

Guimarães, A. C.; Pascoal, R. C. A.; Carvalho, I. Z. de; & Adão, K. do S. A inserção social através de práticas de educação física como medidas interventivas para pacientes psicóticos e neuróticos graves do CAPS de São João del-Rei/ MG

A Inserção Social através de Práticas de Educação Física como Medidas Interventivas para Pacientes Psicóticos e Neuróticos Graves do CAPS de São João del-Rei/ MG

Social Insertion through Physical Education Practices as Interventional Measures for Severe Psychotic and Neurotic Patients from the CAPS of São João Del-Rei/MG

Andrea Carmen Guimarães¹

Renata Cristiane Alves Pascoal²

Iara Zilda de Carvalho³

Kleber do Sacramento Adão⁴

Resumo

O projeto consiste na aproximação da Educação Física com a saúde mental, a partir da intervenção junto a indivíduos com transtornos psíquicos. O objetivo é colaborar para a melhoria da saúde física e mental e inserção social dos mesmos. As intervenções ocorreram no CAPS de São João del-Rei/MG, duas vezes por semana, com uma hora de duração. As atividades foram baseadas nos elementos da cultura corporal: lutas, dança e esportes adaptados para uma melhor autonomia e qualidade de vida. O público alvo foram 45 pacientes psicóticos e neuróticos graves atendidos pelo CAPS, com idade média entre 30 e 50 anos. A metodologia utilizada foi a observação e relatos de experiência. Os resultados apontam para uma melhor interação entre pacientes atendidos, uma diminuição da distância entre sociedade e o paciente psiquiátrico, bem como um alerta ao poder público sobre a importância da atividade física para essa população.

Palavras-chave: Educação Física; saúde mental; inserção social; CAPS.

Abstract

The project consists in the approximation of Physical Education with mental health, based on the intervention in individuals with psychic disorders. The goal is to collaborate to the improvement of their physical and mental health and social insertion. Interventions occurred in the CAPS of São João del Rei/MG, twice a week, with a length of one hour. The activities were based on the elements of body culture: fights, dance, and sports adapted for a better autonomy and quality of life. The target audience consisted of 45 severe psychotic and neurotic patients under the care of CAPS, with an average of 30 to 50 years of age. The methodology was based on observation and experience reports. The results suggest a better interaction between patients under treatment, a decrease in the distance between society and the psychiatric patient, and a warning to the government as to the importance of physical activity to this population.

Keywords: Physical Education; mental health; social insertion; CAPS.

¹ Doutora em Educação Física pela Universidade Católica de Brasília (UnB). Professora do curso de Educação Física da Universidade Federal de São João del-Rei (UFSJ). Coordenadora do Grupo de Estudos de Atividade Física e Saúde (GEAFS - UFSJ). Endereço para correspondência: GEAFS – Grupo de Estudos de Atividade Física e Saúde. Avenida Visconde do Rio Preto, s/nº, Colônia do Bengo, São João del-Rei, MG, CEP: 36.301-360. Endereço eletrônico: andreaguimaraes@ufsj.edu.br

² Acadêmica do curso de Educação Física da Universidade Federal de São João del-Rei.

³ Acadêmica do curso de Educação Física da Universidade Federal de São João del-Rei.

⁴ Doutor em Educação Física pela Universidade Estadual de Campinas. Docente do Curso de Educação Física da Universidade Federal de São João del-Rei.

Guimarães, A. C.; Pascoal, R. C. A.; Carvalho, I. Z. de; & Adão, K. do S. A inserção social através de práticas de educação física como medidas interventivas para pacientes psicóticos e neuróticos graves do CAPS de São João del-Rei/ MG

Histórico da saúde mental e surgimento dos CAPS

Segundo Amarante (2007), a saúde mental passou por várias mudanças: desde a Revolução Francesa, pela transformação de hospital em instituição médica; posteriormente, no início da Idade Média, o hospital tinha como foco dar abrigo, alimentação e assistência religiosa aos pobres e miseráveis; no século XVII, os hospitais passaram a cumprir uma função de ordem social e política, vários deles reproduzindo os princípios e estratégias estimuladas por Pinel, em “as psiquiatrias reformadas às rupturas com a psiquiatria”.

