
96. **Pé de porco** (profissional desleixado com aparência de trambiqueiro).
97. **Pé de rainha.**
98. **Pé desajeitado.**
99. **Pé desleixado.**
100. **Pé de valsa / pé de ouro / ter a dança no pé** (exímio dançarino).
101. **Pé de vento** (pessoa largada, preguiçosa; ventania; confusão; boato).
102. **Pé de vinho** (sobras, restos, resíduo).
103. **Pé direito** (altura entre o piso e o forro de pavimento).
104. **Pé do muro / da montanha / da estátua.**
105. **Pé-duro** (indivíduo morando fora dos centros urbanos; gado bovino ou cavalari sem raça definida; cão vira-lata).
106. **Pé feito / pé limpo** (feito, em geral, pela pedicure).
107. **Pé firme** (sem se mover, parado).
108. **Pé-frio** (pessoa malsucedida; medrosa, covarde).
109. **Pegar no pé** (no sentido de provocar a pessoa, de chatear, importunar).
110. **Pé-leve** (quem anda rápido).
111. **Pé-limpo** (bares com certa qualidade, limpos e caros).
112. **Pé na areia.**
113. **Pé na cova** (modo pejorativo de falar julgando estar próxima a dessora da pessoa).
114. **Pé na cozinha.**
115. **Pé na estrada.**
116. **Pé na jaca** (cometer erro; se dar mal).
117. **Pé na porta** (geração inovadora).

118. **Pé na religião.**
119. **Pé na rua.**
120. **Pé na tábua.**
121. **Pé no barro.**
122. **Pé no estribo** (pronto para sair).
123. **Pé no exterior.**
124. **Pé no futuro.**
125. **Pé no palco.**
126. **Pé no parque.**
127. **Pé no passado.**
128. **Pé pequeno** (no “sapatinho”; na calma).
129. **Pé-quebrado** (verso intencional ou acidentalmente irregular na estrutura rítmica).
130. **Pé-quente** (diz-se de quem tem *boa estrela*).
131. **Pé que te quero** (correr para fugir de algo).
132. **Pé-rachado** (regionalismo do Rio Grande do Sul).
133. **Pé-rapado** (indivíduo de humilde condição social; pobre).
134. **Pés de tartaruga** (muito lento).
135. **Pés em cima de ovos** (caminhar delicado).
136. **Pés no chão e mentalsoma no Cosmos.**
137. **Pé-sujo** (botequim de baixa categoria; indivíduo muito pobre).
138. **Pé torto.**
139. **Pisar no pé de alguém** (provocá-lo; desafiá-lo).
140. **Pôr-se em pé.**
141. **Problema no pé.**
142. **Proposta sem pé** (algo sem fundamento).
143. **Protesto a pé.**
144. **Racha-pé** (sapateado; certa dança popular, do interior).
145. **Retornar a pé.**
146. **Ruim do pé.**
147. **Sofrer como pé de cego** (pessoa com grandes dificuldades).
148. **Sujo dos pés à cabeça.**
149. **Ter a dança no pé** (quem dança muito bem).
150. **Tirar o pé da lama / do barro** (trunfo sobre situação ameaçadora).
151. **Tomar o pé** (informar-se; tornar-se ciente de).

## 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 o pé, indicados para a expansão das abordagens detalhadas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Antagonismo bem-estar / malestar:** Psicossomatologia; Neutro.
02. **Autodeterminologia:** Autovoliciologia; Neutro.
03. **Autonomia ginossomática:** Autonomologia; Neutro.
04. **Coluna vertebral:** Somatologia; Neutro.
05. **Consciência podálica:** Evoluciologia; Nosográfico.
06. **Ergonomia proexológica:** Proexologia; Homeostático.
07. **Mão:** Manossomatologia; Neutro.
08. **Orelha:** Somatologia; Neutro.
09. **Saúde física:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.
10. **Síndrome da pressa:** Parapatologia; Nosográfico.
11. **Soma:** Somatologia; Neutro.
12. **Tipo humano:** Presenciologia; Neutro.

## **ATENÇÃO PERMANENTE, INFORMAÇÕES E CUIDADOS COM OS PÉS, POSSIBILITAM MAIOR CONFORTO E SAÚDE, CAPAZES DE REVERBERAR EM BENEFÍCIOS HOLOS- SOMÁTICOS FAVORÁVEIS À REALIZAÇÃO DA PROÉXIS.**

**Questionologia.** Você, leitor ou leitora, dá valor e cuida de modo inteligente dos próprios pés? Está satisfeito(a) com a atenção dedicada a eles?

### **Bibliografia Específica:**

1. **Barros**, Lúcia Cristina de; & **Sato**, Luiza; *Massagem para os Pés: Reflexologia*; Coleção CarasZen; 48 p.; 7 enus.; 2 fotos; 43 ilus.; 20,5 x 13,5 cm; br.; Editora Caras; São Paulo, SP; 2004; páginas 36 a 38, 46 e 47.
2. **Jornal Diário do Iguaçu; Salto Alto: Beleza ou Conforto?**; Reportagem; Tabloide; Caderno: *Iguaçu Saúde*; 1 foto; Chapecó, SC; 19.06.03; capa do caderno.
3. **Junqueira** Flávia; *Reportagem Brasileiro é Doente do Pé*; Reportagem; Extra; Jornal; Diário; Seção: *Viva Mais*; 4 ilus.; Rio de Janeiro, RJ; 25.11.99; página 17.
4. **Vieira**, Waldo; *700 Experimentos da Conscienciologia*; 1.058 p.; 40 seções; 100 subseções; 700 caps.; 147 abrevs.; 1 cronologia; 100 datas; 1 *E-mail*; 600 enus.; 272 estrangeirismos; 2 tabs.; 300 testes; glos. 280 termos; 5.116 refs.; alf.; geo.; ono.; 28,5 x 21,5 x 7 cm; enc.; Instituto Internacional de Projeciologia; Rio de Janeiro, RJ; 1994; páginas 103, 123, 244, 336, 343 e 566.
5. **Zapata**, Claudio; *Aprenda a Viver sem Dor de Cabeça (Aprende a Vivir sin Dolor de Cabeza)*; trad.: Salvyano Cavalcanti de Paiva; 260 p.; 4 partes; 17 caps.; 7 citações; 4 gráfs.; 25 enus.; 5 tabs.; 211 refs.; 21 x 14 cm; br.; Editora Record; Rio de Janeiro, RJ; S. D.; páginas 189 e 196 a 203.

### **Webgrafia Específica:**

1. **Araújo**, Ana Paula de; *Acerte na Escolha do Sapato sem Prejudicar o seu Corpo*; disponível em: <<http://yahoo.minhavida.com.br/beleza/galerias/14632-acerte-na-escolha-do-sapato-sem-prejudicar-o-seu-corpo>>; acesso em: 05.01.14.
2. **Carvalho**, Cristiano; *Importância de Estudar os Pés*; disponível em: <[http://www.clinicaplenuoequilibrio.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=58&Itemid=80](http://www.clinicaplenuoequilibrio.com/index.php?option=com_content&view=article&id=58&Itemid=80)>; acesso em 10.12.13.
3. **Pinheiro**, Marcelle; *Como Identificar e Tratar a Dor nos Pés*; disponível em: <<http://www.tuasaude.com/como-identificar-e-tratar-a-dor-nos-pes/>>; acesso em: 10.12.13.

M. T. B.