

AUTOPESAGEM (SOMATOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *autopesagem* é o ato ou operação de pesar, neste caso, especificamente, o corpo humano, androssoma ou ginossoma, empregando a balança pessoal, ou o autopesador de banheiro, a fim de a conscin lúcida, homem ou mulher, se manter a par do próprio peso corporal e acompanhar a condição da saúde física.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O elemento de composição *auto* procede do idioma Grego, *autós*, “eu mesmo; por si próprio”. O termo *pesar* vem do idioma Latim, *pensare*, “pesar; examinar; ponderar; considerar; meditar; recompensar; ressarcir; pagar com; ser punido”, e este de *pendere*, “determinar o peso”. Surgiu no Século XIII. O sufixo *agem* provém do idioma Francês, *age*, formador de substantivo de base verbal ou nominal. A palavra *pesagem* apareceu no Século XIX.

Sinonimologia: 1. Pesagem pessoal. 2. Peso corporal pessoal.

Cognatologia. Eis, na ordem alfabética, 19 cognatos derivados do vocábulo *peso*: *autopesador*; *autopesagem*; *pesa*; *pesa-ácido*; *pesa-cartas*; *pesada*; *pesadão*; *pesadelar*; *pesadelo*; *pesado*; *pesador*; *pesadora*; *pesadume*; *pesa-filtro*; *pesagem*; *pesa-leite*; *pesa-licor*; *pesa-papéis*; *repesagem*.

Neologia. O vocábulo *autopesagem* e as duas expressões compostas *autopesagem mantenedora* e *autopesagem terapêutica* são neologismos técnicos da Somatologia.

Antonimologia: 1. Pesagem de outrem. 2. Peso corporal de outrem.

Estrangeirismologia: o *check up* clínico, pessoal, periódico; o *check up* odontológico, pessoal, periódico.

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à autolucidez relativa à manutenção hígida do corpo humano.

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal quanto à Higiene; os harmonopensenes; a harmonopensenidade; os tecnopensenes; a tecnopensenidade; os ortopensenes; a ortopensenidade.

Fatologia: a autopesagem; a balança pessoal; a checagem periódica do peso corporal; o hábito de se pesar regularmente; a manutenção da saúde pessoal; os cuidados com o soma; os excessos gastronômicos; as orgias gastronômicas; a diabetesidade; as doenças nutricionais modernas; o grande problema social da obesidade na vida moderna; a dieta alimentar, pessoal, balanceada; a dieta frutariana; os exercícios físicos; o fato de, em geral, o peso do vestuário da pessoa passar de 1 quilo; o fato do peso das refeições, em geral, ir de 200 gramas a 1 quilo; a inteligência e importância de a pessoa manter o peso corporal adequado à própria constituição física e estatura.

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

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo saúde física–saúde mental*.

Principiologia: o *princípio do mens sana in corpore sano*.

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

Tecnologia: a *técnica do detalhismo aplicada ao próprio corpo humano*.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da Autoconscienciometrologia*; o *laboratório conscienciológico da Evoluciologia*; o *laboratório conscienciológico da Mentalsomatologia*; o *laboratório conscienciológico da autorganização*; o *laboratório conscienciológico da Cosmoeticologia*.

Colegiologia: o *Colégio Invisível dos Nutricionistas*.

Ciclogia: o *ciclo metabólico do corpo humano*.

Binomiologia: o *binômio hábitos pessoais sadios–rotinas pessoais úteis*.

Interaciologia: a interação *Gastrossoma-Mentalsoma*.

Polinomiologia: o *polinômio soma-energossoma-psicossoma-mentalsoma*.

Antagonismologia: o *antagonismo vida sedentária / exercícios físicos*.

Politicologia: as políticas da saúde pública.

Legislogia: a *lei do maior esforço aplicada à manutenção do soma*.

Filiologia: a biofilia.

Holotecologia: a *somatoteca*; a *conflitoteca*; a *problematicoteca*; a *vigorexioteca*; a *bulimioteca*; a *antissomaticoteca*; a *proexoteca*.

