OFICINA TERAPÊUTICA: UM ESPAÇO DE REFLXÂO EM UM CENTRO DE ATENÇÂO PSICOSSOCIAL

Cíntia Nasi
Jacó Fernando Schneider
Marcio Wagner Camatta

ÁREA: Nuevos Dispositivos Clínicos
EJES: De la institucionalización de la locura a la "locura" de amar e transformar

Introdução: A oficina terapêutica denominada Oficina dos Sentidos, desenvolvida por enfermeiros em um Centro de Atenção Psicossocial, CAIS Mental, ligado a Secretaria Municipal de Saúde (SMS) do município de Porto Alegre, no estado do Rio Grande do Sul (RS), tem como proposta potencializar as ações dos usuários deste serviço, com diretriz expressiva, didática, criativa e corporal, objetivando que os mesmos possam arregimentar e redirecionar seus desejos, por meio da promoção da interação e do convívio, tendo como foco os sentidos.
As oficinas terapêuticas podem ser concebidas como espaços terapêuticos a partir do momento que possibilitam às pessoas que delas participam, um lugar de fala, expressão e acolhimento, facilitando o encontro de indivíduos em sofrimento psíquico, promovendo o exercício da cidadania, a livre expressão e a convivência dos diferentes (LAPPAN-BOTTI, 2004).
Objetivo: O presente estudo tem como objetivo relatar sobre uma oficina terapêutica, denominada oficina dos sentidos.
Metodologia: Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, que tem o intuito de revelar uma dada realidade por meio de descrições sobre o objeto estudado (TRIVIÑOS, 1987).
A Oficina dos Sentidos: O primeiro encontro teve por finalidade conhecer cada integrante do grupo e sensibilizá-los sobre a relevância dos sentidos nas suas vidas. Para tanto, foi proporcionado um ambiente acolhedor, para que os usuários pudessem manifestar suas percepções.
Foi fornecido aos participantes um objeto contido na "caixa dos sentidos" para que falassem o que o mesmo despertou em seus sentidos, sendo estimulados a descrever suas percepções em relação ao mesmo.
Inicialmente foi utilizado um porta-retrato contendo uma foto de uma família correndo em volta de um lago com o intuito de estimular a reflexão nos participantes sobre os elementos da foto e o que despertou em seus sentidos.
Em seguida foi utilizado um espelho objetivando despertar questões relacionadas com a auto-estima e a auto-imagem, que para Townsend (2002) designa a consideração que os indivíduos têm em relação a si mesmos enquanto uma medida de valor que eles atribuem as suas capacidades e seus julgamentos. A imagem corporal de um indivíduo é uma avaliação pessoal de seu ser físico, incluindo atributos físicos, funcionamento, sexualidade, estado de saúde-doença e aparência.
Nesse momento, foi explorado o conceito que cada participante tem sobre si mesmo, assim como incentivado reflexões sobre os aspectos sadios dos mesmos e o desejo de mudança sobre os aspectos que interferem num viver mais saudável.
Foi fornecida uma esponja com um lado áspero e outro liso, no qual os participantes relataram sentir a diferença tanto ao tocarem quanto ao visualizarem o objeto, onde a visão foi acionada pelas cores amarela e verde e o tato pela sua textura.
Posteriormente, no momento em que se forneceu um sabonete aos participantes, os mesmos relataram gostar da fragrância, referindo como agradável e doce.
A audição foi acionada no momento em que os usuários tocaram uma flauta ao mesmo tempo em que se ouvia uma música suave, contrastando-se os sons.
Por fim, ao distribuirmos um pequeno ovo de páscoa para os participantes, todos concordaram que este momento propiciou a estimulação dos cinco sentidos, uma vez que no primeiro momento a visão foi acionada, vendo-se o ovo, no segundo momento o tato, ao tocar o ovo, no terceiro momento a audição, ao abri-se o ovo, pelo barulho provocado pelo papel, no quarto momento o olfato, ao sentir o cheiro do

