

Práticas Corporais de Promoção Comunitária de Saúde Mental (PCPCSM) e a sua potência política: participação, coautoria e liberdade

Palavras-chave: Práticas Corporais Comunitárias. Promoção de Saúde Comunitária. Saúde Mental. Liberdade. Política.

Itala Daniela da Silva¹

Maria Carolina Cecílio²

Isis Stefany Gutierrez Hernandez³

Leonardo Fernandes Coelho⁴

Cristiano Roque Antunes Barreira⁵

Caracterização da Pesquisa

A Saúde Mental tem sido tema em vários âmbitos sociais, dada as emergências de saúde pública e o crescimento vertiginoso de diagnósticos psicopatológicos e sofrimentos existenciais. A construção de práticas profissionais que considerem o cuidado integral do ser humano é atravessado por desafios epistemológicos, institucionais e sociais. Apesar da consolidação dos marcos legais, Sistema Único de Saúde (SUS) e a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) (Brasil, 2015), os desafios não cessam e convocam os profissionais e pesquisadores, sensíveis às realidades comunitárias, a repensarem suas práticas, posturas éticas e compromissos sociais. A própria concepção de Saúde Mental precisa ser considerada em sua complexidade e as ações não deveriam se reduzir ao tratamento de doenças, ampliando-se, assim, a perspectiva de saúde (Crovador; Cardoso; Ishara, 2013).

Implicados nesse horizonte, a presente pesquisa se insere na dinâmica do projeto de extensão universitária Práticas Corporais de Prevenção Comunitária de Saúde Mental (PCPCSM) da Universidade São Paulo (USP) e tem o objetivo de compreender como as Práticas Corporais Comunitárias podem contribuir na promoção e prevenção da saúde mental.

¹ Membro do Grupo de Pesquisa Fenomenologia e Práticas Corporais - USP itala.daniela@gmail.com

² Graduanda em Educação Física - EEFERP USP - carolcecilio@usp.br

³ Graduanda em psicologia - FFCLRP USP - isis.hernandes@usp.br

⁴ Mestrando - EEFERP USP - leonardof.coelho@usp.br

⁵ Professor Titular - EEFERP USP - crisroba@usp.br

As atividades de extensão ocorrem, semanalmente, com duração de uma hora no Hospital Dia (HD) vinculado ao Hospital das Clínicas (HC) da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto – USP.

Objetivo

Compreender a potência Política das Práticas Corporais no âmbito da Saúde Mental a partir da participação nas atividades realizadas pelos estudantes da graduação e pós-graduação da área de Educação Física e Psicologia no Projeto de Extensão “Psicologia do Esporte e Saúde Mental: Práticas Corporais de Promoção Comunitária de Saúde Mental (PCPCSM) no Hospital Dia HC-RP”.

Justificativa

A consolidação de uma atenção psicossocial que considere a integralidade humana é um desafio já que as formações profissionais têm sido, sobremaneira, focadas em práticas individuais com perspectivas biomédicas. Aqui não se tem o objetivo de desconsiderar as perspectivas biológicas, mas discutir a importância das Práticas Corporais para além do que já está amplamente consolidado nas evidências científicas, a saber, a importância das Atividades Físicas ou Práticas Corporais na ampliação da saúde, melhoria dos marcadores biológicos, alteração do humor e as ressonâncias na saúde de paciente com diagnóstico de Transtornos Mentais Graves (Carvalho *et Al.* 2020; Barreira; Telles; Filgueiras, 2020; Stubbs *et al.*, 2018). Aliás, conforme acentuam Carvalho *et al.* (2020), não se trata nem de hierarquizar os benefícios biológicos ou socioculturais das Práticas Corporais, já que partimos da consideração da integralidade do humano que habita num corpo biológico e acontece numa teia de relações (Arendt, 2014). Por considerar a condição humana de um ser biológico (*animal laborans*) e de existir numa teia humana (*bios politikos*) que acentuamos a inseparabilidade (Arendt, 2014). Ademais, as ações humanas ocorrem *entre-homens* e tem *per si* uma característica política, já que os homens habitam a terra e não o homem. A pluralidade é a lei do mundo e a política se sustenta na convivência entre diferentes (Arendt, 2018).

O presente trabalho justifica-se pela importância de ressaltar as características políticas da convivência humana e destacar como as Práticas Corporais Comunitárias possibilitam um espaço de *com-vivência* onde as singularidades podem ser acolhidas numa experiência política, já que as genuínas mudanças no mundo e nas histórias pessoais não ocorrem na solidão, mas precisam da presença circundante de outras pessoas (Arendt, 2022).

Método

As discussões aqui apresentadas advêm de uma pesquisa empírico fenomenológica em que a participação no Grupo de Práticas Corporais de Prevenção Comunitária em Saúde Mental e a leitura dos diários de bordo construído pelos monitores, possibilitou a compreensão da experiência vivida no Grupo de Práticas Corporais. Embasados numa perspectiva fenomenológica em psicopatologia e Psicologia do Esporte, as práticas corporais oferecidas não têm o objetivo de ser prescritiva e instrutiva, mas um espaço de convite à experiência de cada participante (Rodrigues, Epiphany e Barreira, 2021).

