

MILENA MERY DA SILVA

**LAZER E SAÚDE: A DANÇA CIRCULAR NO PROCESSO
TERAPÊUTICO DA SAÚDE MENTAL**

Dissertação submetida ao Mestrado Profissional em Saúde Mental e Atenção Psicossocial da Universidade Federal de Santa Catarina, para obtenção do grau de Mestre em Saúde Mental e Atenção Psicossocial.

Orientador: prof. Dr. Ricardo Ricci Uvinha

Florianópolis
2015

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFSC.

Silva, Milena Mery da
Lazer e Saúde: : A Dança Circular no processo
terapêutico da saúde mental / Milena Mery da Silva ;
orientador, Ricardo Ricci Uvinha - Florianópolis, SC, 2015.
117 p.

Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa
Catarina, Centro de Ciências da Saúde. Programa de Pós-
Graduação em Saúde Mental e Atenção Psicossocial.

Inclui referências

1. Saúde Mental e Atenção Psicossocial. 2. Saúde Mental
e Atenção Psicossocial. 3. Danças Circulares. 4. Lazer e
cultura. 5. Terapia Ocupacional. I. Ricci Uvinha, Ricardo
. II. Universidade Federal de Santa Catarina. Programa de
Pós-Graduação em Saúde Mental e Atenção Psicossocial. III.
Título.

Milena Mery da Silva

**LAZER E SAÚDE: A DANÇA CIRCULAR NO PROCESSO
TERAPÊUTICO DA SAÚDE MENTAL**

Esta Dissertação foi julgada adequada para obtenção do Título de “Mestre em Saúde Mental e Atenção Psicossocial”, e aprovada em sua forma final pelo Programa de Pós Graduação em Saúde Mental e Atenção Psicossocial – Mestrado Profissional.

Florianópolis, 22 de julho de 2015.

Prof. Dr. Walter Ferreira de Oliveira
Coordenador do Curso

Banca Examinadora:

Prof. Dr. Ricardo Ricci Uvinha
Orientador
Universidade de São Paulo

Prof. Dr. Walter Ferreira de Oliveira
Universidade Federal de Santa Catarina

Prof. Dr. Giovani Di Lorenzi Pires
Universidade Federal de Santa Catarina

Prof. Dr. Fabrício Augusto Menegon
Universidade Federal de Santa Catarina

Florianópolis
2015

Dizem que gratidão é um sentimento nobre, ocorre quando alguém faz algo que o outro gostaria que acontecesse, sem esperar nada mais em troca. Essa ação faz da pessoa que a realizou mais feliz e que recebeu também.

Gratidão traz junto outros sentimentos como amor, felicidade e amizade, e é exatamente o que contemplo pelos participantes do Grupo de Dança Circular Flor de Lótus, a quem dedico esse estudo com amor e respeito.

*“E aqueles que foram vistos dançando foram julgados insanos por aqueles que não podiam escutar a música.”
(Friedrich Nietzsche)*

AGRADECIMENTOS

A Deus...

Que em momentos onde as dificuldades ameaçaram meu equilíbrio, me mostrou o caminho da oração. Sou eternamente grata pela fé que me move.

À minha família, em especial minha querida mãe...

Minha eterna gratidão pelo estio que sempre foram em minha vida, pela segurança e encorajamento constante nos momentos de ansiedade. Diante da nossa louca história fica a certeza de que construímos asas para voar, mas também raízes para voltar, ficar e nutrir energias para seguir adiante. Agradeço por fomentar a certeza de que as conquistas chegariam por meio da perseverança, dedicação e ética. Obrigada por estarem sempre aí, cuidando-me com tanto carinho.

À Luciane Leite Grossklags, especial amiga de tantas aventuras...

Como é bom ter amigos assim. Que como anjos nos levam para casa, cuidando de nós com carinho e amor. Amigos que viajam conosco, arriscando a vida nas estradas. Alguns dão tanto amor e carinho, que sentem, sofrem e choram conosco nossas perdas. Alguns fazem promessa para a gente se curar e se levantar, e também gritam para que possamos acordar dos erros que cismamos em não largar. Alguns têm asas e nos levam para voar além de nossa imaginação. Alguns, como você, querida amiga, que não cansa em me fazer sorrir.

Aos amigos de classe, que se tornaram uma doce surpresa da vida...

Quando somos especiais para alguém, é sinal de que o carinho, o respeito e a amizade foram cultivados de forma verdadeira. Mesmo que por ventura a vida nos leve a trilhar caminhos diferentes, estimo que não esqueçamos nossas belas histórias, nossos momentos animados, ansiosos, tensos e descontraídos. Que sejamos capazes de lembrar este longo trajeto cheio de surpresas e que nos possibilitou conhecer e viver ao lado das pessoas que aprendemos a amar. Foi um prazer e um presente tê-los em minha vida.

Ao Professor Dr. Ricardo Ricci Uvinha, orientador desse estudo...

Sinto-me lisonjeada por tê-lo como orientador nessa longa trajetória. Como um notável educador me incentivou a construir pontes com conhecimentos antes dispersos. Acompanhou-me nessa caminhada facilitando minha passagem com ética, dedicação, perseverança e motivação. Obrigada por me sinalizar, antes mesmo de eu acreditar, o potencial desse estudo.

À Prefeitura Municipal de Indaial, na pessoa do Secretário de Saúde Enilson Erley de Freitas...

Agradeço o incentivo e a liberação profissional da qual possibilitou esse estudo. É notável o incentivo educacional presente nessa gestão. Obrigada por oportunizar meu crescimento profissional e cultivar a ciência de que possamos retornar ainda melhores profissionais, capacitados pra uma atuação de qualidade no âmbito da saúde pública no município de Indaial. Obrigada por acreditar nessa causa.

SILVA, Milena M. **Lazer e saúde: a Dança Circular no processo terapêutico da saúde mental.** Mestrado Profissional em Saúde Mental e Atenção Psicossocial - Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 2015. Orientador: Ricardo Ricci Uvinha.

