

A INTERFACE DAS DOENÇAS CRÔNICAS E A PRÁTICA DO LIAN GONG

Aspectos de Interação Social, Convivência e Empoderamento

Ângela H. H. Yamakawa¹; Edna Bugulin²; Luciene de Campos³; Dinalva Tavares⁴

Introdução

Esta pesquisa analisou os impactos da prática do Lian Gong nas doenças e agravos não transmissíveis, nas três unidades da Supervisão Técnica de Saúde Penha, a saber: UBS Antonio Pires Ferreira Villalobo, UBS Eng^o Goulart – Dr. José Pires e Centro de Convivência e Cooperativa Pe. Manoel da Nóbrega. O perfil epidemiológico da região Penha tem como principal causa de morbi-mortalidade as doenças cardiovasculares (PRO-AIM-CEinfo-SMS-2005), que podem ser prevenidas com a adoção de hábitos alimentares saudáveis, interrupção/diminuição do consumo de álcool, tabaco e drogas ilícitas aliados ao exercício físico diário, no caso a prática do Lian Gong em 18 terapias.

Este estudo teve como objetivo avaliar a eficácia da prática do Lian Gong na promoção da saúde, no universo de cem usuários praticantes das três unidades pesquisadas. Deste modo, foi necessário conhecer as condições de vida da população atendida quanto ao perfil da saúde e doença, dieta alimentar, tabagismo, uso/abuso de álcool, atividade física, acesso à cultura e ao lazer e captar e analisar informações quanto à dimensão, à concepção e às vivências experimentadas no âmbito biopsicossocial.

Metodologia

A metodologia utilizada foi a quali-quantitativa por permitir maior compreensão da realidade e da condição de vida dos participantes. Entendemos a Promoção da Saúde eficaz como o processo cujo objeto consiste no fortalecimento das habilidades e capacidades das pessoas e na capacidade de grupos ou comunidades de atuarem coletivamente para conduzir as mudanças nos determinantes da saúde (NUTBEAM, 1999).

Como instrumento de pesquisa foi utilizado um formulário semiestruturado com questões abertas e fechadas levantadas por meio de entrevistas com o objetivo de caracterizar o perfil da população que pratica Lian Gong. O formulário-questionário abrangeu quatro itens assim organizados:

1 - Dados sociodemográficos do entrevistado (idade, estado civil, sexo, ocupação, cor, escolaridade e número de filhos);

2 - Motivos e condições de procura pelo serviço e pela prática;

3 - Diagnóstico localizado, diabetes, hipertensão, antecedentes familiares;

4 - Condições de vida quanto a outras atividades físicas, lazer, de trabalho e cultura.

Para aprofundar o conhecimento quanto à dimensão, à concepção e às vivências experimentadas no âmbito biopsicossocial foi utilizada a metodologia denominada Grupo Focal, por ser uma técnica reconhecidamente eficiente na obtenção de dados, possibilitando uma identificação mais rápida dos problemas, a partir do entendimento da população.

De acordo com Minayo (1994), “as abordagens qualitativas são capazes de incorporar a questão do significado e da intencionalidade como inerentes aos atos, às relações e às estruturas sociais como constru-

1. Enfermeira, UBS Antonio Pires Ferreira Villalobo.

2. Educadora em saúde pública, UBS Eng^o Goulart – Dr. José Pires.

3. Fonoaudióloga, Centro de Convivência e Cooperativa Pe. Manoel da Nóbrega.

4. Doutora em Saúde Pública – FSP-USP – Orientadora da pesquisa.

ções humanas significativas”. Podemos, então, compreender os indivíduos como sujeitos coletivos, uma vez que o depoimento de cada um, enquanto sujeito social, expressa o discurso de muitos.

A partir do discurso nos grupos focais, os relatos foram destacados e agrupados para facilitar a interpretação, o entendimento e a visualização do repertório. Desta forma, criaram-se quatro categorias de análise, a saber:

- Análise dos aspectos afetivos e emocionais;
- Análise da representação no corpo: dores, flexibilidade, coordenação motora e equilíbrio;
- Análise da interação social e convivência;
- Análise do empoderamento e inserção da cidadania.

Neste artigo daremos maior enfoque a duas das quatro categorias: aspectos de interação social, convivência e empoderamento.

A aplicação do questionário, dos grupos focais e a análise dos dados foram realizadas pelos próprios pesquisadores durante o ano de 2007. Optou-se por dois encontros em cada unidade de saúde sendo um para a aplicação do questionário e outro para o grupo focal.

Resultados

A UBS Villalobos (unidade de saúde que atende uma parte da população no Programa Saúde da Família – PSF e outra como unidade básica comum) recebe a demanda proveniente dos profissionais médicos e enfermeiros do PSF. Este programa – PSF – traz como um dos enfoques a promoção e prevenção à saúde, a mudança de estilo de vida, adoção de novos hábitos como atividade física, alimentação saudável e o estabelecimento de relações afetivas, solidárias e cidadãs para a melhoria na qualidade de vida.

