

PREMIADOS NO EIXO TERAPIAS MENTE E CORPO



Os conceitos emitidos nos manuscritos são de responsabilidade exclusiva do(s) autor(es), não refletindo obrigatoriamente a opinião da revista. Esta é uma obra distribuída sob os termos da Licença de Atribuição Creative Commons 4.0 Internacional, que permite uso irrestrito, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que o autor e a fonte originais sejam creditados.

BIODANÇA COM O GRUPO DE MULHERES “GINÁSTICA COM DANÇA” DO MUNICÍPIO DE JARAGUARI, MS: DANÇANDO O VALOR PESSOAL

BRANDÃO, Andreia Cavalheiro de Santana¹

RESUMO

Introdução: Biodança, conhecida como a “dança da vida”, é uma atividade que induz vivências integradas por meio da música e dança e contribui na interação social de mulheres que, ao longo da prática, relatam significativos avanços tanto no aspecto físico, como no psicológico. Algumas participantes são depressivas e fazem uso de medicamentos para ansiedade. É observado que a biodança transforma, estabelece uma relação com o conteúdo emocional, traz à tona a expressão do que essas mulheres realmente são: um espelhamento de si, da grandeza interior. Através dos movimentos, elas veem suas inúmeras possibilidades de ser, permitem uma mudança corporal e de atitudes psíquicas para uma melhor qualidade de vida, o que lhes proporciona uma vida mais feliz. O estudo do objetivo foi compreender o significado da biodança para as mulheres do Grupo Ginástica com Dança em parceria com a Secretaria Municipal de Saúde de Jaraguari-MS. **Apresentação da experiência profissional:** As integrantes pertencem ao Grupo Ginástica com Dança, têm entre 18 e 62 anos de idade e residem no município. Trata-se de uma pesquisa de natureza exploratória, qualitativa. A pesquisa experimental foi realizada na quadra da escola municipal. O grupo foi formado com 21 integrantes com idade entre 20 e 57 anos. A coleta de dados teve uma duração de cinco meses e foi realizada nos meses de fevereiro a junho de 2023. Foram realizados registros em campo: um registro para a obtenção dos dados pessoais das participantes (questionário), coleta de informações (entrevistas), um inicial e outro final, referentes ao tema do trabalho e registro de fotos durante a realização das aulas. Os dados foram coletados por meio de observação, questionário, entrevista semiestruturada oral, realizada antes e no final do experimento. **Discussão:** Os resultados foram apresentados em três seções: a primeira, denominada perfil da participante, traz características gerais e informações complementares; a segunda seção, roteiro das aulas; análise e discussão. Para a investigação de campo foram programadas as aulas de biodança. Os objetivos gerais das aulas foram definidos paulatinamente e agrupados na seguinte ordem: iniciar o processo de integração do grupo; reconectar-se ao ritmo do próprio corpo; vivenciar um contato afetivo indiferenciado; exercitar a expressividade corporal; intensificar a integração com as demais participantes. A análise visou demonstrar se a prática da biodança contribuiu positivamente para a modificação do autoconceito, sendo o conjunto de percepções acerca de si mesmo, envolvendo atitudes valorativas, vivências e sentimentos. **Considerações finais:** Pôde-se testemunhar o processo de metamorfose: mulheres saíram da restrição de seus casulos, foram desabrochando e se libertando como as borboletas, livres da vergonha e dos preconceitos, descobrindo a possibilidade da expressão de si mesmas, experimentando tocar e ser tocadas, mesmo que um toque apenas, com as pontinhas dos dedos. Puderam abrir os olhos e descobrir no olhar do outro que é possível o encontro humano.

Palavras-chave: Biodança. Mulher. Saúde. Práticas Integrativas.

¹ Secretaria municipal de saúde, Jaraguari, Mato Grosso do Sul, Brasil. E-mail: andriabrande_jar@hotmail.com

GRUPO “CANTAROLAR”

TOYAMA, Priscila Kohatsu Shimabuco²

LEAL, Debora Teresinha Tosta²

RESUMO

Introdução: A população idosa vem aumentando consideravelmente no território da USF Vila Corumbá e USF Jardim Paradiso, dessa forma foi criado o grupo “Cantarolar” a fim de contemplar essa população. O envelhecimento é um processo dinâmico e progressivo, no qual há modificações em diversos aspectos: no corpo, na voz, comunicação, audição, mastigação, deglutição, etc. A musicoterapia pode ser benéfica tanto para promover a saúde como para fazer a sua prevenção, propicia a sensação de bem-estar, atuando no paciente como um ato eficiente e protetor, fornecendo uma sensação de paz e aceitação. O grupo se reúne quinzenalmente na Associação “Humberto Canale” após a “Ginástica de Baixo Impacto” do grupo operativo de Educação Física e o público alvo são idosos e pessoas com doenças crônicas. Os profissionais envolvidos são a fonoaudióloga, a profissional de educação física da equipe multiprofissional da APS e o agente comunitário de saúde. O trabalho teve como objetivo propiciar a socialização, fortalecer o vínculo do grupo, aumentar a capacidade respiratória, melhorar a mobilidade dos órgãos fonoarticulatórios, coordenar a respiração, deglutição e fala, reduzir a ansiedade, proporcionar sensação de bem-estar, estimular a cognição, concentração e melhorar a qualidade de vida, promover a integração e socialização. **Apresentação da experiência profissional:** Exercícios de alongamento da região cervical, treino respiratório, exercícios de motricidade orofacial, aquecimento vocal, soltura e vascularização da musculatura oral, canto, adequação do ritmo, percepção auditiva, auriculoterapia aos pacientes que apresentam dor crônica. **Discussão:** Melhoria da frequência dos participantes, desenvolvimento da segurança nas apresentações em eventos públicos, padrão respiratório e articulatório eficiente, melhora da qualidade de vida e construção da auto-estima, redução da ansiedade e stress, melhora na atenção e concentração, melhor integração na comunidade para uma convivência mais harmoniosa, resgate de memória para garantia da identidade deste idoso e paciente, recuperação do sentido da vida, coordenação pneumofonoarticulatória eficiente. **Considerações finais:** Através da música é possível acionar memórias vividas pelo indivíduo em diversas etapas da vida (infância, adolescência, vida adulta e velhice), propiciar a exposição de seus pensamentos, compartilhamento de suas experiências, além do fortalecimento de vínculos saudáveis.

