



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS – UNICAMP  
FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS – FCM  
DEPARTAMENTO DE SAÚDE COLETIVA  
RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL EM SAÚDE MENTAL



**“O (TRANS) FORMAR – SE PELA VIDA” - GRUPO DE MOVIMENTO VITAL  
EXPRESSIVO EM UM CENTRO DE CONVIVÊNCIA**

CAMPINAS – SP  
2020

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS – UNICAMP  
FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS – FCM  
DEPARTAMENTO DE SAÚDE COLETIVA  
RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL EM SAÚDE MENTAL

RAISSA CRISTINA VIARO

“O (TRANS) FORMAR – SE PELA VIDA” - GRUPO DE MOVIMENTO VITAL  
EXPRESSIVO EM UM CENTRO DE CONVIVÊNCIA.

Trabalho de conclusão apresentado ao Programa de Residência Multiprofissional em Saúde Mental e Saúde Coletiva do Departamento de Saúde Coletiva da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas.

Orientadora: Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Rosana T. Onocko Campos

Co-Orientadora: Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Laura Pozzana de Barros

CAMPINAS – SP

2020

*“Se o mundo ficar pesado  
Eu vou pedir emprestado  
A palavra poesia*

*Se o mundo emburrecer  
Eu vou rezar pra chover  
Palavra sabedoria*

*Se o mundo andar pra trás  
Vou escrever num cartaz  
A palavra rebeldia*

*Se a gente desanimar  
Eu vou colher no pomar  
A palavra teimosia*

*Se acontecer afinal  
De entrar em nosso quintal  
A palavra tirania  
Pegue o tambor e o ganzá  
Vamos pra rua gritar  
A palavra utopia.”*

SAMBA DA UTOPIA - Jonathan Silva

## RESUMO

Este trabalho de conclusão de residência tem como objetivo construir diálogos entre o meu itinerário enquanto terapeuta ocupacional e residente do programa de residência multiprofissional de saúde mental da UNICAMP e minha experiência com o curso para instrutora de movimento vital expressivo do Sistema Rio Aberto. Assim, busca articular essas formações realizadas concomitantemente e discutir o que nós, profissionais da saúde mental, temos construído a partir dos encontros com os corpos. Para isso, apresento o grupo de Movimento Vital Expressivo do Centro de Convivência (CECO) Rosa dos Ventos localizado no distrito Sul do município de Campinas (SP), dispositivo que compõe a rede de atenção psicossocial e que foi meu campo de formação no segundo ano de residência.

**Palavras-chave:** Centro de Convivência. Práticas Integrativas e Complementares. Sistema Rio Aberto. Formação.

## SUMÁRIO

Introdução.....	6
1.1 O ritmo da vida - Meu itinerário de formação.....	6
1.2 O fluir da melodia - CECO Rosa dos Ventos e as Práticas Integrativas e Complementares (PICS).....	7
1.3 O timbre de cada instrumento - Sistema Rio Aberto e o Movimento Vital Expressivo (MVE).....	10
Objetivo.....	11
Grupo de Movimento Vital Expressivo no CECO Rosa dos Ventos – A possibilidade de “sermos nós mesmas” .....	12
O corpo expressa o que nem sempre as palavras dizem - Terapia Ocupacional e a corporeidade .....	21
Considerações Finais .....	24
Referências Bibliográficas .....	26

## Introdução

### 1.1 O ritmo da vida - Meu itinerário de formação

*“É preciso sair da ilha para ver a ilha. Não nos vemos se não sairmos de nós”.*  
(José Saramago)

*“Formação<sup>1</sup>”: Ação de formar, de criar dando forma, de fabricar; Modo de criação; educação, instrução: pessoa de boa formação.* Um substantivo feminino que pode carregar muitos significados e que pode ser acrescido de muitos adjetivos, assim como foi o meu processo nesses dois anos no Programa de Residência Multiprofissional em Saúde Mental e Saúde Coletiva da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas - UNICAMP.

É inegável que para as sessenta horas semanais foi preciso principalmente corpo. Corpo para conhecer os novos territórios e para sustentar os encontros e os afetos produzidos a partir destes. Corpo para se implicar e se reservar a fim de acolher, reconhecer, interpelar, mas também dar tempo e espaço, esperar e manter-se disponível, como sugere Figueiredo (2007). E hoje, depois desses dois anos é possível observar o quanto este corpo esteve e tem o desejo de permanecer em busca da constante (trans)formação.

No meu primeiro ano estive no Centro de Atenção Psicossocial Antônio da Costa Santos (Toninho) - CAPS III do distrito sul do município de Campinas, mas já me envolvia com um outro dispositivo que veio a ser meu campo em 2019: o Centro de Convivência<sup>2</sup> (CECO) Rosa dos Ventos. Segundo a Portaria 3.088 de 23 de dezembro de 2011, a qual institui a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) para pessoas com sofrimento ou transtorno mental e com necessidades decorrentes do uso de crack, álcool e outras drogas no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), trata-se de uma unidade pública articulada às Redes de Atenção à Saúde, em especial à Rede de Atenção Psicossocial (RAPS). Nele são oferecidos à população em geral espaços de sociabilidade, produção e intervenção na cultura e na cidade (Brasil, 2011), tendo a

---

<sup>1</sup> <https://www.dicio.com.br/formacao/> Acesso em 15 de outubro de 2019.

<sup>2</sup> No Brasil, este dispositivo é nomeado de diferentes formas: *Centro de Convivência e Cultura, Centro de Convivência e Cooperativa, Centro de Convivência e Arte.*

perspectiva da fronteira clínica com o social o objetivo de sustentar as coletividades e a diversidade.

A escolha por estar nesse serviço se deu pelo desejo de permanecer próxima a uma rede e a um território já conhecidos, pensando na possibilidade de uma certa continuidade e tendo a oportunidade de me reaproximar do núcleo da terapia ocupacional. Além disso, entendia que a possibilidade de experimentar e vivenciar o CECO era também acreditar na potência dos *“encontros mediados pela arte, pela clínica, pela loucura como expressão, possibilitando me levar a uma busca em lidar com a vida e não apenas com a doença, ainda que as forças que decompõem os corpos também atravessem o pulsar de toda existência”* (Aleixo, 2016, pag.23).