No Centro de Convivência e Cooperativa Pe. Manoel da Nóbrega – Cecco constatamos a mudança de foco da doença para a saúde, uma vez que é um espaço de convivência, entretenimento e socialização favorecendo a melhora biopsicossocial, autonomia e bem-estar, além da oportunidade de troca de experiências.

Para a UBS Eng° Goulart – Dr. José Pires, a demanda para o grupo é espontânea e traz considerações como: autoestima, crescimento intelectual e conhecimento técnico, além de haver a preocupação em superar a solidão e as condições de pobreza. Também aparece a necessidade de participação política através da divulgação do Lian Gong nas diferentes Secretarias Municipais, ou seja, Educação e Meio Ambiente, e nas Associações de Bairros, etc.

Na análise do perfil dos praticantes do Lian Gong das três unidades pesquisadas observou-se que 62% dos praticantes são hipertensos, na faixa etária de 40/70 anos e são, em sua maioria, donas de casa preocupadas com o sedentarismo, dieta alimentar e a prática do exercício físico. Cinquenta e dois por cento dos praticantes são viúvos, divorciados e solteiros sendo que 59% possuem ensino fundamental completo e há predominância da raça branca. Além disso, 20% dos integrantes dos grupos de Lian Gong fazem uso de bebidas alcoólicas, 30% fumam e 59% estão inseridos em outras modalidades esportivas.

Neste estudo percebeu-se que muitos dos praticantes do Lian Gong vivem sozinhos, isolados e buscam nesta prática a integração social e o convívio com outras pessoas; sentem-se valorizados e fortalecem a autoestima e a “alegria de viver”, diminuindo a ansiedade, a agressividade e a depressão.

Segundo A. S., 67 anos, UBS Dr. José Pires,

“...Fazendo exercícios, as pessoas ficam bem e não precisam tomar remédio, o governo devia pensar nisso.”

I. B., 63 anos, UBS Villalobo, relata:

“...O Lian Gong faz parte da minha vida tanto para mim quanto para os outros. Gosto de ajudar a comunidade, gosto de ouvir as pessoas.”

A prática do Lian Gong proporcionou condições de obter transformações sutis na comunidade, decorrentes das relações interpessoais, com a valorização individual e coletiva e a participação nas políticas locais e regionais, como grupos de voluntários, conselhos gestor e popular. Consequentemente proporcionou a melhora do seu entorno social, ambiental e urbanístico.

Para J.C., 62 anos, praticante de Lian Gong,

“...a prática me trouxe contato social com colegas...me trouxe atividade social, passei a fazer várias coisas: tango, ioga, canto, teatro e capoeira.” M.P., 70 anos, também praticante Lian Gong, conclui: “...sentia-me sozinha, abandonada, com problemas de visão, perdi uma vista; melhorei o equilíbrio e a convivência.”

Para Jung (apud, Carvalho, 1986), “O homem é um ser social. Nenhum homem é uma ilha, fechada sobre si; todos são parte de um continente, uma parcela da terra principal”. Aprender é eminentemente um ato de socialização, não é uma postura individual, mas organizacional. É por meio da troca de ideias e informações que as pessoas entram em contato com outros pontos de vista e diferentes percepções, podendo crescer e chegar a outras ideias, assim como procuram entender o ponto de vista de outras pessoas, o que estreita laços e amplia a possibilidade de relações de maior confiança.

Assim, a longevidade tem implicações importantes para a qualidade de vida; com consequências sérias nas diferentes dimensões da vida humana, física, psíquica e social. Esses anos vividos a mais podem ser anos de sofrimento para os indivíduos e suas famílias, anos marcados por doenças, aumento da dependência, perda da autonomia, isolamento social e depressão. No entanto, se os indivíduos envelhecerem mantendo-se autônomos e independentes, a sobrevida aumentada poderá ser plena de significado (Paschoal, 1996).

Conclusões

Os resultados desta pesquisa demonstram que o exercício do Lian Gong em 18 terapias é um exercício físico terapêutico de promoção da saúde na medida em que: promove na esfera individual o desenvolvimento de habilidades pessoais, propicia a discussão e a construção do conceito de saúde, promoção da saúde e o fortalecimento dos indivíduos na esfera coletiva; e permite o questionamento na esfera institucional do modelo de saúde.

Referências Bibliográficas

-
- CARVALHO, E. M. M. **O pensamento vivo de Jung**. São Paulo: Martin Claret, 1986.
- MINAYO, M. C. S. et al. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. Rio de Janeiro: Vozes, 1994.
- MING, Z. Y. **Lian Gong Shi Ba Fa**: Liang gong em 18 terapias. São Paulo: Pensamento, 2000.
- PASCHOAL, S. M. P. Autonomia e independência. In: PAPALÉO NETTO, M. **Gerontologia**. São Paulo: Atheneu, p. 313-323, 1996.
- SÃO PAULO (Município). Lei nº 14.682, de 30 de janeiro de 2008. Instituiu no âmbito do Município de São Paulo, o programa qualidade de vida com medicinas tradicionais e práticas integrativas em saúde e dá outras providências. **Diário Oficial da Cidade**, São Paulo, SP, 31 jan. 2008. Seção I, p. 1.
-