Observando o exposto acima, a trajetória da saúde mental pode ser dividida em três períodos, definidos por Thornicroft e Tansella (2008) como: (1) a ascensão do manicômio, primordialmente em países economicamente desenvolvidos, oferecendo principalmente contenção custodial e as mais básicas necessidades de sobrevivência a pacientes com uma ampla variação de transtornos clínicos e problemas sociais; (2) declínio do manicômio, na maioria dos países desenvolvidos, sendo provavelmente uma de suas falhas mais graves os efeitos produzidos nos pacientes, inclusive a progressiva perda de habilidades para a vida e o acúmulo de “sintomas de déficit”; e (3) a atenção equilibrada, que incorpora uma gama de serviços comunitários dentro de contextos locais, fazendo-se importante continuar com a oferta de todos os benefícios da atenção hospitalar, ao mesmo tempo em que se evitam seus aspectos negativos.

A saúde mental no Brasil foi marcada por credences e mitos que, ao longo do tempo, geraram preconceitos, vergonha por parte dos familiares e exclusão social, mantendo à margem da sociedade as pessoas consideradas loucas. Tais visões sobre os doentes mentais foram equivocadas, na medida em que estabeleciam um antagonismo entre razão e loucura, criando o estigma e reforçando medidas institucionais de confinamento desses indivíduos. Estas medidas resultavam nas internações em manicômios por muitos anos, podendo se estender para o resto da vida do paciente. Infelizmente, o processo de inclusão, quando se trata de saúde mental, ainda é algo que necessita de atenção e intervenção, pois a legalidade não garante totalmente a legitimidade dos direitos reservados às pessoas com doenças mentais. A solução deste problema ainda parece ser a quebra de paradigmas presentes na sociedade. E essa é uma das

possibilidades para que a Educação Física se efetive junto ao processo de inclusão desses indivíduos.

Dentre os processos de mudança ocorridos, influenciados por manifestações e debates nos diferentes setores da sociedade em prol dos direitos civis e políticos do paciente psiquiátrico e por um tratamento mais humanizado e antimanicomial, resultou a Reforma Psiquiátrica. Esta é definida por Amarante (2007) como uma consequência natural de uma transformação da própria ciência, destacando-se que os serviços passaram a lidar com as pessoas e não mais com as doenças. Sendo um dos resultados dos procedimentos relativos à doença mental no Brasil, os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) possuem um papel de grande importância, considerados a principal estratégia da já citada Reforma Psiquiátrica. De maneira geral, eles se caracterizam pela utilização intensiva de um conjunto amplo e complexo de tecnologias terapêuticas e práticas psicossociais dirigidas para manter o portador de transtorno mental na comunidade (Pimenta & Romagnoli, 2008). Em suma, a empreitada da reforma psiquiátrica é substituir uma psiquiatria centralizada no hospital por uma psiquiatria amparada em dispositivos diversificados, abertos e de natureza comunitária ou territorial (Tenório, 2002).

Para se ter uma visão global do movimento atual da reforma psiquiátrica brasileira, uma marcação de fatos históricos que caracterizam esse período foi baseada em Tenório (2002). O movimento tem como período germinativo a luta mais ampla pela redemocratização do país, na segunda metade da década de 1970. Em 1978, é criado o Movimento dos Trabalhadores em Saúde Mental (MTSM), que combinava reivindicações trabalhistas com um discurso humanitário. Na década de 1980, o movimento sanitário se confunde com o próprio Estado, através da vitória oposicionista nas eleições para governador, em 1982, em vários estados, da chamada ‘cogestão dos hospitais psiquiátricos do país’ e da eleição, alguns anos depois, de Tancredo Neves e José Sarney para a presidência da República. Reunidos a esses acontecimentos, a década de 1980 presenciou ainda três processos também importantes para a estabilização das características atuais do movimento da reforma: a ampliação dos atores sociais envolvidos no processo, a iniciativa de reformulação legislativa e o surgimento de experiências institucionais bem-sucedidas na construção de um novo tipo de cuidados em saúde mental. Em 1989, o deputado Paulo Delgado (PT-MG) apresentou o projeto de lei 3.657/89,