## **1.2 O fluir da melodia - CECO Rosa dos Ventos e as Práticas Integrativas e Complementares (PICS)**

Especificamente, o centro de convivência Rosa dos Ventos conta com uma gestora, com formação em terapia ocupacional, duas profissionais de nível superior, uma terapeuta ocupacional e uma psicóloga, uma monitora, uma auxiliar de higiene e um jovem aprendiz. Além disso, o CECO também é campo da residência multiprofissional da UNICAMP – papel que ocupei neste serviço - assim como campo de estágios das graduações de psicologia e terapia ocupacional da Universidade São Francisco e da PUC, respectivamente. Esporadicamente também recebe visitas técnicas, incluindo alunos da graduação de medicina da São Leopoldo Mandic.

Durante o ano, entre as atividades propostas estiveram inclusas oficinas de artesanato como o patchcolagem e o troca de saberes, grupo de yoga, oficina de palavras, culinária, beleza e autocuidado, ateliê de artes, teatro e um grupo de movimento vital expressivo que será discutido ao longo deste trabalho. Desse modo, por meio das mais variadas estratégias utilizadas neste local, como as oficinas, somado os profissionais que compõem a equipe multidisciplinar, este equipamento, segundo Aleixo (2013), tem como maior objetivo:

*“produzir, mediar e investir em formas possíveis de encontros e convivência com a diversidade, buscando inclusão, cuidado, pertencimento,*

*grupalidade e descoberta de outras formas possíveis de expressão da vida. É um espaço aberto a todos que se interessem por estar ali. Sua estratégia de ação está no ato de convidar, oferecer, compartilhar, proporcionar ao outro algo de bom a cada encontro, mediado pela convivência como promotora de cuidado”.*  
(pág. 130)

Contudo, cotidianamente nota-se o quanto as relações na sociedade de forma geral estão cada vez mais frágeis e a convivência, por consequência, tem se tornado um desafio cada vez maior. De acordo com Ferigato, et al (2016) no setor saúde, a palavra “convivência” carrega consigo diversas noções que estão ligadas ao ato de conviver:

*“Criação de vínculos, redes de apoio, criação de sentido, inclusão, criação de laços sociais, relações interpessoais, produção de subjetividade, etc. Sabemos que essas noções, bem como os modos de convivência, estão em permanente recriação, em variações contínuas, podendo ampliar ou diminuir a potência de sujeitos e coletivos (...) A convivência é uma realidade essencialmente heterogênea e culturalmente variável”* (p.81).

Cabe ressaltar que, segundo Juliana Maria de Siqueira (2019)<sup>3</sup>, Agente Cultural na Coordenadoria de Ação Cultural da Prefeitura Municipal de Campinas, educadora e doutora em Museologia, nossa matriz cultural hegemônica tem se apresentado por um ambiente hostil, violento, nocivo e individualista. A desigualdade de oportunidades, a falta de acesso a serviços básicos e a bens culturais, a desvalorização e estigmatização dos idosos e das pessoas com deficiência, a negligência com crianças e adolescentes e tantos outros preconceitos têm se desdobrado em muita violência, isolamento social e adoecimento. Desse modo, tem se tornado corriqueiro tratar uma questão sociocultural, muitas vezes hostil e perversa, como responsabilidade individual e tendo como consequência serviços de saúde sobrecarregados e uma evidente medicalização da vida. Justamente por isso, centros de convivência fazem resistência e - nas sutilezas das ações coletivas - oferecem também uma rede de acolhimento e solidariedade. Cabe ressaltar, todavia, que estes equipamentos também não estão

---

<sup>3</sup> Trabalho intitulado “Movimento Vital Expressivo como instrumento da Ação Cultural no município de Campinas” apresentado para a conclusão do curso de formação para instrutora do Sistema Rio Aberto - Campinas.

imunes a esse contexto que temos vivido, de modo que o minucioso trabalho deve ser também cotidiano.

O município de Campinas fez uma decisão política ao manter este dispositivo, assim como quando no ano de 2002 implementou as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), a partir da formação do Grupo de Estudos e Trabalho em Terapias Integrativas (GETRIS) em 2001. Dentre as ações desenvolvidas pelo Grupo, como a introdução de Acupuntura e Homeopatia nos Centros de Saúde, Fitoterapia e realização da Botica da Família<sup>4</sup>, conta-se também o Projeto Corpo em Movimento, o qual institucionalizou práticas corporais como Lian Gong, Yoga, Tai Chi Chuan, Qi Gong e Movimento Vital Expressivo, enquanto recursos terapêuticos na prevenção e tratamento nas unidades de saúde da cidade.

É interessante pontuar a busca pela oferta de outras vias de prevenção e de promoção de saúde e de tratamento, não com o intuito de substituir as existentes, mas sim para complementá-las. De acordo com a Política Nacional de Atenção Básica (PNAB), Portaria nº 2.488, de 21 de outubro de 2011, e a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC), publicada pela Portaria Ministerial nº 971, em 03 de maio de 2006, tais práticas buscam atender às propostas de cuidado continuado, humanizado e integral em saúde do SUS e às diretrizes que enfatizam a escuta acolhedora, o desenvolvimento do vínculo terapêutico e a integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade.

Portanto, penso que apresentar a oferta de práticas integrativas também dentro dos centros de convivência evidencia um potencial, justamente por tais práticas se diferenciarem da lógica biomédica e não pensarem apenas na produção de saúde, mas também em convivência e interação entre seus praticantes favorecendo, assim, a proposta de pensarmos no CECO como uma rede maquinica produtora de agenciamentos e novas conexões (Ferigato, et.al. 2016, p.82).