Palavras-chave: Musicoterapia. Idoso. Música. Canto.

² Secretaria municipal de saúde, Campo Grande, Mato Grosso do Sul, Brasil. E-mail: pprisska@hotmail.com

² Núcleo Ampliado de Saúde da Família, Campo Grande, Mato Grosso do Sul, Brasil. E-mail: deboratostaleal@hotmail.com.

ARTETERAPIA E LIAN GONG COMO PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM CAMPO GRANDE, MS

GABAS JUNIOR, Francisco Antonio³
GABAS, Glaciony Denize Grato de Oliveira⁴

RESUMO

Introdução: A Arteterapia e o Lian Gong se consolidaram, no SUS, por meio das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) como novas formas de atendimento ao público, não apenas na saúde-doença, mas, possibilitando mudança comportamental no indivíduo e nas ações da saúde, conforme preconiza a Política Nacional das Práticas Integrativas e Complementares (PNPICs). **Objetivo:** Relatar a experiência de 2 (dois) profissionais nas áreas de Dança, Teatro e Práticas Corporais da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) contratados para o Projeto Viver Legal/ Secretaria Municipal de Saúde, na região Sul do município de Campo Grande -MS, com adolescentes, adultos e idosos nas unidades de saúde, escolas e eventos. **Apresentação da experiência:** O trabalho com as Práticas Integrativas teve início no ano de 2005 com vivências onde foram trabalhadas oficinas de dança e teatroterapia com adolescentes de 12 a 18 anos; e a partir do ano de 2007, trabalhou-se com o Lian Gong e dança para adultos e idosos. Três escolas públicas receberam o Programa de Saúde nas escolas, com Dança e Lian Gong. Ainda foram atendidas algumas unidades básicas de saúde, bem como alguns segmentos dos setores público e privado em eventos pontuais. Na arteterapia foram ministradas vivências voltadas para a consciência corporal; relação corpo e cultura de movimento, relacionamento interpessoal, dinâmicas e jogos dramáticos, meditação, modelagem e pintura, laboratórios e espetáculos com temas relacionados à saúde e cultura popular. Já no Lian Gong em 18 Terapias, eram realizados alongamentos com foco na prevenção e tratamento de dores; respiração; integração jovem-idoso, em um processo terapêutico utilizando técnicas que estimulassem os integrantes na questão da aceitação pessoal, do respeito mútuo e da convivência com as diversidades. **Discussão:** os objetivos com as práticas foram alcançados de forma satisfatória para os profissionais e para o público-alvo atendido. Houve alguns momentos de contraversão dentro de uma unidade de saúde envolvendo alguns servidores que desconheciam a proposta das práticas terapêuticas, porém, aos poucos essas dificuldades foram sendo minimizadas e o apoio do gestor e da Assistente Social local foram fundamentais para o bom andamento e funcionamento das práticas. Observou-se que as vivências, os vínculos criados e o êxito nas PICs somente foram possíveis devido ao trabalho multiprofissional, gerando fortalecimento das ações em toda a comunidade envolvida. Após 5 anos, essas práticas regulares se encerraram no Projeto, com o término do contrato dos profissionais. **Considerações finais:** O trabalho com as Práticas Integrativas, utilizando as técnicas da Arteterapia e Lian Gong em 18 Terapias, são, bastante válidas quando aplicadas com continuidade. O Profissional que atua nessa área precisa ter estratégias e ações voltadas para a prevenção de doenças e promoção da saúde. Para isso, as qualificações e os estudos com mais fundamentos se fazem necessários, visando fortalecer as práticas e as políticas que regulamentam as Práticas Integrativas e Complementares.

Palavras-chave: Arteterapia. Dança. Teatroterapia. Medicina Tradicional Chinesa. Promoção da saúde.

³ Secretaria municipal de saúde, Campo Grande, Mato Grosso do Sul, Brasil. E-mail: juniorglaciony@gmail.com

⁴ Secretaria municipal de saúde, Campo Grande, Mato Grosso do Sul, Brasil. E-mail: juniorglaciony@gmail.com