RESUMO

A presente dissertação está relacionada à formação no Mestrado Profissional em Saúde Mental e Atenção Psicossocial. A temática desse estudo está voltada às Danças Circulares, tendo como foco central o processo terapêutico desse recurso utilizado para o tratamento das pessoas com sofrimento psíquico. O presente estudo apresenta o problema de pesquisa: Como a Dança Circular já utilizada como instrumento nas redes de saúde e lazer, contribui para saúde mental na percepção das pessoas que utilizam este recurso e de que forma se dá através dela, o despertar dos relacionamentos dentro do contexto social em que vivemos? Partindo do pressuposto que considera a Dança Circular um instrumento de sensibilização, socialização e resgate de valores humanos, a prática das Danças Circulares demonstrou-se como um potente recurso terapêutico, já que incentiva as interações entre os grupos, promove-se o diálogo entre as pessoas e desenvolve o senso de organização coletiva por meio da roda e o senso rítmico proporcionado pela música e o movimento corporal que ela cria. Esta pesquisa justificou-se pela Dança Circular ser um recurso cultural que engloba inúmeros ritmos, cantos e danças de diversas culturas. Ela visa ampliar o conhecimento, em direção ao bem estar físico, mental, emocional e social. Este estudo descreve as contribuições das Danças Circulares no processo terapêutico das pessoas que se utilizam deste instrumento na Rede Pública de Saúde Mental do município de Indaial/SC. Também estuda os aspectos que permeiam as Danças Circulares de forma a promoverem a saúde mental bem como sua inter-relação no processo terapêutico. Descreve os aspectos emergentes nas rodas de Danças Circulares e suas relações com a saúde mental e o lazer, bem como traz os resultados alcançados pela Dança como mais uma ferramenta terapêutica a ser utilizada na área de saúde mental, compreendendo suas possibilidades e limites neste contexto. O estudo foi caracterizado como uma pesquisa qualitativa do tipo pesquisa-ação, permeando a concepção fenomenológica. Utilizou-se da pesquisa descritiva como procedimento

de pesquisa e a análise de discurso para o tratamento dos dados coletados. A população que fez parte da pesquisa foi composta por usuários do Centro de Atenção Psicossocial I do município de Indaial/SC. O presente estudo, aliado ao aparato bibliográfico que embasa a resposta da pesquisa, considerou a Dança Circular como um recurso terapêutico capaz de trazer benefícios não somente à área de saúde, como também do lazer. Entre outros aspectos estudados, a Dança Circular utilizada como intervenção da Terapia Ocupacional estimula as habilidades sociais, possibilita a interação entre os membros e desenvolve o apoio e suporte necessários ao tratamento. Além de cultivar o pertencimento de grupo, demonstra que é possível atuar na modulação dos sentimentos, permitindo transformá-los em boas sensações. No entanto, as danças e as músicas propostas devem ser avaliadas e analisadas a fim de incorporá-las à clínica, já que um recurso aplicado devidamente, como objetiva a terapia ocupacional, pode transformar a atividade em um potente instrumento terapêutico para as pessoas que a utilizam.

Palavras-chave: Dança Circular. Saúde Mental. Terapia Ocupacional. Saúde Coletiva. Lazer.

SILVA, Milena M. **Leisure and health: the Circle Dance in the Mental Health therapeutic process.** Professional Masters in Mental Health and Psychosocial Care – Federal University of Santa Catarina. Florianópolis, 2015. Advisor: Ricardo Ricci Uvinha.

ABSTRACT

This dissertation is related to training in the Professional Masters in Mental Health and Psychosocial. The theme of this study is directed to circle dances, with the main interest on the therapeutic process of this resource used for the treatment of people with mental suffering. This study presents the research problem: How to Dance Circular already used as a tool in health networks and leisure contributes to mental health in the perception of people who use this feature and how it is through the awakening of relationships within the social context in which we live? Assuming that considers the Circle Dance an awareness tool, socialization and rescue human values, the practice of Circle Dances was demonstrated as a powerful therapeutic resource, as it encourages interactions between groups, it encourages dialogue between people and develops a sense of collective organization through the wheel and the rhythmic sense provided the music and body movement it creates. This research is justified by the circle dance as being a cultural resource that covers many rhythms, songs and dances from different cultures. It aims to increase knowledge toward the physical, mental, emotional and social well-being. This study describes the contributions of the Circle Dances in the therapeutic process of the people who use this instrument in Public Mental Health Network in Indaial city/ Santa Catarina State. It also outlines the aspects that permeate the Circle Dances in order to promote mental health and their relationship in the therapeutic process. It describes the emerging issues in the wheels of Circle Dances and their relationships with mental health and leisure, and presents the results achieved by the dance as an additional therapeutic tool to be used in the mental health field, including possibilities and limits in this context. The study was characterized as a qualitative research type action research, permeating the phenomenological conception. It used descriptive research as a research procedure and discourse analysis for the treatment of collected data. The population that took part of the research were the users of Indaial Psychosocial Care Center I / Santa Catarina State. This

study, together with the bibliographical apparatus that supports the response of the research, called the Circle Dance as a therapeutic tool able to bring benefits not only to health but also leisure. Among other aspects studied, the Circular Dance used as an intervention of occupational therapy stimulates social skills, enables the interaction between members and develop the necessary support to treatment. In addition to cultivate the group of belonging, it shows that it is possible to act in the modulation of feelings, allowing turn them into good feelings. However, the dances and the songs proposals should be evaluated and analyzed in order to incorporate them into the clinic, since a properly implemented feature, as an objective occupational therapy, can turn the activity into a powerful therapeutic tool for people that use.

Keywords: Circle Dance. Mental Health. Occupational Therapy. Public Health. Leisure.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	15
2	A DANÇA CIRCULAR COMO LAZER E SAÚDE	19
2.1	LAZER E SAÚDE MENTAL NO CONTEXTO SOCIAL	19
2.1.1	Lazer e suas interfaces com a Saúde Mental	19
2.1.2	Saúde Mental: Processo histórico	34
2.2	DANÇAS CIRCULARES COMO RECURSO TERAPÊUTICO ..	44
2.2.1	A dança como expressão: uma breve introdução	44
2.2.2	Danças Circulares	45
2.2.2.1	Elementos da Dança Circular.....	47
2.2.2.2	Processo Terapêutico da Dança Circular	51
3	METODOLOGIA	61
3.1	SUJEITOS DA PESQUISA.....	63
3.2	EQUIPAMENTOS E INSTRUMENTOS DA PESQUISA	65
3.3	SITUAÇÃO E AMBIENTE	66
3.4	COLETA E REGISTRO DOS DADOS	67
3.4.1	Procedimentos	67
3.4.2	Aspectos Éticos	71
3.5	TRATAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS	71
4	DISCUSSÃO DOS DADOS	73
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	89
	REFERÊNCIAS	93
	APÊNDICE	98
	APÊNDICE A – Quadro de aplicações da pesquisa	98
	APÊNDICE B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido ..	99
	APÊNDICE C – Caracterização dos sujeitos da pesquisa	102
	APÊNDICE D – Transcrição das entrevistas	104

1 INTRODUÇÃO

A presente dissertação está relacionada à conclusão do curso do Mestrado Profissional em Saúde Mental e Atenção Psicossocial, destinado à área de concentração da atenção e reabilitação psicossocial. A temática desse estudo está voltada às Danças Circulares, tendo como foco central o processo terapêutico desse recurso, utilizado para o tratamento das pessoas com sofrimentos psíquicos.