---

<sup>4</sup> <http://www.saude.campinas.sp.gov.br/saude/programas/integrativa/integrativa.htm>. Acesso em 20 de outubro de 2019.

### 1.3 O timbre de cada instrumento - Sistema Rio Aberto e o Movimento Vital Expressivo (MVE)

A área de assistência da Saúde Integrativa e seus vários programas visam o tratamento dos indivíduos em sua totalidade e não apenas o binômio doente/doença, na medida em que entende que cada sujeito é único, assim como cada processo de adoecimento. Dentre as várias práticas corporais ofertadas tive a oportunidade de me aproximar do Movimento Vital Expressivo, técnica que vem sendo utilizada pela rede de atenção à saúde do município de Campinas desde a década de 90 na transformação do usuário em personagem que produz sua própria saúde e seu caminhar na vida. Essa prática foi fundada em 1966 por Maria Adela Palcos (com o apoio do Fundo Nacional de Artes de Buenos Aires) e está ligada a Fundação Internacional Rio Aberto, um centro de terapias psico-corporais e desenvolvimento humano. Esta psicóloga argentina desenvolveu seu próprio sistema de trabalho, o qual está em permanente evolução e conta com uma rede espalhada por vários países: Estados Unidos, Brasil, Espanha, Israel, Itália, México e Uruguai. O Sistema Rio Aberto busca:

*“Trabalhar ao mesmo tempo em três planos: corporal, psíquico e espiritual, com o intuito de se chegar a uma realidade mais abrangente e integrada do ser humano. O ponto de partida é o corporal, através do qual, cria-se a oportunidade para cada pessoa encontrar o melhor caminho até si mesmo. Os instrumentos utilizados nesta árdua tarefa são: movimento, massagem, trabalho sobre si, expressão e liberação da voz, respiração, centros de energia e contemplação<sup>5</sup>”.*

Novamente, não é à toa que tal prática também está presente nos CECOs, uma vez que propicia um âmbito de vivência e convivência que permite a emergência de uma coletividade, como sugere Pozzana (2006, p.6):

*“A prática, que tem como único fundamento o aspecto movente da vida, atua no sentido de despertar o homem para o presente – para sua própria história e para a vida coletiva. [...] O método do Rio Aberto se desdobra através da Roda,*

---

<sup>5</sup> [http://www.saude.campinas.sp.gov.br/saude/programas/integrativa/programas/mov\\_vital\\_expressivo.htm](http://www.saude.campinas.sp.gov.br/saude/programas/integrativa/programas/mov_vital_expressivo.htm))  
Acesso em 20 de outubro de 2019.

*que é como os participantes se dispõem nas atividades, e, também, através de uma imitação inventiva, que é como o instrutor convida-os a transitarem por outros modos de existência. Faz-se acesso ao coletivo, e, com ele, corpos são movidos em conexão com o 'si' e com o 'mundo'.*

Diante disso há muitos caminhos para serem percorridos e refletidos. Muitos questionamentos passaram por mim e poderiam ser trazidos para a produção deste trabalho de finalização de um processo de dois anos de formação. Entretanto, foi aquilo que mais me afetou e que me impulsionou pessoal e profissionalmente que resolvi trazer para este relato.

As práticas integrativas e complementares, ações potentes para lidar não só com cada um dos diversos interesses dos sujeitos envolvidos na construção da saúde e da qualidade de vida, mas também com os modos de ser e estar na vida, buscam através do acesso a nós mesmos e ao outro resgatar a confiança no potencial criativo humano (individual e coletivo) e na sabedoria corporal que muitas vezes o dia a dia nos faz esquecer.

Portanto, para formalizar a conclusão deste percurso pretendo produzir diálogos entre o sistema Rio Aberto e sua prática de movimento vital expressivo aprendida durante um ano de formação e concomitantemente vivenciada e oferecida em um grupo do centro de convivência do município de Campinas, campo de atuação enquanto terapeuta ocupacional e residente.

## **Objetivo**

A partir de uma breve apresentação das principais premissas e funcionamento de um Centro de Convivência e das portarias das Práticas Integrativas e Complementares (PICS), assim como do Sistema Rio Aberto e sua prática de movimento vital expressivo, este trabalho tem como objetivo construir diálogos entre o meu itinerário enquanto terapeuta ocupacional e residente do programa multiprofissional de saúde mental da UNICAMP e minha experiência com o curso para instrutora de movimento vital expressivo do Sistema Rio Aberto. Assim, busco articular essas formações realizadas

concomitantemente e discutir o que nós, profissionais da saúde mental, temos construído a partir dos encontros com os corpos.

O que move este trabalho são os encontros afetivos que me formaram até aqui e a aposta nesta prática corporal que, segundo Pozzana (2008), pode ser vista como prática de subjetivação ou de produção de subjetividades e que extrapola a visão dualista: *mente x corpo / eu x mundo*. Para isso, proponho apresentar e descrever os encontros do grupo de Movimento Vital Expressivo do Centro de Convivência (CECO) Rosa dos Ventos a fim de ilustrar uma prática corporal que convoca pessoas a olharem para si mesmas e almeja produzir uma expressividade mais consciente, além de espaços coletivos com confiança, respeito, movimento e arte.

### **Grupo de Movimento Vital Expressivo no CECO Rosa dos Ventos – A possibilidade de “sermos nós mesmas<sup>6</sup>”**

Iniciei minha participação no CECO em fevereiro e dentre os vários grupos ofertados o de Movimento Vital Expressivo foi o mais desejado. Afinal, seria uma oportunidade para praticar, refletir e trocar sobre a formação para instrutora do Sistema Rio Aberto que iniciei no mesmo período. No Rosa dos Ventos o grupo acontece desde junho de 2016 e sempre foi coordenado pela Letícia, também terapeuta ocupacional e coordenadora de outros grupos e oficinas do serviço. Houve momentos em que ela contou com a participação de outras instrutoras, assim como muitos frequentadores que já não participam mais do projeto. Movimentos naturais que perpassam por todos os grupos. Mas, voltando ao início de 2019, os encontros aconteciam às sextas-feiras a partir das 8h30. Um grupo pequeno composto majoritariamente por senhoras moradoras do bairro se reunia em uma sala, a mesma utilizada para a dança do ventre.