Importa destacar que há uma polissemia de significados no termo ‘Práticas Corporais’, conforme discutido por Coelho Junior e Barreira (2022). Os autores concluíram que muitas vezes o termo tem sido tomado para apresentar atividades físicas que promovam os efeitos biomédicos desejados pelos profissionais a partir de suas concepções sobre saúde.

No projeto em tela, as Práticas Corporais oferecidas não têm o objetivo de sistematicidade ou alto rendimento e dentre as atividades propostas, por monitores ou pacientes, temos: alongamento, amarelinha com pés e mãos, labirinto com linhas, exercício de atenção e coordenação motora, movimentos de defesa pessoal, exercícios de Pilates e RPG, Percussão Corporal, outros.

Ao final de cada encontro, os monitores que participaram das atividades, escrevem seus diários a partir da perspectiva de Versão de Sentido (Amatuzzi, 1996), com o objetivo de relatar as experiências vividas e não descrever objetivamente os fatos. Os relatos dos estudantes são apresentados em supervisão e as narrativas possibilitam a compreensão do que está sendo vivido.

As narrativas presentes nos diários de bordo foram lidas a partir da perspectiva fenomenológica, que tem como objetivo voltar às experiências tal como elas se apresentam, com a finalidade de tecer compreensões e não construir interpretações (Barreira, 2018). Uma leitura suspensiva, ou seja, que renuncia aos pressupostos já estabelecidos, possibilitou a identificação de uma unidade de sentido que recorrentemente aparece entre as narrativas dos monitores: “A Abertura à participação”. Os pacientes se sentem convidados a participar, não pela ‘pressão’ ou pela demarcação da importância dos exercícios físicos para a pessoa, mas pela abertura a singularidade, o acolhimento e a liberdade de aparecimento no cenário plural. A abertura e acolhimento à alteridade engendram uma maior participação e adesão dos pacientes as atividades propostas, em coautoria, por monitores ou pacientes.

Resultados e Discussão

O projeto existe desde 2016 e é realizado por membros do Grupo de Pesquisa Fenomenologia e Práticas Corporais, estudantes de graduação e pós-graduação, das áreas de Educação Física e Psicologia.

A análise das narrativas presentes nos diários de campo e as publicações acadêmicas realizadas pelo grupo, permite-nos destacar a capacidade de uma atenção integral à saúde, a partir das práticas realizadas. Essa apresentação é significativa pois pode possibilitar a expansão dessa prática para outros dispositivos de saúde.

A partir da participação nas práticas corporais realizadas no HD e a leitura dos diários de bordo, acenamos para algumas possibilidades de compreensão em consonância com o pensamento político de Hannah Arendt. Inicialmente, importa ressaltar que os participantes são acolhidos em sua condição humana e não em sua condição diagnóstica (Barreira; Salomão e Mattos (2018). A abertura à humanidade, tal como ela se expressa e a sustentação da alteridade é a condição para um aparecimento político e para o exercício da liberdade.

De acordo com Arendt (2022), ser livre e poder agir é a mesma coisa. A liberdade se efetiva quando cada pessoa pode aparecer numa teia de relações humanas estabelecendo a novidade. A possibilidade de deixar sobrevir algo novo no mundo, depende não apenas da vontade individual (*liberum arbitrium*), a que decide entre duas coisas dadas (Arendt, 2022), mas da teia humana que dá ou não continuidade ao ato iniciado (Arendt, 2014).

Uma das questões que se evidenciam na experiência do grupo é, justamente, a possibilidade do início de uma experiência, não antecipada pelo pensamento, mas manifesta no próprio ato realizado, na ação (Silva, 2022). “Os homens são livres enquanto agem” e “o surgimento da liberdade [...] coincide com o ato em realização” (Arendt, 2022, p. 233).

Esse aparecimento político se mostra possível em uma relação de igualdade e coautoria em que nenhuma das partes tem a pretensão de prescrever ou ditar um modo de funcionamento, já que o controle na mão de um, ou de poucos, é justamente o oposto da liberdade e da política, pois provoca o apagamento da alteridade e da pluralidade.

Considerações Finais

As atividades de extensão realizadas pelos estudantes do Grupo de Pesquisa Fenomenologia e Práticas Corporais (EEFERP), convida-nos a discutir sobre a potência Política das Práticas Corporais no campo da Saúde Mental. Isso porque, situados num método fenomenológico que convoca à abertura, atrelado à suspensão da atitude de prescrição e

instrução de exercícios, passa-se a evidenciar uma prática que, ao se construir em coautoria, edifica um espaço de aparecimento político onde a ação é acolhida e encontra uma teia humana disponível a dar continuidade ao ato iniciado pelos participantes. Essas atitudes coadunam com a perspectiva de humanização e integralização proposta pelo SUS, que prevê a participação coletiva na produção de saúde (Brasil, 2008); além de dialogar com as perspectivas de transformação na atenção psicossocial que pressupõe que as pessoas em sofrimento psíquico continuem exercendo sua cidadania e sua participação na *polis*, ou seja na cidade e nos lugares que frequenta e habita.