A motivação pessoal para a escolha desse tema é advinda da prática dessas Danças Circulares no serviço de reabilitação psicossocial, da qual fazem parte as pessoas com sofrimento psíquico que foram pesquisadas. A pesquisadora do referido projeto é uma profissional com graduação em Terapia Ocupacional da rede pública de saúde, trabalhadora do Centro de Atenção Psicossocial I do município de Indaial/SC.

Para melhor entender a motivação da pesquisadora em realizar um estudo sobre este tema, vale explicitar que a Terapia Ocupacional atua no sujeito através de atividades da vida diária ou prática de modo a fazer deste um sujeito autônomo e pleno para exercer sua vida de forma sadia e independente. Busca-se para tal, incentivar e explorar suas competências e potencialidades, adequando-os e adaptando-os ao que consideram suas visões de mundo.

Deste modo, como objetivo profissional, a referida pesquisadora vem buscar novos olhares e novas técnicas para atuar nos serviços substitutivos, em específico, no que foi o lócus dessa pesquisa.

O presente estudo adentrará no viés da Dança Circular a fim de sanar os questionamentos que surgem no âmbito da aplicabilidade e da eficácia dessas danças para o público usuário dos serviços de saúde mental. Sendo assim, se fez uso da seguinte pergunta de pesquisa: Como a Dança Circular já utilizada como instrumento nas redes de saúde e lazer, contribui para saúde mental na percepção das pessoas que utilizam este recurso e de que forma se dá o despertar dos relacionamentos dentro do contexto social em que vivemos, através do viés da dança circular?

Diante deste problema de pesquisa, partiu-se do pressuposto que considera a Dança Circular como sendo um instrumento de sensibilização, socialização e resgate de valores humanos. Com a prática das danças, incentivam-se as interações entre os grupos, promove-se o

diálogo entre as pessoas e se desenvolve o senso de organização coletiva através da roda e o senso rítmico pela música e pelo movimento corporal que ela cria.

Esta pesquisa justificou-se pela Dança Circular ser um recurso cultural, são danças de povos, que englobam inúmeros ritmos, cantos e danças de diversas culturas. Ela visa ampliar o conhecimento, em direção ao bem-estar físico, mental, emocional e social.

De acordo com Wosien (2000), em meio a momentos de muita descontração e também de introspecção, a pessoa que está na roda se percebe como um ser humano íntegro. Estas danças são praticadas em grupos, em círculo, reunindo energias em busca da harmonia e da consciência do todo.

Embora o presente estudo traga inicialmente um aporte teórico sobre as Danças Circulares, ainda encontra-se pouco embasamento teórico que explique a aplicabilidade dessas danças na área da saúde. É visível a carência de estudos que comprovem os benefícios desse recurso terapêutico que vem ganhando espaço na área de saúde mental. Sendo assim, este aspecto contribuiu para justificar a pesquisa desse tema.

De acordo com o exposto, esta pesquisa teve como objetivo geral descrever as contribuições das Danças Circulares no processo terapêutico das pessoas que se utilizam deste instrumento na Rede Pública de Saúde Mental do município de Indaial/SC.

Como objetivos específicos, buscou-se:

- Estudar os aspectos que permeiam as Danças Circulares de forma a promoverem a saúde mental bem como sua inter-relação no processo terapêutico;
- Observar e descrever os aspectos emergentes nas rodas de Danças Circulares e suas relações com a saúde mental e o lazer;
- Descrever os resultados alcançados pela Dança Circular como mais uma ferramenta terapêutica a ser utilizada na área de saúde mental;
- Compreender as possibilidades e limites das Danças Circulares no contexto da saúde mental.

Para desenvolver esta pesquisa, utilizou-se do aparato teórico construído através das disciplinas cursadas no Mestrado Profissional de Saúde Mental e Atenção Psicossocial.

No primeiro semestre do curso, a disciplina de Políticas, Gestão e Organização de Serviços em Saúde Mental, trouxe toda a explanação da

legislação de Saúde Mental, o comprometimento dos profissionais para com os serviços e para o cuidado das pessoas com transtornos mentais. Possibilitou também a consideração de vários olhares entre as relações terapêuticas e de trabalho, bem como seus limites no panorama geral de atendimento às pessoas com transtorno mental.

Na disciplina de Fundamentos Históricos e Filosóficos em Saúde Mental, discutiu-se a ideia de loucura, sua produção social, a imposição das necessidades sociais que interferem diretamente na saúde mental dos sujeitos, e os relacionamentos de poder que refletem no cuidado com as pessoas que procuram atendimento em saúde mental.

No segundo semestre do curso, a disciplina de Epidemiologia contribuiu para o entendimento da importância de visualizar melhor os panoramas de saúde, assim como possibilitou formas de sistematizar as pesquisas para uma leitura correta dos dados.

A disciplina de Psicopatologia Crítica e Atenção Psicossocial I possibilitou a discussão crítica das patologias existentes ou criadas pela humanidade. Discutiram-se as diversas formas possíveis de cuidar dos sujeitos levando em consideração suas singularidades.

Com a disciplina de Metodologia da Pesquisa e Produção de Conhecimento em Saúde Mental, nos foi apresentado as diversas linhas de pesquisa, as possibilidades de produções acadêmicas e científicas, cedendo o aparato metodológico para a construção da referida dissertação.

No segundo ano do Mestrado Profissional em Saúde Mental e Atenção Psicossocial, adentramos mais especificamente em algumas áreas, uma delas foi com a disciplina de Psicopatologia Crítica e Atenção Psicossocial II. Nela se discutiu com maior profundidade as causas e os determinantes em saúde, bem como se abordou diversos aspectos que somados a outros determinantes podem levar ao sofrimento psíquico.

Tal disciplina promoveu reflexões críticas sobre a atenção psicossocial ofertadas nos serviços de saúde mental e sua interface com a prática de cuidado disponível na rede de atendimento. Esta disciplina, como várias outras, estimulou o desenvolvimento de um olhar crítico voltado à prática, possibilitando o respaldo e embasamento teórico para criação de um cuidado eficaz para o sujeito que sofre.

Para além, esta dissertação traz uma investigação bibliográfica sobre o tema e sua aplicabilidade como recurso terapêutico para a área do lazer e saúde mental. Abrangerá no decorrer dos capítulos, o lazer e a

saúde mental no contexto social, bem como o tema central das Danças Circulares.

Tal explanação possibilita o conhecimento dos elementos específicos que caracterizam esta dança, bem como explicita os aspectos que a tornam um recurso terapêutico aplicável e que contribuiu para o cuidado das pessoas que a utilizam.