Guimarães, A. C.; Pascoal, R. C. A.; Carvalho, I. Z. de; & Adão, K. do S. A inserção social através de práticas de educação física como medidas interventivas para pacientes psicóticos e neuróticos graves do CAPS de São João del-Rei/ MG

conhecido como a Lei da Reforma Psiquiátrica, que foi finalmente aprovado, em 2001, como 'Lei 10.216, de 6 de abril de 2001'. A partir da década de 1990, houve uma reestruturação sistemática da estrutura normativa que regulamenta a assistência psiquiátrica no país, pelo Ministério da Saúde. A ação na cultura, no hoje denominado Movimento da Luta Antimanicomial, que visa chamar a sociedade para discutir e reconstruir sua relação com o louco e com a loucura, além da participação dos usuários dos serviços de saúde mental e de seus familiares no processo, somou-se à Lei da Reforma Psiquiátrica e teve como consequência uma intensificação da discussão sobre o tema, que não ficou restrita aos meios especializados e fez avançar o movimento da reforma que, até os dias de hoje, busca desenvolver-se no país.

De acordo com Fernando Tenório (2001), os CAPS conjugam as três principais correntes da reforma psiquiátrica brasileira: a desinstitucionalização, que foca muito mais o sujeito do que a doença; a clínica institucional, que trabalha o sujeito em sua singularidade, fazendo da instituição um lugar de laço social para quem, por definição, tem dificuldade de fazer este laço; a reabilitação psicossocial, que desloca o tratamento da doença para a existência, mas mantém um caráter de educação para a vida social.

Educação Física e o CAPS

As novas terapias introduzidas como forma de tratamento do doente mental defendem a inserção social em detrimento do isolamento, sendo uma delas a presença do Professor de Educação Física como integrante da equipe multiprofissional do CAPS. O enfoque dado à participação da Educação Física neste processo se apresenta no sentido de discutir e refletir a partir das práticas de intervenção, além das dimensões levadas a efeito junto a estes pacientes através de seus conteúdos. A discussão e reflexão acontecem antes, durante e depois das intervenções, através de observações e da prática em si, considerando erros e acertos. Antes, pelo planejamento das aulas; durante, quando adaptações são necessárias de serem realizadas na hora, ou no tocante às atividades que extrapolam a aceitação esperada; e depois, no momento em que todos estes pontos são analisados.

É interessante observarmos também que a prática de atividade física pode ser um coadjuvante na melhoria da qualidade de vida de doentes mentais. Se aplicada de forma a valorizar as diferenças, visando às potencialidades e não às

limitações desses indivíduos, ela colabora para a maximização do potencial individual, encoraja a auto-superação e proporciona o ganho de autonomia funcional.

Sendo a Educação Física considerada uma das maneiras de auxiliar na construção da cidadania e na promoção da inclusão social (Santana, 2008), faz-se, portanto, de extrema importância averiguar qual o impacto da atividade física na melhora da qualidade de vida desse grupo, seja no âmbito social, cognitivo ou motor, para posteriormente poder implementá-la de forma significativa nas aulas e no tratamento com os usuários do CAPS.

A implementação da prática depende diretamente do professor de Educação Física através de uma nova medida interventiva, não se resumindo somente a uma simples implantação de programas de atividade física no interior do serviço, o que permite vislumbrar a constituição de uma "Educação Física que emerge do CAPS", em contraposição a uma "Educação Física imposta no CAPS". Ao mesmo tempo, a presença de professores e de suas práticas mobiliza os modos de dialogar e de interagir na busca por outras formas de organizar o cuidado em saúde mental, identificadas com a reinserção social, a desinstitucionalização e a humanização.

