CORPO EM MOVIMENTO. A EXPERIÊNCIA DA ENFERMAGEM UTILIZANDO A BIODANÇA COMO ATIVIDADE TERAPÊUTICA EM UM CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

Rennan Coelho Bastos¹; Karina Faine da Silva Freitas²; Juliana Santos De Albuquerque³

¹Graduando, Universidade Federal do Pará (UFPA);

²Mestrado, UFPA;

³Graduando, UFPA

rennancbastos@gmail.com

Introdução: Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) nas suas diferentes modalidades são pontos de atenção estratégicos das Redes de Atenção Psicossociais (RAPS), caracterizando-se com serviços de saúde de caráter aberto e comunitário constituídos por equipe multiprofissional que atua sob a ótica interdisciplinar e realiza prioritariamente atendimento às pessoas com sofrimento ou transtorno mental. Algumas das ações dos CAPS são realizadas em coletivo, em grupos, outras são individuais, outras destinadas às famílias, outras são comunitárias e podem acontecer no espaço do CAPS e/ou nos territórios, nos contextos reais de vida das pessoas.¹ As pessoas que são alvo de cuidados enquadrados em reabilitação psicossocial apresentam um conjunto de necessidades, principalmente ao nível da comunicação, expressão corporal, das atividades de vida diária e socialização, em que atividades terapêuticas de grupo relacionadas à arte e ao trabalho corporal se revelaram benéficas, constituindo também como uma forma de participação e incentivo à cidadania.² Os homens dançam desde os tempos imemoriais. A dança é parte da cultura, uma forma de expressão humana por meio do corpo em cujos movimentos cintilam tanto significados socialmente compartilhados quanto sentidos próprios da vivência de cada um. Inicialmente a dança esteve ligada à magia e a religião, tendo um sentido ritualístico, como uma forma do homem primitivo simbolizar seus momentos de existência. Como forma de comunicação social por meio de uma linguagem não verbal, a dança foi agregando também outras funções sociais ao longo do tempo, podendo ser uma atividade lúdica, artística, um trabalho, uma forma de terapia, uma experiência estética, etc.³ A Biodança, criada pelo psicólogo chileno Rolando Mario Toro Arañeda, é um método vivencial, cujo o objetivo é promover os potenciais saudáveis, a partir de encontros em grupos, mediados pela música e pela dança, cuja procura vem crescendo cada vez mais.³ É definida por ele como um sistema de integração humana, de renovação orgânica, de reeducação afetiva e de reaprendizagem das funções originais da vida, apoiando-se em uma metodologia própria que consiste em induzir vivências integradoras por meio da música, do canto, do movimento e de situações de encontro em grupo, atuando através de exercícios específicos.² De um modo geral, as pesquisas com relação a este tipo de prática demonstram que a mesma é compreendida como uma metodologia propulsora da realização humana, entre os quais há uma: reeducação afetiva, o cuidado solidário, a promoção da saúde, o desenvolvimento da criatividade e o fortalecimento de uma identidade positiva.² Sendo assim diante do regulamento do exercício a enfermagem, é dever do mesmo prestar cuidados até em que se estabeleça a capacidade máxima funcional, ao qual, o mesmo pode utilizar como estratégia a biodança. **Objetivos:** Relatar a experiência vivenciada por acadêmicos de Enfermagem, da Universidade Federal do Pará, a partir da aplicação de uma atividade terapêutica utilizando a metodologia da biodança, em um CAPS. **Descrição da Experiência:** Tal experiência foi realizada em um CAPS III, localizado no município de Belém, no mês de agosto, denominado Grão Pará. A atividade terapêutica denominada “Corpo em