2 DANÇA CIRCULAR COMO LAZER E SAÚDE MENTAL

Neste estudo será abordado o tema das Danças Circulares como instrumento terapêutico no tratamento de pessoas com sofrimento psíquico. Para contextualizar melhor o tema, serão explanados conteúdos pertinentes à área do lazer, bem como da saúde mental e suas interfaces com o estudo proposto.

Nos capítulos que se seguem, serão contextualizadas as diversas formas do lazer e sua representatividade no cotidiano dos sujeitos. Será descrito também o processo histórico da saúde mental, desde o surgimento dos manicômios até os serviços que os substituíram.

Após toda contextualização, se adentrará no tema das Danças Circulares e será possível conhecer mais detalhadamente seus elementos e sua contribuição no processo terapêutico da saúde mental.

2.1 LAZER E SAÚDE MENTAL NO CONTEXTO SOCIAL

Neste tópico será contextualizado o lazer e a saúde mental entre seus conceitos diversos. Será explanado em qual contexto social surge o Lazer, de que forma ele atua, qual sua função e qual a relação do tema na vida cotidiana dos indivíduos que o usufruem.

Referente às questões de Saúde Mental, se explanará como as formas de cuidados evoluíram no processo social e como este tema é visto e trabalhado na sociedade atual.

2.1.1 Lazer e suas interfaces com a saúde mental

O termo Lazer teve sua incorporação no vocabulário comum num tempo relativamente recente. O que se costuma ver é a sua associação com experiências individuais vivenciadas, que muitas vezes, implicam na redução de conceitos a visões parciais, restritas ao conteúdo de determinada atividade. O descanso e o divertimento são os mais relacionados, deixando de lado os valores de desenvolvimento pessoal e social, que podem ser propiciados pelo lazer.

Na sociologia atual, Dumazedier (1999) identifica quatro correntes que definem o lazer. Uma delas refere o lazer não como uma categoria definida de comportamento social, já que todo comportamento na sua categoria pode vir a ser uma atividade de lazer, mas refere o lazer como um estilo de comportamento, podendo ser encontrado nas mais diversas atividades. Ressalta que o lazer pode ser a origem de um estilo de vida e pode contribuir para mudar a qualidade de vida das pessoas.

A segunda definição traz a ideia do lazer resumir inteiramente o não-trabalho. Apesar de situar o prazer a principal fonte de criação e de limitação do tempo do lazer, essa definição pode confundir, por trás da palavra lazer, realidades sociais heterogêneas, já que o tempo liberado das obrigações profissionais não necessariamente corresponde ao tempo liberado e não sobrecarregado das atividades familiares.

A terceira definição trazida pelo autor traz a vantagem de fazer parecer que a criação e limitação do tempo de lazer para as pessoas é dupla, pois refere simultaneamente a redução do trabalho profissional e do trabalho familiar. No entanto, inclui atividades sócio-espirituais e sociopolíticas, que mesmo buscando sua regressão, vai permitir incluir novas atividades com o mesmo fim.

Para concluir essa definição, refere:

Para designar a parcela do tempo liberado deste duplo trabalho profissional e familiar, incluindo as obrigações sócio-espirituais e sociopolíticas, preferimos adotar a expressão: tempo livre. [...] Ela significa apenas tempo liberado de um duplo trabalho, quer estes trabalhem permitam ou não o florescimento da personalidade, quer o tempo livre seja ou não limitado pelo condicionamento social (DUMAZEDIER, 1999, p. 90).

A última definição trazida pelo autor refere às atividades do qual o indivíduo se libera ao seu gosto e tempo, descansando do tédio e divertindo-se, promovendo o desenvolvimento de maneira interessada das capacidades de seu corpo ou de seu espírito. Completa:

É um novo valor social da pessoa que se traduz por um novo direito social, o direito dela dispor de um tempo cuja finalidade é, antes, a auto-satisfação (1999, p. 92).

Para melhor entendimento do tema descreve-se sobre o lazer e seus primeiros indícios apontados na Grécia Antiga. Lá se valorizava acima de tudo a contemplação e o cultivo dos valores nobres, como a bondade, a verdade e a beleza. Considerava que as mazelas e o trabalho cotidiano eram elementos que atrapalhavam a vivência plena desses valores, já que produziam o tempo livre para a dedicação ao estado de contemplação esperado.

Esse princípio de vida e a oportunidade de crescimento espiritual chama-se *Skholé*, como relatam Melo e Alves Junior (2003). Articulava-se o princípio que justificava mesmo a escravidão: “[...] *somente o homem que possui tempo livre é livre, já que para ser livre, um homem deve possuir tempo livre*” (MELO; ALVES JUNIOR, 2003, p. 3).

Assim, somente o tempo livre enquanto princípio de vida poderia permitir o completo alcance do desenvolvimento humano. E esta ideologia não significa uma vida ocupada por qualquer tipo de prazer, mas pelo cultivo a contemplação.

A vida contemplativa então foi substituída gradativamente por uma preocupação com a atividade constante. Em Roma, onde se encontrava o povo guerreiro, o tempo de não trabalho passou a ser compreendido não como oportunidade de contemplação, mas de recuperação e preparação do corpo e do espírito para o trabalho.

Assim, o lazer passa a ser considerado como fenômeno social importante nos séculos XIX e XX. A burguesia sendo pressionada pelas conquistas da classe trabalhadora através de ações organizadas, passa a entender o lazer como um excelente auxiliar na propagação de valores úteis à manutenção do sistema. Seja por incrementar direta ou indiretamente os negócios, seja por difundir pressupostos ideológicos, criando, enfim, uma compreensão funcionalista do lazer.

As principais contribuições dos marxistas, segundo Melo e Alves Junior (2003), se referem às compreensões de que os momentos de lazer não podem ser isolados dos outros instantes da vida, entendidos de forma autônoma e abstrata. Não podem ser encarados em oposição ao trabalho, como responsáveis únicos pela felicidade humana. A visão marxista percebe que os momentos de lazer não são manifestações somente individuais, mas também de construção coletiva.

Dumazedier (1999) coloca ainda em evidência que a produção do lazer é o resultado de dois movimentos simultâneos. Um deles é o progresso científico-teórico apoiado pelos movimentos sociais que liberou uma parcela de tempo de trabalho profissional e doméstico.