Essa situação de adaptação a um universo diferente é parecido com o que Guimarães et al (2011) propõem com a presença de um profissional e a busca de informações, através da equipe de trabalho, sobre as histórias de vida e, principalmente, sobre as potencialidades dos usuários. Com isso, pretende-se realizar um trabalho mais consistente e consciente dentro do CAPS, com base nas experiências diárias dos profissionais desta instituição. Afinal, o convívio diário com os usuários do CAPS proporciona uma rica base para as aulas de Educação Física e para a relação dos profissionais com os doentes mentais.

Logo, o propósito deste estudo é promover um relato de experiência do Projeto de Educação Física junto ao CAPS de São João del-Rei/MG, mostrando as implicações da atividade física em pacientes psicóticos e neuróticos graves.

A proposta de trabalho no CAPS de São João Del-Rei/MG

Localizado na região do Campo das Vertentes, o CAPS de São João del-Rei/MG é formado por um corpo técnico multidisciplinar: psiquiatras, psicólogos, enfermeiros, farmacêuticos, técnicos e equipe administrativa. Recebe diariamente adultos que sofrem de diferentes tipos de psicose ou de

Guimarães, A. C.; Pascoal, R. C. A.; Carvalho, I. Z. de; & Adão, K. do S. A inserção social através de práticas de educação física como medidas interventivas para pacientes psicóticos e neuróticos graves do CAPS de São João del-Rei/ MG

neuroses graves. Estes, em sua maioria, já chegam à instituição com algum diagnóstico.

A orientação do CAPS de São João Del-Rei segue a Portaria 336 de 2002 (Ministério da Saúde, 2002), que define e estabelece diretrizes para o funcionamento de todos os CAPS, sendo função do serviço: responsabilizar-se pela organização da demanda e da rede de cuidados em saúde mental; supervisionar e capacitar equipes de atenção básica; realizar e manter atualizado o cadastramento dos pacientes; oferecer atendimento individual, em grupos e em oficinas terapêuticas; promover atividades comunitárias enfocando a integração do paciente na comunidade e sua inserção familiar e social. Compete ao serviço buscar estreitar os laços entre o campo da saúde mental e a comunidade.

Portanto, o CAPS visa à não internação, à medicação criteriosa e à discussão permanente dos casos, tanto com as instituições encaminhadoras, quanto com os responsáveis pelos atendimentos. Os casos são abordados em reuniões semanais que almejam evitar possíveis conduções equivocadas, transformando-se ocasionalmente em reuniões de capacitação.

O Trilhar Metodológico

A experiência relatada a partir das intervenções ocorreram no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) de São João del-Rei/MG, nas segundas e quartas-feiras de 10 às 11 horas, e delas participaram acadêmicos do curso de licenciatura em Educação Física da UFSJ e uma professora formada pela mesma instituição. Esta professora acompanha o projeto e, posteriormente a seus acompanhamentos, faz grupos focais para saber o que os alunos estão sentindo em relação às atividades desenvolvidas. Quando a mesma não está presente, as alunas bolsistas responsáveis pelo projeto conversam com estes alunos e fazem uma avaliação das aulas, além de conversarem com os pacientes.

As atividades desenvolvidas basearam-se nos elementos da Cultura Corporal proposta pelo Coletivo de Autores (1992), ou seja, lutas, ginástica, dança e esportes. Nas atividades, foram ressaltados os valores culturais de tais práticas orientadas, levando em conta o universo do aluno e suas limitações, sem, no entanto, excluir suas potencialidades. Para isso, utilizamos materiais convencionais e alternativos como bolas, cordas, redes, arcos, bexigas, bastões, garrafas pet, tacos, cones, cartolinas, pincéis, gravuras, dentre outros. As aulas geralmente foram realizadas ao som de

músicas que promoviam um ambiente mais facilitador e motivante para os alunos. O público alvo consistiu nos pacientes psicóticos e neuróticos graves atendidos pelo CAPS cuja faixa etária predominante varia entre 30 e 50 anos de idade.