Interdisciplinologia: a *Somatologia*; a *Intrafisiologia*; a *Gastrossomatologia*; a *Higienologia*; a *Autoprofilaxia*; a *Fisiologia Humana*; a *Nutrologia*; a *Determinologia*; a *Energossomatologia*; a *Autodiscernimentologia*; a *Conscienciocentologia*; a *Criteriologia*; a *Coerenciologia*.

IV. Perfilologia

Elencologia: a *conscin lúcida*; 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 *parapercepcilogista*; o *pesquisador*; o *projedor 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 *parapercepcilogista*; a *pesquisadora*; a *projedora consciente*; a *sistemata*; a *tertuliana*; a *verbetóloga*; a *voluntária*; a *tocadora de obra*; a *mulher de ação*.

Hominologia: o *Homo sapiens autolucidus*; o *Homo sapiens somaticus*; o *Homo sapiens biophilicus*; o *Homo sapiens intrassomaticus*; o *Homo sapiens vigilans*; o *Homo sapiens homeostasicus*; o *Homo sapiens macrossomabilis*; o *Homo sapiens anorecticus*; o *Homo sapiens bulimicus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: *autopesagem mantenedora* = a realizada periodicamente, por decisão pessoal, a fim de acompanhar a manutenção sadia, regular, do próprio peso; *autopesagem terapêutica* = a executada, sob ordens médicas, a fim de se alcançar e manter o peso corporal, pessoal, ideal.

Culturologia: a *cultura da Prevençiolgia*; a *cultura da Higiene Consciencial*; a *cultura médica*; a *cultura da Ergonomia*; a *cultura da Somatologia*.

Caracterologia. Sob a ótica da *Somatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 15 condições pessoais – estado físico, vestuário, objetos –, adstritas à autopesagem do corpo humano do homem ou da mulher, de acordo com as manifestações da vida diuturna:

01. **Antes da refeição.**
02. **Depois da descarga do vaso sanitário.**
03. **Depois da refeição.**
04. **Depois de andar na esteira aeróbica.**
05. **Depois do desjejum.**
06. **Homem com a carteira no bolso.**

07. **Mulher produzida.**
08. **Pessoa calçada.**
09. **Pessoa com chapéu.**
10. **Pessoa com o molhe de chaves à cintura.**
11. **Pessoa com os óculos.**
12. **Pessoa despida:** condição ideal para a checagem do peso corporal.
13. **Pessoa vestida com roupas de frio.**
14. **Pessoa vestida de pijamas.**
15. **Pessoa vestida normalmente.**

VI. Acabativa

Remissologia. 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 a autopesagem, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Animal humano:** Somatologia; Nosográfico.
02. **Antissomática:** Intrafisiologia; Nosográfico.
03. **Arbitrariedade somática:** Somatologia; Neutro.
04. **Biofilia:** Intrafisiologia; Neutro.
05. **Biofilia monopolizadora:** Intrafisiologia; Nosográfico.
06. **Conscin frutariana:** Intrafisiologia; Homeostático.
07. **Envelhecimento:** Somatologia; Neutro.
08. **Funcionalidade:** Intrafisiologia; Homeostático.
09. **Instrumento pró-saúde:** Somatologia; Homeostático.
10. **Macrossomatologia:** Somatologia; Homeostático.
11. **Objeto ajustado:** Intrafisiologia; Neutro.
12. **Recepção somática:** Somatologia; Neutro.
13. **Rotina útil:** Intrafisiologia; Homeostático.
14. **Soma:** Somatologia; Neutro.
15. **Técnica da sesta:** Somatologia; Homeostático.

**A AUTOCHECAGEM PERIÓDICA DO PESO CORPORAL
É, RACIONALMENTE, HÁBITO SADIO DE TODA CONSCIN
LÚCIDA, HOMEM OU MULHER, ORGANIZADA E INTERES- SADA
NA MANUTENÇÃO DA PRÓPRIA SAÚDE FÍSICA.**

Questionologia. Você, leitor ou leitora, mantém o hábito de se pesar frequentemente? Você tem autopesador pessoal no banheiro?