O outro movimento foi a regressão do controle social pelas instituições básicas da sociedade como as familiares, espirituais, sociais e políticas que possibilitou ocupar o tempo liberado com atividades de lazer. Revela, com suas pesquisas, que as atividades de lazer funcionam como uma fonte de atração para os indivíduos que a praticam, e relata:

Esta força central de atração que se afirma através desta abundância de atividades é – conforme pensamos - uma nova necessidade social do indivíduo a dispor de si para si mesmo, a gozar de um tempo cujas atividades antigamente eram em parte impostas pela empresa, pelas instituições sócio-espirituais, sociopolíticas ou familiares. Como a necessidade de um trabalho prolongado se faz sentir menos, como o controle das instituições constitutivas da sociedade é menos extenso, um tempo marginal é liberado: sua razão de existir não é mais o funcionamento de uma instituição, mas a realização do indivíduo (DUMAZEDIER, 1999, p. 56).

Logo, o lazer torna-se um fenômeno moderno, como sugerem Melo e Alves Junior (2003). Surge com a artificialização do tempo de trabalho, típica do modelo de produção fabril desenvolvido a partir da Revolução Industrial. Completam:

[...] Desde as origens, o lazer tem-se mostrado um campo de tensões, já que um tempo livre maior surge não como concessão dos donos de produção, mas sim como conquista das organizações das classes trabalhadoras. (p.29).

O mundo moderno é caracterizado pela substituição do tempo-humano pela imposição do tempo-máquina. Os ritmos sociais são cada vez mais alucinantes, os bens culturais perdem a importância antes mesmo de serem plenamente apropriados pela sociedade. Assim como altera o cotidiano do ser humano, a velocidade implica também nas mudanças de ordem cultural e das suas referências.

A cultura vivenciada no tempo disponível das obrigações profissionais, escolares, familiares e sociais, combinando os aspectos tempo e atitude deve ser considerada enquanto lazer. Não restringindo o lazer a uma prática de atividade, mas abarcando todo conhecimento e assistência que essa atividade pode promover. Até mesmo a possibilidade do ócio, desde que visto como opção, sem contratempo com as esferas das obrigações. Segundo Marcelino (2007), o lazer é capaz de gerar fenômenos que emergem valores questionadores da sociedade como um todo e exercendo influências na estrutura social em geral.

As atividades de lazer são observáveis no tempo livre das obrigações, sejam elas profissionais, religiosas, domésticas ou decorrentes das necessidades fisiológicas. Isso não quer dizer que lazer não tem compromisso, o que difere é o grau de obrigação, já que se pode optar com maior facilidade pelo o que se deseja fazer e em qual momento.

Dumazedier (1999, p. 20), afirma que a “*ociosidade nega o trabalho, o lazer o supõe*”, e em seus estudos sobre a sociologia empírica do lazer, traz discussões importantes para melhor entendimento dessa área. Refere estudar o lazer justamente pelas suas relações com vários aspectos, por exemplo: trabalho, com a família, com a juventude, com a religião, com a cultura. Ainda cita:

O lazer não é a ociosidade, não suprime o trabalho; o pressupõe. Corresponde a uma liberação periódica do trabalho no fim do dia, da semana, do ano ou da vida de trabalho (1999, p. 28).

Inúmeras são as temáticas do lazer abordadas em diferentes prismas. Alguns estudos da área evidenciam as questões do tempo livre, outros salientam a categorização do lazer tomando como atividades autogeradas e vivenciadas por livre opção.

Existem também as atividades com atitudes propensas à vivência de lazer, a expressão do comportamento lúdico e as dissonâncias com os valores e atitudes, ou ainda a vertente que evidência o corpo nesse processo, focalizando as dimensões sociais, políticas e antropológicas de um estudo sobre lazer.

Para Schwartz (2001) tudo que se relaciona ao tempo livre, ao lúdico e ao lazer, historicamente, sempre ficou restrito aos planos secundários, pelo fato de estarem associados a elementos de não produtividade, espontaneidade, possibilidade de opção pessoal ou tempo desobrigado. Dessa forma, resulta na conotação que esses termos recebem de não seriedade, não prioridade e de inutilidade.

Entretanto, existem benefícios decorrentes dessas atividades, segundo o mesmo autor, que são apontados de várias formas, como a percepção de melhorias nos aspectos psicológicos, o controle e aprimoramento das sensações ligadas ao estresse e o aprimoramento do bem-estar e da autoestima geral, quando o tempo é escolhido por opção própria, fora do cotidiano das obrigações.

Em seus estudos sobre o lazer, Dumazedier salienta que as fronteiras entre as normas que regem as atividades de lazer tornam-se cada vez mais tênues. Hoje as pessoas ousam a sonhar com períodos de repouso em contraposição ao pensamento passado, onde os indivíduos viviam para trabalhar, hoje já ousam trabalhar para viver. Refere:

A ética do lazer não é a da ociosidade que rejeita o trabalho, nem a da licença que infringe as obrigações, mas a de um novo equilíbrio entre as exigências utilitárias da sociedade e as exigências desinteressadas da pessoa (1999, p. 59).

Devido a esta possibilidade de opção pessoal com liberdade, este processo de escolhas e de vivências resulta na promoção da autoestima, pelo fato das atividades proporcionarem um encontro consigo próprios e o autoconhecimento. Mesmo nas vivências de lazer passivo podem identificar alterações positivas relacionadas à atenção, às emoções e à cognição.

Os momentos de lazer, segundo Melo e Alves Junior (2003), pressupõem pela busca do prazer, mas este não é exclusivo dos momentos de lazer. Podem abranger dois parâmetros, um mais objetivo se referindo à questão do tempo e outro mais subjetivo de caráter individual que se refere ao prazer.

Lamentavelmente, constituiu-se um conceito equivocado que relaciona o lazer com algo alienado, no entanto, conhecer e pensar também podem ser atividades que causam um imenso prazer, conforme a ênfase nos diferentes momentos da vida.

O lazer também é um veículo e objeto de educação, considerando não só suas possibilidades de descanso e divertimento, mas seu desenvolvimento social e pessoal. O lazer é entendido:

Como cultura, compreendida no seu sentido mais amplo – vivenciada (praticada ou fruída) no “tempo disponível”. É fundamental como traço definidor, o caráter “desinteressado” dessa vivência. Não se busca, pelo menos basicamente, outra recompensa além da satisfação provocada pela situação. A “disponibilidade de tempo” significa possibilidade de opção pela atividade prática ou contemplativa. (MARCELLINO, 2007, p.11, grifos do autor).

Sendo o lazer um aspecto cultural, torna-se necessário entender a cultura no seu modo amplo. Marcellino (2007, p.12) refere como sendo “[...] *um conjunto de modos de fazer, ser, interagir e representar que, produzidos socialmente, envolvem simbolização e, por sua vez, definem o modo pelo qual a vida social se desenvolve.*” Sendo assim, é reconhecido como uma atividade humana que está vinculada à construção de significados que dão sentido à existência.