Foram feitos relatórios a cada aula, visando avaliar a eficácia e aceitação por parte dos alunos e uma avaliação mensal acerca das possíveis melhoras alcançadas. Além disso, acreditamos ser indispensável o diálogo com as demais equipes do CAPS a fim de viabilizar um trabalho interdisciplinar cujos conhecimentos convergem para um mesmo objetivo. Observações e relatos de experiência dos discentes de Educação Física participantes do projeto, dos pacientes e do corpo técnico do CAPS foram considerados para que os pontos positivos das práticas fossem potencializados e as críticas negativas que surgissem fossem corrigidas.

Considerando as análises realizadas nos anos de 2010 e 2011, somados aos resultados parciais, percebemos a melhora na interação entre os pacientes atendidos (convivência, socialização, tolerância); ganho positivo no que se refere à autonomia funcional e bem estar; maior frequência ao CAPS e conseqüente melhor adesão ao tratamento; maior consciência corporal, auto-estima e higiene pessoal. Além dos benefícios proporcionados aos acadêmicos do curso de Educação Física da UFSJ no que tange a uma formação mais humanizadora e também à vivência da práxis.

Com relação aos sentimentos dos pacientes frente às aulas, os mesmos se mostraram felizes com a prática de uma atividade física e demonstram mais motivação e disposição após as aulas. Tais emoções geram mais autoconfiança e autoestima nos doentes mentais, o que reflete uma melhor inserção social entre os próprios pacientes e na relação deles com a sociedade.

Dessa forma, o trabalho em equipe interdisciplinar no CAPS, juntamente com a Educação Física, pode contribuir para a melhoria da saúde física e mental de indivíduos com doenças mentais. Esses benefícios já são relatados pelos profissionais do CAPS, mediante as observações e relatos nos prontuários dos pacientes referentes à diminuição de medicamentos e assiduidade às práticas das aulas de Educação Física.

Considerações Finais

O projeto vem contribuindo com a diminuição da distância entre a sociedade e o paciente

Guimarães, A. C.; Pascoal, R. C. A.; Carvalho, I. Z. de; & Adão, K. do S. A inserção social através de práticas de educação física como medidas interventivas para pacientes psicóticos e neuróticos graves do CAPS de São João del-Rei/ MG

psiquiátrico, bem como servindo de alerta ao poder público que muitas vezes não disponibiliza o suporte necessário para tais indivíduos. O mesmo também tem buscado incentivar ações em saúde mental relacionadas com o ideário da luta antimanicomial, mapeando concepções e práticas desenvolvidas pela área da Educação Física frente à experiência da loucura.

Além dos resultados atingidos no decorrer de 2010 e 2011, esperamos alcançar novas informações acerca dos benefícios da atividade física sobre a área da saúde mental. Também temos como objetivo colocar em pauta, a partir de um olhar crítico, os tantos fatores que geram a estigmatização de pessoas com doenças mentais e, ainda, incentivar a criação de políticas públicas que se voltem para essa população. E como bem citam Dimenstein, Cabral, Severo, Brito e Alverga (2007), faz-se importante interferir nas práticas já instituídas e incentivar atividades que incluem desde o atendimento individual (psicoterápico, medicamentoso e de orientação), atendimento em grupo, às famílias, visitas domiciliares, até às atividades comunitárias, para gerar uma mudança na lógica que sustenta o trabalho em saúde como um todo e nas estruturas de poder estabelecidas.

A oportunidade de vivenciar teoria e prática por meio da participação ativa dos discentes torna o trabalho gratificante e faz com que os mesmos assumam uma postura mais positiva frente aos doentes mentais, a partir do trabalho com suas potencialidades. Isso se transfere aos pacientes, que se sentem mais confiantes diante das aulas e, inclusive, fora delas.

Este trabalho é também uma possível contribuição para os estudos na área da Educação Física e saúde mental que, pelo observado, ainda são incipientes. Segundo Abib e Alves (2009), “o campo da saúde mental é pouco estudado pelos estudantes e professores de Educação Física” (p. 5), fato esse que se tornou, ao final do trabalho realizado por eles, um dos maiores desafios da investigação. Logo, esta pesquisa almeja oferecer subsídios para a evolução da área da Educação Física, mais especificamente da Educação Física Adaptada, pois mostra o que está sendo realizado no CAPS de São João del-Rei/MG, alavancando diversas temáticas para estudos futuros na área. Por conseguinte, através das investigações, poder-se-á entender que esta pesquisa virá a contribuir de forma significativa com pesquisadores que buscam adquirir informações sobre as práticas pedagógicas realizadas nas aulas de Educação Física do CAPS. Com trabalhos como este, pretendemos dar nossa contribuição para aqueles que lidam, convivem,

tratam e ajudam pessoas que estão em “sofrimento” psíquico.