Nesse sentido, consideramos as Práticas Corporais de Promoção Comunitária de Saúde Mental (PCPCSM) como uma potência Política, justamente pelo fato de que pela ação dos participantes nas atividades grupais, a liberdade de ser e aparecer tem se consumado e conferido a cada um, maior participação nas decisões, inclusive em diálogo com uma área (Educação Física) historicamente marcada por uma perspectiva prescritiva e instrutiva. Esses acenos, convocam a Educação Física e a Psicologia do Esporte a aprofundarem seus compromissos éticos e políticos, além das contribuições já consolidadas por essas áreas.

Referências Bibliográficas

AMATUZZI, M. M. Uso da versão de sentido na formação e pesquisa em psicologia. In: CARVALHO, R.M.L.L. (org). **Repensando a Formação do Psicólogo**: da Informação à Descoberta. Coletâneas da ANPEPP. Rio de Janeiro: Associação Nacional de Pesquisa e Pós-graduação em Psicologia, 1996. p. 11-24.

ARENDT, H. **A Condição Humana**. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2014.

ARENDT, H. **Entre o Passado e o Futuro**. São Paulo: Perspectiva, 2022.

ARENDT, H. **O que é Política?** Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2018.

BARREIRA, Cristiano Roque Antunes. Escuta suspensiva. 2018, Anais.. Foz do Iguaçu: Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, 2018. Disponível em: <https://sepq.org.br/eventos/vsipeq/documentos/26960325803/10>. Acesso em: 02 out. 2023

BARREIRA, C. R. A.; SALOMÃO, R.; MATOS, T. S. Q. Uma experiência em saúde com as práticas corporais: uma perspectiva fenomenológica em psicopatologia e Psicologia do esporte. In: Pesquisa Qualitativa na Educação e nas Ciências em Debate, 2018. **Anais V Seminário de Pesquisa e Estudos Qualitativos – SIPEQ**. Foz do Iguaçu: Unioeste, 2018 p. 112. Disponível em: <https://sepq.org.br/eventos/vsipeq/documentos/00708281648/11>. Acesso em: 25 ago. 2023.

BARREIRA, C.R.A.; TELLES, T.C.B.; FILGUEIRAS, A. Perspectiva em Psicologia do Esporte e Saúde Mental sob a Pandemia de Covid-19. **Psicologia: Ciência e Profissão**. 2020 v. 40, e243726, 1-14. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003243726>

BRASIL. Caderno HumanizaSUS. Volume 5: Saúde Mental. **Ministério da Saúde**: Secretária de Atenção à Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

BRASIL. Humaniza SUS: documento base para gestores e trabalhadores do SUS. **Ministério da Saúde**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2008.

CARVALHO, F.F.B. et. al. Potencialidades e desafios das práticas corporais e atividades físicas no cuidado e promoção da saúde. **Motrivivência** (Florianópolis), v. 32, n. 63, p. 01-19, julho/dezembro, 2020. Universidade Federal de Santa Catarina. ISSN 2175-8042. DOI: <https://doi.org/10.5007/2175-8042.2020e71546>

CROVADOR, L.; CARDOSO, C.L.; ISHARA, S. Encontros Anual dos Grupos Comunitários de Saúde Mental: reflexões a respeito dessa prática no âmbito da Reforma Psiquiátrica. In: ISHARA, S.; CARDOSO, C.L.; LOUREIRO, S.R. (org). **Grupo Comunitário de Saúde Mental**: conceito, delineamento metodológico e estudos. Ribeirão Preto: Nova Enfim Editora, 2013

RODRIGUES, M. A. L.; EPIPHANIO, E. H.; BARREIRA, C. R. A. Saúde mental e corporeidade: reflexões sobre movimento e práticas corporais no cuidado existencial. In: MENDES, E.S. (org.) **Psicologia Fenomenológico-existencial**: reflexões, método e intervenções clínicas, sociais e comunitárias. Curitiba: Editora Bagai, 2021. p. 92-105.

SILVA, I.D. **Coautoria, conflito da vontade e testemunho**: outras intervenções e compreensões psicológicas em diálogo com o pensamento de Hannah Arendt. 2022. Tese (Doutorado em Psicologia Clínica) - Universidade Católica de Pernambuco. Recife, 2022.

STUBBS, B. *et al.* EPA guidance on physical activity as a treatment for severe mental illness: a meta-review of the evidence and Position Statement from the European Psychiatric Association (EPA), supported by the International Organization of Physical Therapists in Mental Health (IOPTMH). **Eur Psychiatry**. 2018 Oct;54:124-144. doi: 10.1016/j.eurpsy.2018.07.004. PMID: 30257806.. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30257806/>. Acesso em: 01 set. 2023.