No que tange o aspecto educacional, Schwartz (2001) refere a importância do lazer no processo civilizador, no qual tomam parte uma gama bastante variada de agentes desencadeadores da socialização. Ressalta também a contribuição das atividades de lazer no plano fisiológico, e sua valorização no aprimoramento das habilidades funcionais como um todo.

Nos dias atuais, o lazer é visto como fruto de uma sociedade urbano- industrial e dialeticamente incide como gerador de novos valores que a contestam. É entendido como a possibilidade de gerar valores que ampliam o universo das manifestações do jogo, do brinquedo, da recreação para além do próprio lazer.

Na contemporaneidade, o lazer vem crescendo a olhos vistos e pode vir a ocupar o centro das preocupações de muitos pesquisadores na

área humana. Segundo Gutierrez (2001), alguns aspectos são fundamentais nesse processo. Destaca a tendência histórica do aumento do tempo livre no capitalismo, a gradativa diminuição da importância do trabalho humano tanto para a geração de valor na forma de mercadoria como na constituição da personalidade, da própria subjetividade, e finalmente no crescimento de um enorme mercado de produtos e serviços voltados para o lazer.

Sendo assim, o lazer contemporâneo, ou pós-moderno vai agregar à definição tradicional de lazer enquanto busca pessoal e não produtiva do prazer no tempo livre.

As atividades de lazer devem atender aos sujeitos como um todo, no entanto, é necessário conhecer as atividades que satisfaçam os vários interesses, a fim de receber o mínimo de orientação. Após a escolha, é imprescindível que a participação seja estimulada. Melo e Alves Junior (2003) salientam a importância do conhecimento das amplas áreas abrangidas pelo conteúdo de lazer, que são elas:

- *Interesses artísticos* - Envolve o campo imaginário, as imagens, emoções, sentimentos. Seu conteúdo é estético e configura a beleza do encantamento. Pode ser produzida ou estar dentro de cada um de nós, podendo ser estimulada pela educação de nossa sensibilidade.
- *Interesses intelectuais* – Envolve o contato com o real, as informações objetivas e explicações racionais. A ênfase é dada ao conhecimento vivido, experimentado.
- *Interesses físicos esportivos* – Envolvem as práticas esportivas, os passeios, a pesca, a ginástica e toda atividade que prevalece o movimento ou exercício físico.
- *Interesses manuais* – É a capacidade de manipulação, quer para transformar objetos ou materiais. O prazer se encontra na manipulação deles e com frequência são confundidos com *hobbies* em geral.
- *Interesses sociais* – Envolvem os contatos face a face, a predominância deixa de ser cultural e passa a ser social. Toda a atividade de lazer tende a envolver grupos e a desenvolver a sociabilidade, mas destaca-se como sendo interesse social aquelas atividades em que o movimento motivador é exatamente a promoção pronunciada de tais encontros.

- *Interesses turísticos* – Busca a quebra da rotina temporal ou espacial e o contato em novas situações, paisagens e culturas.

Vale salientar que para a realização de qualquer atividade de lazer, é necessária a satisfação de aspirações dos seus praticantes. Os vários interesses que as aspirações do lazer envolvem formam um todo e só podem ser distintas quando representar escolhas subjetivas, o que evidencia a opção de uma das características das atividades de lazer.

Embora na Constituição de 1988 o lazer aparecer como um dos direitos sociais, ainda encontra-se vinculadas aos critérios de utilidade. Vale a pena lembrar que o ser humano além de ter suas necessidades primárias, é também um ser cultural, com necessidades simbólicas, que também precisam ser satisfeitas.

É basicamente nos tempos de lazer que são vivenciadas situações geradoras de valores que poderiam ser chamados de revolucionários. São reivindicadas formas de relacionamento social mais espontâneas, a afirmação da individualidade, a convivência com, ao invés do domínio sobre a natureza (MARCELLINO, 2007, p.19).

O lazer é um dos elementos que compõem a síntese dialética do trabalho como atividade humana e caracterizando-os como a busca do homem pela composição dos espaços criativos, do mundo objetivo que ainda não fora assimilado, e do mundo subjetivo que ainda não foi vivido.

De acordo com Marcellino (2007), seria justo então, apontá-lo como um fenômeno que emerge do ato humano de desejar “tocar” o mundo pela sua capacidade de apreendê-lo e, também, pela sua necessidade e desejo de brincar-lo.

Sendo assim, o lazer não pode ser compreendido apenas como fenômeno amenizador ou mero produtor de alegrias para a vida, mas como produtor de sentidos. Ou seja, deve ser visto como uma ação que também tem garantido a sobrevivência do homem, integrando a cultura construída pelo humano, ou ainda a própria cultura vivenciada no tempo disponível.

O lazer é o tempo que cada um tem para si, depois de ter cumprido, segundo as normas sociais do momento, suas obrigações profissionais, familiares, sócio-espirituais e sócio políticas. É o tempo vital que cada um procura defender, contra tudo que o impeça de ocupar-se consigo mesmo. É antes de tudo a liberação de cada um, seja pelo descanso, seja pela diversão – e aí se incluem as atividades esportivas – seja pelo cultivo do intelecto (PIRES; ANTUNES, 2007, p. 94).

Como refere Isayama (2007, p.31), o lazer tem uma íntima relação com o trabalho e com as demais esferas da vida do homem. Este pode ser o espaço de manifestações das contradições e conflitos presentes em nossa vida social, apontando para a possibilidade de contribuir para mudanças na ordem estabelecida, ao se trabalhar na perspectiva da emancipação.

Neste contexto, verifica-se que as formas de ações individuais e coletivas têm início com um sentimento de pertencimento, de identidade coletiva. Desenvolvem-se no interior, sentimentos de solidariedade e de identificação com interesses comuns associados às crenças e valores da comunidade.

Extremamente importante considerar a presença dos grupos de encontro, a reunir pessoas com problemas comuns que se unem a fim de encontrar apoio mútuo e soluções para resolver seus problemas. Trata-se de uma atividade característica dos interesses sociais no lazer, que revela facetas pouco conhecidas dentro do associativismo, mas que de modo algum pode ser deixada de lado, sob pena de se relegar na prática associativa justamente as formas voluntárias, não impostas, não dirigidas, espontâneas e autênticas de relacionamento social (STOPPA, 2007, p.120).

A naturalidade das relações sociais e a estrutura da vida cotidiana dificultam o desenvolvimento das capacidades abstratas do ser humano, e diante disso a vida humana torna-se fragmentada, heterogênea, hierarquizada em termos de valores e critérios sociais. Isso acaba

influenciando a consciência das pessoas e desenvolvendo um sentimento de ineficácia política, individualizando as injustiças sociais e resultando assim, na desmobilização humana.