A participação nos grupos e oficinas oferecidas acontece pelo interesse da própria pessoa. Apesar do CECO ser um dispositivo de saúde que compõe a RAPS e receber encaminhamentos de outros serviços, como CAPS e Centros de Saúde, muitos

---

<sup>6</sup> Fala de uma das participantes do grupo ao final do encontro e em um momento de compartilhamento da experiência.

frequentadores chegam por demanda espontânea, pela indicação de um amigo e/ou pelo desejo em aprender e frequentar algo novo. Portanto, a priori, realizam uma conversa com algum profissional da equipe com o objetivo de coletar alguns dados básicos e qualificar de que forma as pessoas chegam e quem são elas, além de explicar qual a proposta do serviço e as atividades. Em sua grande maioria os grupos funcionam na lógica de grupos abertos, ou seja, não prevê uma pré-seleção, nem estabelece critérios para definir a participação, embora ocorra naturalmente uma divisão em virtude da própria atividade programada.

A partir de março deste ano, entretanto, entendemos que estava crescendo a busca por práticas corporais, porém, o espaço físico vinha sendo um fator limitante para a inclusão de novos participantes. A discussão mais quantitativa sobre o trabalho exercido em um CECO é um tema que merece muitos capítulos e digo isso, pois no cotidiano do trabalho tivemos que lidar com limites, que nos trouxeram desafios, mas também muitas angústias. Contudo, naquele momento, nossa alternativa foi buscar pelo território espaços disponíveis, compatíveis com o que era esperado para a realização do grupo e de fácil acesso para os frequentadores. Foi assim, reunindo as pessoas interessadas e ofertando uma hora da nossa semana para nos encontrarmos em um novo local, que demos início aos encontros na quadra de esportes comunitária localizada há poucos metros do CECO, abrindo-nos para a formação de uma nova roda.

Desde então, inaugurou-se um novo processo de formação grupal que atualmente conta com, aproximadamente, 25 participantes na faixa etária entre 40 e 80 anos, sendo a maioria mulheres e apenas dois homens. Mas, apesar do meu interesse pessoal pela prática, algo ainda me instigava: o que essas pessoas realmente buscam e encontram nesse grupo? Por que elas voltam toda semana? Foi com essas indagações que encontrei o trabalho de Hallais (2016), uma cientista social que buscou investigar as práticas integrativas corporais institucionalizadas na rede de atenção primária do SUS em Campinas, tendo como diferencial a compreensão de tais práticas não apenas como produtoras de saúde, mas também enquanto facilitadoras de sociabilidade. Sua dissertação dialoga com esta discussão e traz pistas sobre as possíveis mudanças que atividades como esta podem oferecer para seus praticantes, como a contribuição para um processo de produção de saúde (individual e coletiva), de cuidado (consigo e com o outro), de compartilhamento de saberes, descobertas, transformações e engajamento social através da interação e convivência entre praticantes e instrutores. Suas conclusões corroboram também com a perspectiva prevista para um centro de

convivência, o qual “*só faz sentido numa experimentação em rede, num agenciamento coletivo*” (Aleixo, 2016, p.18) e, assim, acrescenta para a construção e reflexão deste trabalho.

Partindo desses princípios nos preparávamos para os encontros e a principal tarefa era pensar a que gostaríamos de dar mais atenção e cuidado. Os desafios, assim como as possibilidades e os objetivos são inúmeros, afinal, com o MVE é possível:

*“trabalhar com os sentidos e percepções para uma melhor conexão e apropriação do corpo, através de exercícios com o toque (em si e no outro), exercícios com o olhar, com a voz, com a respiração, e noção dos espaços (interno e externo) e limites corporais. É poder viver no corpo sensível, observador e aprendiz, tendo a chance de despertar a vitalidade do corpo nas mais variadas formas: força, alegria, afetividade, encontros, movimento lúdico, entrega e intuição, resgatando o potencial humano<sup>7</sup>”.*

Para isso acontecer os instrutores conduzem os movimentos guiados por músicas dos mais variados gêneros. Assim como os índices da introdução deste trabalho, que fazem referência aos aspectos da música para iniciar este relato, também nos envolvemos e nos apoiamos no ritmo, timbre e melodia para incentivar o desenvolvimento do potencial criativo e despertar a consciência e o acesso as linguagens corporais. Apesar de uma prévia preparação, é somente no momento em que estamos todos reunidos que podemos sentir e observar como nós mesmas estamos, em conjunto com o grupo e, desta forma, abre-se oportunidade para o improvisado, para o inusitado, para a criatividade e para a fidedignidade com nós mesmas, a partir da nossa percepção e consciência corporal e grupal.

Deste modo, criamos uma rotina nas sextas-feiras. Assim que eu chegava ao CECO me encontrava com Letícia e nos preparávamos para o grupo revendo e dividindo as músicas selecionadas ao longo da semana, ou as vezes fazendo as escolhas às pressas nos minutos antes de termos que sair para o grupo. Juntávamos todos os materiais necessários e variáveis a depender do nosso intuito do dia – colchonetes, bolas de tênis, papéis e lápis – mas nunca deixávamos para trás as chaves e nossa caixa de som. Saíamos acompanhadas pelos dois frequentadores do grupo que sempre

---

<sup>7</sup> <https://rioabiertocampinas.com.br/works.html#> Acesso em 19 de outubro de 2019.

nos esperavam no Rosa dos Ventos, assim como Dona C. aluna da FUMEC<sup>8</sup> e participante do MVE e J. que apesar de não participar ativamente da aula fazia questão de estar e dar seu nome para preencher a lista de presença.