chocolate e, no quinto o paladar, ao sentir o gosto do chocolate.
Enceramos o primeiro encontro da oficina refletindo sobre a importância dos sentidos para a saúde, para o bem estar, para o cuidado com o corpo, onde vários participantes relataram terem achado importante o exercício para prestarem mais atenção nas manifestações corporais.
Para Merleau-Ponty (1994, p.278), "[...] reaprendemos a sentir nosso corpo [...] Da mesma maneira, será preciso despertar a experiência do mundo tal como ele nos aparece enquanto estamos no mundo por nosso corpo, enquanto percebemos o mundo com nosso corpo".
No próximo encontro foi trabalhado com o grupo a confecção de um painel, onde foi fornecido revistas para os usuários recortarem as imagens que para eles tinham a ver com os sentidos. Em seguida, foi feito colagem e anotações sobre o significado das imagens, sendo comentado por cada participante o que as gravuras lhe despertavam. Ao final o painel foi afixado na parede e discutido a produção final do grupo.
Este exercício propiciou o que de acordo com Rauter (2000), podemos caracterizar como sendo um instrumento terapêutico, pois possibilitou inserir ou reinserir socialmente indivíduos no mundo da coletividade, de rompimento do isolamento e de reinvenção da vida em seus aspectos cotidianos, propiciando que o indivíduo dialogue sobre suas questões.
No encontro seguinte foi realizado um passeio no Parque Farroupilha de Porto Alegre com o propósito de observar, refletir e coletar materiais possíveis que tivessem a ver com os sentidos para posterior montagem de um material visual sobre o passeio. Durante esta atividade os usuários mostraram-se interessados e participativos, tecendo comentários sobre o ambiente, os espaços visitados, a experiência de sair do espaço do CAIS Mental, além de destacar os lugares visitados mais significativos para o grupo.
Em outro encontro refletimos sobre vários aspectos do passeio, sendo confeccionado um painel sobre os materiais coletados no parque e também utilizados desenhos para representar aspectos observados no passeio. Durante a elaboração do painel enfatizamos os sentidos que tinham sido acionados. Sobre este movimento Merleau-Ponty (1994, p.290) salienta que "[...] se eu quisesse traduzir exatamente a experiência perceptiva, deveria dizer que se percebe em mim e não que eu percebo".
No encontro que se seguiu foi distribuído argila aos participantes para que os mesmos produzissem algo de seu interesse. Nesta atividade, solicitamos a eles que se utilizassem do tato para perceberem as características do material, quanto a textura e a temperatura.
Enquanto iam construindo seus objetos, os participantes refletiam sobre seus significados. Um falou que seu trabalho significava sua mãe, a mulher brasileira, bonita, trabalhadora, honesta. Outro, que seu material significava os pães que comprava antigamente no supermercado e que lhe trazia boas recordações. E outro, relatou que sua escultura lhe transportava ao passado, em como foi criado, no interior, tendo confeccionado um objeto que lhe remetia à infância.
No último encontro relatado foi trabalhado com uma técnica de sensibilização dos sentidos, adaptada de Castilho (2004), sendo solicitado que os participantes ficassem sentados em volta de uma mesa com as mãos postas sobre a mesma. Foi solicitado a eles que fechassem os olhos, numa atitude de concentração. Durante esta atividade foi estimulado cada um dos sentidos, sempre com uma ação e uma finalidade.
Para sensibilização da audição foi instalada uma música calma em volume baixo, deixada assim até o final da dinâmica, com a finalidade de propiciar um ambiente agradável e de tranqüilidade.
Para sensibilização do olfato foi colocado junto às narinas dos participantes um sabonete perfumado com a finalidade de estimular a sensação de um aroma agradável, sendo trocado na seqüência para um frasco com vinagre, remetendo a um aroma desagradável.
Para sensibilização do tato foi passado um chumaço de algodão sobre a mão dos participantes, bem como a utilização de um massageador de couro cabeludo com a finalidade de propiciar um estímulo delicado, sendo introduzido na seqüência uma esponja áspera, remetendo a uma sensação desagradável.
Para sensibilização do paladar foi colocado na boca do participante uma bala com a finalidade de remeter a um momento de estímulo alimentar.
Para sensibilização da visão, foram abertas as cortinas e ascendido as luzes; pedimos aos participantes

que abrissem os olhos com a finalidade de propiciar a diferença de claridade no momento em que eles encontravam-se relaxados. Por fim, foi solicitado que descrevessem sua experiência em participar deste tipo de dinâmica, destacando suas sensações.

Podemos perceber que "[...] os sentidos se comunicam. A música não está no espaço visível, mas ela o mina, o investe, o desloca [...] Se quero encerrar-me em um de meus sentidos e, por exemplo, me projeto inteiro em meus olhos e abandono-me ao azul do céu [...] o céu deixa de ser uma 'percepção visual' para tornar-se meu mundo do momento" (MERLEAU-PONTY, 1994, p.303-4).

Algumas reflexões: Pensamos que a oficina dos sentidos tem propiciado o desenvolvimento de ações terapêuticas implementadas pelo enfermeiro junto aos usuários, tais como: 1) transmitir uma atitude de aceitação, encorajando o usuário a expressar a si mesmo abertamente; 2) promover sentimentos de controle pessoal, encorajando a tomada de decisões independentes; 3) reconhecer os pontos fortes do usuário e incorporar o emprego destes aspectos; 4) discutir temores e encorajar o envolvimento em atividades novas; 5) avaliar o conteúdo da conversa negativa sobre si mesmo; 6) reconhecer os esforços bem-sucedidos no usuário, reforçando positivamente às tentativas feitas.

Bibliografia:

CASTILHO, A. A dinâmica do trabalho de grupo. Rio de Janeiro: Qualitymark, 2004.

LAPPAN-BOTTI, N.C. Oficinas em saúde mental: a representação dos usuários dos serviços de saúde mental. Texto & Contexto Enfermagem, Florianópolis (SC), 2004 out/dez; 13(4):519-26.

MERLEAU-PONTY, M. Fenomenologia da percepção. São Paulo: Martins Fontes, 1994.

RAUTER, C. Oficinas para que? uma proposta ético-estético-política para oficinas terapêuticas. In: Amarante P. (org.) Ensaios: subjetividade, saúde mental, sociedade. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2000.

TOWNSEND, M.C. Enfermagem Psiquiátrica: conceitos de cuidados. 3 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.

TRIVIÑOS, A.N.S. Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação. São Paulo: Atlas, 1987.