Daí a importância da experiência coletiva, vista como processo educativo na vida diária. O lazer entendido de forma ampla pode ser um excelente caminho para a vivência desse aprendizado. Não de uma perspectiva funcionalista que ajude as pessoas a conviver com as injustiças da sociedade, mas como uma questão de cidadania, de participação cultural.

É aproveitando o potencial das atividades que utilizamos a educação, o desenvolvimento de valores, condutas e comportamentos. Precisamos criar indivíduos mais fortes e ativos para uma construção social mais justa, que sejam capazes de se expressar e se posicionar assertivamente.

O lazer pode ser um excelente mecanismo de organicidade para a comunidade, como um momento participativo e definidor das ações que envolvem a coletividade. Assim, é entendido como direito de cidadania, podendo ser vivenciado como um instrumento de mudança, gerador de novos valores, como contraponto à problemática das políticas públicas sociais (STOPPA, 2007, p. 124).

Por meio da formação de grupos formais e informais que se ressignifica e incorpora os diferentes espaços do cotidiano. Esta ressignificação se dá a partir de uma lógica diferente da dominação e da exclusão imposta à classe menos favorecida da população. Sendo assim, sempre será visualizada a riqueza do relacionamento gerado pelos grupos sociais e as vivências realizadas pelo lazer.

As necessidades de contato e diálogo se intensificam nos padrões culturais atuais, havendo a demanda crescente por expressão e por respostas (nem sempre condizentes com as expectativas lançadas), com o objetivo de se ser escutado e incrementar as percepções, pois, apesar de tudo, o corpo permanece vulnerável e único. (SCHWARTZ; MOREIRA, 2007, p.165)

Essa possibilidade de ressignificação é fruto da criação coletiva. Nesse sentido pode colaborar para a relativização de processos de compartimentalização da vida social.

É necessário dar espaço para a autodescoberta do indivíduo, e isso será possível com questionamento dos excessos de disciplina e controle. É fundamental que os indivíduos percebam o poder de obter outras formas de prazer, necessários no seu processo de descoberta, não se submetendo com facilidade a qualquer uma sugerida. Cabe tentar despertar e ampliar em cada indivíduo a descoberta subjetiva do prazer como princípio transformador de vida.

A Dança Circular a qual este trabalho se dirige a estudar está entre as diversas artes executadas desde os tempos antigos. A arte cumpre uma função importante quando permite aos indivíduos exercer sua possibilidade de crítica e de escolha. Ela é capaz de ampliar as formas de ver a realidade, traz inquietações e educa direcionando para a necessidade de olhar cuidadosamente, desencadeando vivências prazerosas. Sendo assim, cumprindo esse papel, a “[...] *arte extravasa sua existência para além da manifestação em si*” (MELO, 2007, p.77).

De acordo com Schwartz (2001), torna-se necessário e possível valorizar os elementos do prazer, da afetividade, da emoção, da criatividade, no sentido de estimular a formação de indivíduos construtores ativos de suas culturas, ao invés de meros espectadores passivos.

O lazer refere-se, no sentido amplo, à atuação social na qual as pessoas podem participar do processo de socialização, realizando todo o tipo de trabalhos gratuitos e criativos, mas de valor social, sem esperar prêmio ou reconhecimento, a não ser a satisfação de estar fazendo parte da evolução de uma comunidade (IWANOWICZ, 2001, p. 109).

Sendo assim, constata-se que o lazer tem uma contribuição essencial na funcionalidade não somente física/estrutural do ser humano, mas também orgânica, abrangendo os aspectos mentais no que se refere aos componentes fisiológicos e psíquicos. Neste sentido, está diretamente ligada a saúde mental das pessoas em geral.

Para verificar todos os aspectos que englobam o relacionamento desse tema, busca-se identificar os que são relacionados ao lazer e predominantes nesses estudos, tais como tipos de atividades e

a sensação subjetiva que essas atividades promovem nos indivíduos. São necessários que se considerem os fatores socioculturais que interferem nas associações entre lazer e saúde mental.

O *Leisure Studies* citado por Pondé, refere o lazer como uma série de atividades realizadas fora do domínio do trabalho, considerando também que existem qualidades subjetivas às atividades que as qualificam como sendo lazer.

[...] Para a planificação em saúde mental requer a identificação de fatores de risco e de proteção para que sejam elaboradas e implementadas medidas de prevenção. (...) As medidas preventivas consistem, fundamentalmente, no afastamento dos fatores de risco e no esforço dos fatores de proteção para a saúde mental. (...) Os fatores de proteção é o estudo das redes de apoio social e, mais recentemente, do papel do prazer e das atividades de lazer na promoção do bem estar (PONDÉ, 2003, p. 165).

Neste estudo, a autora citada acima identifica uma associação positiva entre a atividade de lazer e categorias importantes para a saúde mental, como qualidade de vida e satisfação com a vida. Identifica também alguns aspectos negativos no que se refere ao lazer e a prevalência de desordens mentais. Sendo assim, cinco associações entre lazer e saúde mental foram identificadas.

A primeira associação identifica a diminuição das possibilidades de acesso ao lazer devido à presença de transtornos psiquiátricos, sendo muito comum a diminuição nas pessoas com sofrimento psíquico. A segunda fala sobre o uso de atividades do lazer como instrumento de reabilitação para pessoas com desordens mentais. A terceira sugere que pessoas que se aborrecem com suas atividades de lazer estão propensas ao uso de drogas.

A quarta associação centra no benefício do lazer para a promoção do bem estar, satisfação com a vida e uma qualidade de vida superior. E a quinta diz respeito às atividades de lazer como fatores de proteção contra sintomas psicológicos, mais especificamente o papel do lazer no amortecimento do estresse.

Não será adentrado nos aspectos que compõe essas afirmativas e da qual levaram a conclusão dessas associações, no entanto, sabe-se que o sofrimento psíquico afeta a vida das pessoas de forma a prejudicar o contato interpessoal e envolvimento em atividades sociais. Deste modo, o lazer aparece como uma grande dimensão da qualidade de vida.

No entanto, as limitações decorrentes do sofrimento psíquico dos sujeitos são prejudiciais à vida social desses indivíduos, que por sua vez, se refletem na efetiva participação em atividades de lazer. Como reflexo desse ciclo, tem-se o impacto negativo na qualidade das vivências desses sujeitos.

A ausência do lazer é tida como empobrecedora da qualidade de vida, programas de reabilitação tentam recompensar tais desvantagens pela introdução de atividades de lazer na vida dos pacientes psiquiátricos. A participação em atividades de lazer tem sido associada positivamente a uma melhora da adaptação social, com redução da agressividade e do comportamento autodestrutivo em pacientes (PONDÉ, 2003, p. 166).