Referências

- Abib, L. T., & Alves, C. T. de. P. (2009). Educação Física e saúde mental: refletindo sobre o papel das práticas corporais. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 1-6. In *Anais do Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte*, 16. Salvador. Recuperado em 27 de agosto, 2011, de <http://www.rbceonline.org.br/congressos/index.php/CONBRACE/XVI/paper/viewfile/1030/644>
- Amarante, P. (2007). Saúde mental e atenção psicossocial. Rio de Janeiro: Fiocruz.
- Ministério da Saúde. (2002). *Portaria n.º 336/GM*. Recuperado em 03 de julho, 2012, de <http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/Portaria%20GM%20336-2002.pdf>
- Coletivo de Autores. (1992). *Metodologia do ensino da Educação Física*. São Paulo: Cortez.
- Dimenstein, M., Cabral, C. de M. T., Severo, A. K. S., Brito, M de A., & Alverga, A. R. de. (2007). Saberes e fazeres de agentes comunitários de saúde frente à experiência da loucura. *Revista Pesquisas e Práticas Psicossociais*, 2(1), 1-9. Recuperado em 03 de julho, 2012, de <http://www.ufsj.edu.br/revistalapip/revista>
- Guimarães, A. C., Rocha, G. B. D., Maciel, M. G., & Adão, K. do S. (2011). Pensando as Práticas de Intervenção dos Discentes do Curso de Licenciatura em Educação Física na Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE) do Município de São João del-Rei/MG. *Revista Pesquisas e Práticas Psicossociais*, 6(1) 149-154. Recuperado em 03 de julho, 2012, de http://www.ufsj.edu.br/portal2-repositorio/File/revistalapip/volume6_n1/Guimaraes_et_al.pdf
- Pimenta, E. de S., & Romagnoli, R. C. (2008). A relação com as famílias no tratamento dos portadores de transtorno mental realizado no Centro de Atenção Psicossocial. *Revista Pesquisas e Práticas Psicossociais*, 3(1), p. 1-10. Recuperado em 03 de julho, 2012, de <http://www.ufsj.edu.br/revistalapip/revista>

Guimarães, A. C.; Pascoal, R. C. A.; Carvalho, I. Z. de; & Adão, K. do S. A inserção social através de práticas de educação física como medidas interventivas para pacientes psicóticos e neuróticos graves do CAPS de São João del-Rei/ MG

Santana, J. O. (2008). A Educação Física inserida no cotidiano dos Portadores de Sofrimento Mental (PPSM): a busca pelo 'Contentamento Mental'. *Revista Digital*, Buenos Aires. Recuperado em 27 agosto, 2011, de <http://www.efdeportes.com/efd117/a-educacao-fisica-inserida-no-cotidiano-dos-portadores-de-sofrimento-mental.htm>

Tenório, F. (2001). Da reforma psiquiátrica à clínica do sujeito. In A. Quinet, (Org.), *Picanálise e psiquiatria: Controvérsias e convergências* (pp. ??). Rio de Janeiro: Rios Ambiciosos.

Tenório, F. A (2002). A reforma psiquiátrica brasileira, da década de 1980 aos dias atuais: história e conceito. *História, Ciências, Saúde, Manguinhos*, 9(1), 25-59.

Thornicroft, G., & Tansella, M. (2008). Quais são os argumentos a favor da atenção comunitária à saúde mental? *Revista Pesquisas e Práticas Psicossociais*, 3(1), 1-17. Recuperado em 03 de julho, 2012, de <http://www.ufsj.edu.br/revistalapip/revista>

Recebido: 30/07/2012
Revisado: 13/11/2012
Aprovado: 09/01/2013