Movimento”, foi dividida em 3 etapas: o acolhimento dos presentes, a dança e a avaliação. Durante o acolhimento os participantes se apresentaram a fim da criação de um vínculo para tornar positiva a etapa posterior. A segunda etapa foi composta por sete fases, todas elas tendo um objetivo específico a fim de atingir o geral. Na 1ª fase os participantes foram orientados a se colocar em roda segurando as mãos um do outro, e aos sons da natureza foram estimulados a pensarem em momentos bons, felizes e que lhes traziam conforto. Na fase posterior, ainda em roda e segurando as mãos do parceiro, iniciaram movimentos com os braços, deixando se levar aos sons de uma melodia instrumental. Soltando as mãos e iniciando movimentos livres de alongamento utilizando todas as partes do corpo, a terceira fase, é permeada por uma melodia levemente agitada. Na quarta fase, se locomovendo pelo ambiente, os movimentos vão se tornando mais livres e acompanhando o ritmo de uma música mais agitada que a anterior. Agrupados em duplas e ao som de três músicas românticas, uma mais acelerada que a outra, na quinta fase, os integrantes dançaram e a cada troca de música eles trocaram de par. Na sexta fase, aos sons de uma música agitada e regional, todos os integrantes formaram uma enorme roda, onde cada integrante, de forma espontânea, se dirigia ao centro da roda para expor suas habilidades com a dança, onde poderiam ou não integrar qualquer um dos participantes da roda, que neste momento estavam batendo palmas. Ao som de uma música agitada e com tema de despedida, na última fase, os participantes dançam livremente para finalizar o ciclo da dança. Finalizando a atividade, na última etapa, os participantes avaliaram nossa atividade de forma satisfatória onde cada um expressou seus sentimentos. É importante ressaltar que todos os acadêmicos participaram de forma ativa de todas as etapas da atividade, contribuindo positivamente para o resultado final. A atividade foi realizada para 25 pessoas, durando em torno de uma hora e meia. **Resultados:** Durante a realização da atividade de Biodança, todos os objetivos das etapas foram alcançados. Os participantes foram muito receptivos a todas as propostas da atividade. Dentre os objetivos, é de importância ênfase os da segunda etapa que proporcionavam a reeducação afetiva ao estímulo dos pensamentos positivos; ao cuidado solidário no momento da dança em pares; o desenvolvimento da criatividade com o estímulo a movimentos livres; o fortalecimento de uma identidade positiva quando incentivados a adentrarem a roda expondo suas habilidades com a dança e a promoção a saúde permeado todos os as fases, acentuando a concentração, coordenação motora e o exercício do corpo. Estes, pontos de extrema importância para o sucesso no tratamento. Deste modo, também é notório a importância do acolhimento e participação dos acadêmicos de forma ativa dentro das atividades, uma vez que, como retorno tivemos a fala de um usuário sobre a importância de os alunos terem dançado também, o que enriqueceu consideravelmente a experiência dos acadêmicos. Portanto, fica nítido a importância de atividades terapêuticas que venham trabalhar tanto a individualidade quanto a unanimidade dos clientes, além da importância do reconhecimento e prática do afeto, atenção e proximidade com todos, objetivando o resultado positivo da caminhada contra o estigma que tanto permeia a saúde mental. **Conclusão ou Considerações Finais:** Diante dos objetivos propostos para a atividade terapêutica de biodança, concluímos que a ação realizada foi satisfatória, envolvendo os usuários do CAPS e até mesmo os seus acompanhantes que estavam presentes no momento. A biodança, enquanto um sistema baseado em experiências de crescimento pessoal induzido por música e movimentos, promovendo a renovação orgânica e melhora da comunicação e expressão, funcionou como uma terapia eficaz. No contexto do CAPS, nossa ação também serviu como um teste bem sucedido, haja vista a carência de estudos implementados com uso da biodança em pacientes psiquiátricos, sendo esta terapia benéfica à melhoria dos prognósticos dos usuários, devendo ser melhor avaliada e

utilizada pelos profissionais de saúde. Em suma, acreditamos ter alcançado nossa proposta da ação, contando com a colaboração de nossa docente e da participação dos usuários.

Descritores: Enfermagem, Saúde Mental.

Referências:

1. Ministério da Saúde. Centros De Atenção Psicossocial e Unidades de Acolhimento como Lugares da Atenção Psicossocial nos Territórios. Brasília: 2015.
2. Reis, AC. A dança da vida: a experiência estética da biodança. Orientador ArleyAndriolo. Universidade de São Paulo. São Paulo, 2012.
3. Santos, MLF. Dançar a vida em saúde Mental. A biodanza enquanto estratégia em reabilitação psicossocial. International Biocentric Foundation. Escola de Biodança de Portugal. Lisboa, 2016.