Caminhávamos pelo bairro os poucos metros de distância até a quadra poliesportiva. Passávamos pela feira do pastel, pelo varejão e pela loja de flores. Já na esquina avistávamos um conjunto de senhoras animadas, segurando seus próprios colchonetes, sorridentes, falantes e acenando para nós e nos esperando em frente ao ponto de ônibus. Poderia estar um dia ensolarado, um vento gelado ou até mesmo uma manhã chuvosa, mas lá estavam elas! Assim que abríamos a porta e descíamos a caixa de som pelos degraus da quadra notávamos os murmurinhos e os cumprimentos a cada nova pessoa que chegava. Eram beijos e abraços e muitas atualizações de como tinha sido a semana e quais os planos para o final de semana. Afinal, era também um momento de encontro entre moradoras daquele bairro, amigas, irmãs, companheiras de grupo.



Figura 1: Todas as fotos deste trabalho foram registros feitos pela terapeuta ocupacional e fotógrafa Letícia Carraro. Os participantes autorizaram o uso das imagens.

---

<sup>8</sup> Fundação Municipal para Educação Comunitária - <https://www.fumec.sp.gov.br/>

Seguíamos nos preparando para o nosso encontro e descalças formávamos uma grande roda, que é antes de tudo um coletivo, um encontro de diferenças onde apresentávamos e acolhíamos uma pluralidade de formas de vida (Pozzana, 2008, p.60). Nesse primeiro momento era possível nos ver, nos aproximar, nos conhecer e nos reconhecer, fosse pelos nomes chamados por Letícia para preenchermos a lista de presença, fosse pelos olhares trocados, ou ainda, pelo entrelaçar dos dedos das mãos.

A cada semana nosso encontro fluía de uma forma diferente e muitos fatores interferiam para isso, a quantidade de participantes, a chegada ou a ausência de alguém e até mesmo nosso estado de presença e de humor. Uma das principais características desse grupo é a relação que existe entre as frequentadoras. Muitas já se conhecem há anos e também estão presentes em outros grupos e oficinas do CECO, como o de Yoga e o da dança do ventre, por exemplo. Dessa forma, a conversa também acabava se estendendo por vários momentos durante a prática onde até a música virava pretexto para iniciar um assunto. Por isso que o “esvaziamento” se tornava ainda mais importante.

Era preciso chegar, nos despir dos medos, das inseguranças, da vergonha, dos pesos e dos problemas, para então nos concentrarmos em nós mesmas, no aqui e no agora, para conseguirmos experimentar as diversas possibilidades posturais, emocionais e mentais.



Depois disso, precisávamos “ativar nosso corpo físico”, buscar nossa inteligência orgânica para acordar partes adormecidas e pouco olhadas no nosso dia a dia e em seguida ajudar a trazer emoções e sentimentos por via de novos gestos e expressões. A proposta era olhar para os movimentos como um exercício de possibilidades que permitia nos expressarmos de outra forma, conhecermos nossa organização ósseo-muscular, nossas articulações e nosso sistema fisiológico. Era nesses momentos que muitas pessoas reconheciam, por exemplo, uma cansaça que até então não era sentida, uma dor nos pés ou nas costas e tensões que enrijeciam até as mandíbulas. Pequenos momentos que parávamos para observar nossa respiração ou as batidas do nosso coração.

*“A partir do movimento corporal e de uma atenção à experiência, é possibilitada a dissolução de atitudes mecanizadas que aprisionam a vida do ser humano em restritos modos de operar – algo que se coaduna com um corpo funcionando na repetição dos mesmos gestos, pensamentos, sentimentos e maneiras de agir. A questão da mecanicidade, no contemporâneo, pode ser entendida na esteira do cartesianismo ou do mecanicismo, onde a partir da separação mente e corpo, si e mundo, o homem se reconhece como um ‘eu’ separado de uma experiência corporal, precisando de modelos e regras para conduzir-se na vida. (...) Neste sentido tanto a prática quanto a discussão teórica colaboram na criação do tema que caminha com aquilo que este trabalho ilumina: a consciência própria do corpo. É ela que permite ao homem viver em conexão com o movimento do presente, a partir do plano dos afetos e não de uma racionalidade distanciada do concreto. O corpo, assim, emerge na inseparabilidade entre o mundo e a experiência de si” (Pozzana, 2006, p.6).*

Entretanto, não estamos acostumados a ter a relação e a atenção com o nosso corpo que essa prática nos propõe e nos desafia a construir. Na maioria das pessoas a vergonha, a timidez e a rigidez aparecem juntamente com os pré-conceitos. Frases como: “eu não faço isso há anos, não tenho mais idade para isso”, “eu não sei dançar”, “eu não sou criativa” foram ditas e normalmente acabaram nos travando e nos inibindo. Outra característica do movimento vital expressivo é o uso da imitação, uma maneira do instrutor convidar as pessoas a transitarem por outros modos de existência e também uma tentativa de quebrar essas primeiras barreiras. Com a consideração de que as posturas que nos situam na vida reúnem maneiras de mover, sentir e pensar, ao imitar

alguém nos conectamos com aquilo que move os outros e com o modo como sentem e pensam (Pozzana, 2008, p.71). De uma forma leve e lúdica a pessoa que está conduzindo a roda é quem propõe os movimentos que são reproduzidos por todas as outras pessoas e essa função pode rodizar. Assim, a sensação de em um primeiro momento não ser responsável por aquele movimento engraçado ou estranho, a princípio, parece trazer uma leveza, espontaneidade e uma certa permissão. Vale ressaltar ainda que:

*“Não se trata de uma forma a ser copiada só por fora, burocrática e utilitariamente. Trata-se de ocupar um espaço existencial que se desenha com a gestualidade e com os humores em circulação. Os participantes, uns mais outros menos, vão-se deixando levar por estados emocionais diferentes, muitas vezes evitados ou desconhecidos por eles mesmo. A propagação de uma maneira de ser, de um gesto e de um canto depende do contágio e não de uma ideia ou de um objetivo a atingir (como é exemplo nas academias de ginástica, numa aula de aeróbica). Para o Rio Aberto os afetos importam. Parte-se do movimento, posto que ele é quem carrega a vida” (Pozzana, 2008, p.77).*



É interessante como a roda, outra característica marcante e preciosa para essa prática corporal, favorece essa dinâmica e nos coloca em posição de iguais, diluindo os papéis e as hierarquias, tendo em vista que muitas vezes os participantes estão tão envolvidos com a música e com os sentimentos mobilizados por ela que nem percebem que - na verdade - são eles quem está conduzindo e só não foram nomeados como tal, pois essa ideia ainda pode ser muito intimidadora e paralisante. Tem um peso ter tantos olhares voltados para você! Em algum momento do grupo é importante e necessário que os instrutores possam deixar as pessoas desenvolverem a capacidade de mover-se criativa e livremente. E esse era um dos momentos em que eu notava maior dificuldade, repulsa e vergonha pelos frequentadores do grupo.



A partir do momento em que as pessoas tinham que se apropriar e se responsabilizar de si mesmas, os movimentos ficavam menores, mais tímidos e introspectivos. Os olhares se voltavam para o chão, os cantos da quadra eram os espaços mais ocupados, enquanto o centro se esvaziava. Segundo Pozzana (2008, p.94) é importante destacar que almejamos com o movimento vital expressivo uma passagem da experiência mecânica de ter corpo para uma outra consciente de ser um corpo. Claramente trata-se de um processo sutil, constante e até mesmo difícil, mas também prazeroso quando observado e principalmente quando vivido. Nesse caso, quando as práticas e os coletivos nos permitem experimentar sermos protagonistas de nossas próprias vidas acredito que disseminar e ampliar essa possibilidade de oferta de autoconhecimento -

que também colabora para um processo de produção de saúde e de qualidade de vida -, é uma postura solidária, bem como ética, clínica e política.

Geralmente essas são algumas das etapas e dos princípios do trabalho realizado com os frequentadores do grupo de movimento vital expressivo no Rosa dos Ventos. Nossa busca almeja nos despertar para uma *“presença operativa no mundo”*, posto que *“pensar a transformação social com o Rio Aberto é afirmar um espaço coletivo para o agenciamento daquilo que circula em uma sociedade: corpos, crenças e desejos, alegrias e tristezas, problemas que emergem para fazer fluir uma vida”* (Pozzana, 2008, p.80).



Desse modo, o processo sugerido com o movimento vital expressivo nunca acontece sozinho e posso dizer o mesmo deste trabalho. A escolha de inserir os registros fotográficos feitos durante um dos dias comuns dos nossos encontros e com a permissão de todos foi uma das possíveis formas de trazer as presenças que deram concretude para o grupo e que foram propulsoras para esta escrita, assim como para minha formação. É mais um dentre os vários registros imagináveis que oferece o acesso às linguagens dos corpos.

## O corpo expressa o que nem sempre as palavras dizem - Terapia Ocupacional e a corporeidade

*“No corpo, não existe nada que “devesse ser” de algum jeito. A questão não está no tamanho, no formato ou na idade, nem mesmo no fato de ter tudo aos pares, pois algumas pessoas não têm. A questão selvagem está em saber se esse corpo sente, se ele tem um vínculo adequado com o prazer, com o coração, com a alma, com o mundo selvagem. Ele tem alegria, felicidade? Ele consegue ao seu modo se movimentar, dançar, gingar, balançar, investir? É só isso o que importa”.*

(Clarissa Pinkola Estés)

Desde a minha experiência do 1º ano de residência no CAPS, quando iniciei minha participação em um grupo de expressão corporal ao qual dei continuidade após a saída da profissional que coordenava esta atividade, já trazia como escopo a aposta de acreditar no corpo como potência criativa e produtor de bons encontros. Um corpo que se expressa e se comunica, ou seja, apresenta uma linguagem e possibilita uma abertura para temáticas tão importantes para terapeutas ocupacionais, quer dizer, aqueles que se interessam pelo que as pessoas fazem, como usam o seu tempo, aonde vão, quais são os seus desejos e necessidades. Dessa forma, cabe o questionamento: *“qual a materialidade dessa produção que passa pelo agenciamento dos corpos que dançam, que desterritorializam e se reterritorializam nos ritmos, sons, melodias, cantos e gestos?”* (Aleixo, 2016, p.59).

Concordo com Liberman (1998) quando sugere que ao falarmos em trabalhos corporais:

*“A matéria-prima a ser esculpida provém do cotidiano, do dia-a-dia, do que interfere e brota do corpo, da vida, e aí vem circular. O corpo serve, então, como mediação das necessidades que surgem no cotidiano de cada um, compreendendo-se que o indivíduo está em movimento, ritmo e comunicação com seu corpo durante o dia inteiro”* (p.38).

Portanto, quando falamos em um grupo de práticas corporais estamos lidando com aspectos sensíveis e que muitas vezes são difíceis de serem acessados e

verbalizados. Estamos lidando com a intimidade, com a feminilidade/masculinidade, com a sexualidade, com sentimentos e emoções, com medos e fraquezas, com potencialidades, com a espiritualidade, com histórias de vida e tudo isso precisa ser trabalhado sem julgamentos ou punições, visto que social e culturalmente já vivemos muitas repressões. Majoritariamente o que temos visto é um desconhecimento dos próprios recursos e potências criadoras. Corpos-máquinas que entraram no movimento de engrenagem e não “podem” parar. Assim, não conseguem sair de uma rotina e de uma cultura, como dito anteriormente, perversa e que causa um olhar restrito e preconceituoso consigo e com os outros.

Nesse sentido, tanto a minha formação com o Sistema Rio Aberto quanto a experiência de conduzir o grupo de movimento vital expressivo no CECO acontecendo concomitantemente possibilitaram uma ampliação e um certo embasamento para refletir sobre como experiências e vivências corporais podem permitir uma apropriação e consciência de si. Mas, para ser uma experiência que nos sensibilize de tal forma é necessária disponibilidade, além de um gesto de interrupção, ou seja:

*“Requer parar para pensar, parar para olhar, parar para escutar, pensar mais devagar, olhar mais devagar, e escutar mais devagar: parar para sentir, sentir mais devagar, demorar-se nos detalhes, suspender a opinião, suspender o juízo, suspender a vontade, suspender o automatismo da ação, cultivar a atenção e a delicadeza, abrir os olhos e os ouvidos, falar sobre o que nos acontece, aprender a lentidão, escutar aos outros, cultivar a arte do encontro, calar muito, ter paciência e dar-se tempo e espaço”* (Bondia, 2002, p. 24)

Desse modo, entendo que a *“produção, no plano sensível dos encontros, do Centro de Convivência Rosa dos Ventos”* (Aleixo, 2016, p.57) está em produzir desejo, vida e movimento de uma forma que possamos driblar a institucionalização da qual todos nós estamos sujeitos, para que dessa forma possamos interferir de fato nos indivíduos e consequentemente nos coletivos e na cultura. Hallais (2016) comenta sobre a possibilidade de identificação do princípio de *“amorosidade”* nestas práticas de saúde, incorporado pela Política Nacional de Educação Popular em Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde (PNEPS-SUS) como *“a ampliação do diálogo nas relações de cuidado e na ação educativa pela incorporação das trocas emocionais e da sensibilidade, propiciando ir além do diálogo baseado apenas em conhecimentos e argumentações logicamente organizadas”* (Brasil, 2013). Segundo a autora, as relações que são constituídas dos serviços de saúde são reorientadas à medida que esse

princípio se estabelece, gerando uma relação de reciprocidade entre a equipe e usuário e conseqüentemente um melhor acolhimento e uma escuta qualificada.

Logo, as práticas integrativas e complementares, especificamente as práticas corporais ofertadas também nos centros de convivência não estão preocupadas apenas com a prevenção ou tratamento de doenças, pensando em atividades para pessoas com diabetes, hipertensão ou pessoas com obesidade, por exemplo, mesmo que estes possam ser alguns dos ganhos secundários. O foco principal está em produzir um outro lugar subjetivo e sugerir também uma busca pelo autoconhecimento e ampliação dos territórios de vivência. No grupo elas deixam de ser (apenas) a mãe, a esposa, a avó, a cuidadora da casa, a usuária da saúde mental, para serem antes de tudo elas mesmas, como foi dito por uma das frequentadoras do grupo no final do nosso encontro.

Escrever sobre o movimento vital expressivo não é fácil e quantificar a diferença que pode provocar na vida das pessoas é uma tarefa ainda mais difícil. Não podemos deixar de lado que estamos inseridas em um serviço de saúde do SUS e da RAPS e isso nos traz desafios e questionamentos. Quem são as pessoas que chegam para frequentar esse serviço? Qual o limite de participantes? Discussões técnicas, éticas e políticas que frequentemente a equipe do Rosa dos Ventos se debruça a pensar.

Nesse sentido, retomando inclusive o objetivo dos CECOs, podemos entender que através de práticas como esta tais dispositivos podem *“criar um novo sentido para as produções coletivas de um território, produzir novos modos de sociabilidade, ou ainda fabricar formas de sociabilidade alternativas, das quais todos nós estamos excluídos, uma vez que no contexto neoliberal todos nós somos privados, em alguma medida, de viver um modo de convivência que valorize a ação coletiva pelo projeto neoliberal de sociedade”* (Ferigato, et al., 2016, p.85). Sendo assim, *“realiza-se ali uma micropolítica em ato que se agencia frente ao desejo de protagonistas que resistem às forças de decomposição e afirmam a vida e suas inúmeras formas de expressão”* (Aleixo, 2016, p.39).

Do ponto de vista de Castro (1992), estar atenta e conhecer a linguagem de seu corpo permite *“redimensionar atitudes, reconhecer necessidades, explorar novas percepções e transformar a qualidade da própria vida e, quando integrada ao cotidiano da pessoa, fornece novos níveis de sensibilidade, percepção e consciência”* (p. 28).

Sendo assim, diante da nossa cultura tão excludente e estigmatizadora, que gera o silenciamento, invisibilização e adoecimento de pessoas, torna-se interessante

diversificarmos as ofertas que possam nos inspirar e nos ajudar a clarear ideias e sentimentos e, deste modo, retomar nosso poder criador.

Cabe ressaltar ainda que, apesar da potência que o movimento vital expressivo tem para evidenciar o corpo enquanto mediador da interação com o outro e para a construção da cultura, claramente ele não dá conta de todas as demandas, assim como não corresponde às expectativas de todas as pessoas. Contudo, retomando Pozzana (2008), temos uma certeza: *“O homem, enquanto ser, que vive e, portanto, relaciona-se, deve estar antes de tudo aberto, a serviço do presente, aprendendo constantemente com a vida, disponível para aquilo que o constitui: os afetos”* (p.16).

## **Considerações Finais**

A escolha pela pós-graduação do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde Mental e Coletiva da Faculdade de Ciências Médicas da Unicamp se deu pelo desejo de uma formação que oferecesse uma boa base teórica para atuação neste campo. Genuinamente essa recém-formada terapeuta ocupacional se inseriu em um novo coletivo (coletivo da residência) que mergulhou na busca pelo exercício clínico crítico e competente.

Para além das teorias da constituição dos sujeitos, necessárias para o trabalho com saúde mental, foram as adversidades da vida e o reconhecimento do tanto que nossa matriz cultural hegemônica (como citado logo no início deste trabalho) tem se apresentado por um ambiente hostil, violento, nocivo e individualista que reforçaram a importância de um fundamento teórico da subjetividade na sociedade. Mais uma vez o cruzamento entre o individual e o coletivo se fazendo presente.

Vivenciar a rotina de um centro de atenção psicossocial durante as sessenta horas semanais no ano de 2018 foi um processo intenso por exigir um corpo a corpo, uma presença e entrega para sustentar a oferta do cuidado às pessoas em situação de crise. Para tanto, é necessário nutrir-se para se fortalecer e conseguir assegurar o compromisso ético-político que temos enquanto profissionais da saúde, mas também enquanto seres humanos. Logo, retomando meu próprio itinerário, foi na dança que encontrei uma oportunidade de deixar germinar uma abertura para um novo projeto. Foi durante a condução de um grupo de expressão corporal na ambiência do CAPS que

decidi buscar uma segunda formação: a de instrutora de movimento vital expressivo do Sistema Rio Aberto.

As intensidades afetivas, sociais e políticas presentes durante o exercício profissional nos impõem um autoconhecimento e para tal reconheço a importância e o peso que os dez encontros que aconteceram ao longo do ano do curso de formação para instrutora de MVE tiveram para meu processo. Bem como os encontros do grupo de MVE no CECO, campo do segundo ano da residência e que foi apresentado neste trabalho. Foi assim, apostando na convivência com a diversidade e nos encontros ofertados neste outro dispositivo que compõe a RAPS, juntamente com uma prática corporal que também almeja a descoberta de outras formas possíveis de expressão de vida e que extrapola a visão dualista mente x corpo / eu x mundo que me encontrei ainda mais fortalecida.

Conforme busquei descrever ao longo deste relato, esta prática espera despertar o homem para o presente, para sua própria história e para a vida coletiva. Desse modo, provoca deslocamentos de paradigmas, uma vez que pela via do corpo possibilita a dissolução de atitudes mecanizadas que aprisionam a vida do ser humano em restritos modos de operar. Assim, contribui para extrapolar o pensamento dualista entre mente e corpo tão presente na psiquiatria tradicional e que tanto influenciou (e ainda influencia) a saúde mental, a reforma psiquiátrica e os julgamentos em relação ao tratamento de pessoas com sofrimentos mentais.

Por fim, podemos dizer que cada um de nós somos teóricos, entretanto, nem sempre estamos travestidos de títulos. Aprendemos que ciência é isso, falar sobre os outros corpos e ainda por cima vestidos de verdade. Contudo, estamos no momento (ou já passamos da hora) de olhar um corpo presente com mais potência e acreditar que são tão entendedores, se não mais, dos seus próprios processos quanto imaginamos ser. É preciso trazer a teoria dos corpos vivos e reconhecer que práticas como a do Rio Aberto seguem com as pessoas para a vida. Neste caso, por exemplo, ultrapassa as paredes do CECO, pois é algo que cada participante vai corporificando, apropriando-se e despertando para o constante processo de transformar-se pela vida.

## Referências Bibliográficas

ALEIXO, J.M.P. Centros de Convivência: Experimentando outras formas de trabalho e gestão. In: PÁDUA, E.M.M.; FERIOTTI, M.L (orgs.). Terapia Ocupacional e Complexidade – práticas multidimensionais. 1. Ed. Curitiba: CRV. 2013, p. 127-142

\_\_\_\_\_ Centros de Convivência e Atenção Psicossocial: Invenção e produção de encontros no território da diversidade. 2016. 124 f. Dissertação (mestrado em psicologia). – Faculdade de Ciências e Letras, Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Assis, 2016.

BRASIL, Portaria nº 3088, de dezembro de 2011. Rede de Atenção Psicossocial. Ministérios da Saúde. Gabinete do Ministro. 2011.

\_\_\_\_\_ Portaria nº 2.488, de 21 de outubro de 2011. Política Nacional de Atenção Básica (PNAB).

\_\_\_\_\_ Portaria Ministerial nº 971, em 03 de maio de 2006. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC)

\_\_\_\_\_ Portaria nº 2.761, de 19 de novembro de 2013: Aprova a Política Nacional de Educação Popular em Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde (PNEPS-SUS). Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

BONDÍA, J. L. Notas sobre a experiência e o saber de experiência. Conferência no seminário internacional de educação de Campinas. 2002.

CASTRO, E.D. A dança, o trabalho corporal e a apropriação de si mesmo. Rev. Ter. Ocup. USP, 3(1/2):24-32, jan. / dez., 1992.

FERIGATO, S.H.; CARVALHO, S.R; TEIXEIRA, R.R. Os centros de convivência: dispositivos híbridos para a produção de redes que extrapolam as fronteiras sanitárias. Cad. Bras. Saúde Ment., Florianópolis, v. 8, n. 20, p. 80-103, 2016.

FIGUEIREDO, L.C. A metapsicologia do cuidado. *Psyche* (Sao Paulo), São Paulo, v. 11, n. 21, p. 13-30, dez. 2007. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-11382007000200002&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-11382007000200002&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 26 out. 2019.

HALLAIS, J.A.S. Sociabilizando na prática: as formas de sociabilidade nos grupos de práticas corporais na Atenção Primária em Campinas/SP. 2016. 1 recurso online (144 p.). Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Ciências Médicas, Campinas, SP.  
Disponível em: <<http://www.repositorio.unicamp.br/handle/REPOSIP/312953>>. Acesso em: 30 out. 2019

LIBERMAN, F. Danças em terapia ocupacional. Summus Editorial, 1998.

POZZANA de BARROS, L. O Corpo em Conexão: Sistema Rio Aberto. Niterói: EdUFF, 2008. 158p.

POZZANA de BARROS, L. Sistema Rio Aberto: O corpo em conexão. 2006. 129p. Recurso online (129p). Dissertação (mestrado) - Universidade Federal Fluminense Instituto de Ciências Humanas e Filosofia, Niterói, RJ.  
Disponível em:  
[https://static1.squarespace.com/static/57f3b431b3db2ba2624d0f96/t/58a1e62a2e69cf7248f283de/1487005236424/POZZANA\\_Sistema+Rio+aberto.pdf](https://static1.squarespace.com/static/57f3b431b3db2ba2624d0f96/t/58a1e62a2e69cf7248f283de/1487005236424/POZZANA_Sistema+Rio+aberto.pdf) Acesso em: 26 out. 2019.