O lazer como promotor de bem estar e saúde mental está relacionado com o tempo de envolvimento com a atividade pessoal e de lazer, que acaba por resultar numa maior satisfação com a vida. Já a percepção de lazer como desagradável pode ser vista como mais uma dinâmica de uma vida insatisfeita e ou disfuncional.

As mudanças de atitude são espelhos, são pressões internas que o ser humano se impõe quando busca incessantemente sua própria identidade e a identidade com o outro, para ser aceito e valorizado socialmente, procurando maneiras para suprir a necessidade premente de respeitar a sua individualidade, suas preferências e sua expressividade (SCHWARTZ, 2001, p. 91).

Este estudo realizado por Pondé (2003) indica que o envolvimento em atividades lúdicas se associa positivamente com os parâmetros de saúde mental. Se estas atividades forem realizadas com

membros da família e outros grupos sociais, levará também a um estado de humor bom.

O lazer é considerado um dos quatro amortecedores do estresse. Identificam-se os outros três como sendo a sensação de competência, sensação de ter objetivos e exercícios físicos, todos também podendo ser atingidos através da prática do lazer. Segundo este mesmo estudo, o lazer que era caracterizado por ‘percepção de liberdade’ estava associado à redução dos impactos estressores da vida cotidiana. Indica que as relações entre vários eventos de vida estressantes e sintomas de doenças variavam conforme a pessoa estivesse ou não envolvida em um lazer sociabilizante.

Indo além, vale exaltar que algumas características das atividades de lazer são responsáveis pelos seus efeitos positivos, como sendo a sensação de satisfação, autodeterminação e apoio social. O apoio social é apontado como importante fator de proteção contra sintomas psicológicos. O lazer pode permitir o encontro das pessoas levando ao incremento do apoio emocional, cognitivo e instrumental.

O envolvimento intenso, clareza de objetivos e retro-alimentação (*feed back*), elevada concentração, transcendência do *self*, falta de consciência de si, perda da noção de tempo, experiência intrínseca de recompensa e um equilíbrio entre desafio e habilidade são identificados como fatores responsáveis pelo prazer trazido pela atividade (PONDÉ, 2003, p. 168).

Sendo assim, o lazer tem sido identificado como um fator fundamental para o bem-estar. Qualquer atividade relacionada com o prazer pode ter efeitos positivos sobre a saúde mental. Para explanar ainda mais o tema, será exposto no próximo capítulo, várias discussões sobre a saúde mental e seus diversos contextos no decorrer dos tempos. Será explanado o processo de reforma psiquiátrica e de que forma surgem as novas possibilidades de tratamento para as pessoas com sofrimento psíquico.

2.1.2 Saúde Mental: Processo histórico

Historicamente, desde o século XIX, o hospital psiquiátrico veio sendo o único recurso para o tratamento de problemas psíquicos. Eles têm contribuído para excluir os doentes mentais, garantindo à família e a sociedade o alívio dos problemas causados pela doença, acarretando cronicidade e a perda de vínculos familiares e sociais. A consequência da institucionalização da pessoa com sofrimento psíquico, causada pela permanência no hospital psiquiátrico, é hoje alvo de muitos estudos e abordagem acerca do tema.

No período pós-guerra, a necessidade da participação da sociedade durante a reconstrução dos países mobilizou novos recursos, avanços tecnológicos e científicos. Levou às reformas sociais e sanitárias a modificar profundamente a abordagem dos transtornos mentais (CAMPOS; SOARES, 2005).

A Reforma Psiquiátrica constituiu-se num conjunto de aparatos legislativos, jurídicos e administrativos, visando legalizar o processo de desinstitucionalização, que hoje se sabe, vai muito além dos muros institucionais.

A história dos movimentos da Reforma Psiquiátrica começa no mundo ocidental. É na conjunção das demandas dos sistemas de justiça e saúde que ela tem suas bases (OLIVEIRA, 2012). A origem da reforma psiquiátrica se confunde com as iniciativas de internação dos séculos XVI e XVII, onde eram criadas para o estabelecimento de controle moral e sanitário nas cidades europeias.

Na época, a identificação da loucura era tida como possessão demoníaca e acabam por emergir movimentos de rebelião contra as imposições do poder eclesiástico e da inquisição. No século XVIII percebem-se repúdios ao papel da psiquiatria como agente de controle e punição.

Segundo refere Oliveira (2012), Vincenzo Chiaruggi e William Tuke de Florença e Inglaterra, desenvolveram o tratamento moral. Consistia em privilegiar as atitudes e as relações entre pacientes,

profissionais e instituições, contrapondo-se as intervenções químicas, físicas e biológicas típicas da psiquiatria original. Utilizavam como terapias cadeiras rotatórias, afogamento, banhos de jatos gelados e terapias convulsivantes provocadas por cânfora.

No final do século XIX, surge a ação de Philippe Pinel para o campo da psiquiatria. Exercia uma ação na lógica humanitária para o tratamento da doença mental. Sendo assim, o campo da psiquiatria apresenta-se polarizado em duas vertentes paradigmáticas.

Uma das vertentes se caracterizava pelos fenômenos psíquicos e as doenças mentais se fundiam numa ciência biomédica. A outra tem como marco fundamental, os trabalhos de Freud, que desenvolveram a psicanálise e a psicologia psicodinâmica. Esta vertente explica a estrutura da psique e o desencadeamento dos transtornos psíquicos pela influência dos fatores constitutivos e sociais, a partir do contexto das relações familiares e particularmente ligadas à sexualidade.

Emil Kraepelin, neste mesmo período, descreveu minuciosamente os comportamentos, linguagem, gestos e hábitos dos pacientes internados nas enfermarias manicomiais, traçando assim dossiês completos sobre suas reações no contexto asilar. Todo este estudo resultou na classificação detalhada dos transtornos, dando nomes diferentes aos conjuntos de sinais e sintomas (caracterizando-as como síndromes). Apontava especificidades de respostas a estímulos de acordo com a categoria diagnóstica, ou seja, criou uma psicopatologia descritiva.

Constituiu-se dessa forma, a base semiótica da psiquiatria moderna. Mania, depressão, esquizofrenia, paranoia, catatonia, delírio, alucinações, agitação psicomotora, ou seja, cada forma de existir, cada maneira de responder, cada jeito de se comportar inscreve-se em um dossiê com uma descrição detalhada, que reafirma o diagnóstico, o prognóstico, a evolução clínica, a escolha terapêutica (OLIVEIRA, 2012, p. 162).

As duas vertentes se polarizavam cada vez mais e a psiquiatria organicista controlou a organização do campo com base nas tradições da clínica médica. De acordo com o autor citado acima, a crença

organizacionista se incorporou na cultura psiquiátrica e potencializou a impugnação dos direitos dos pacientes pela sua eterna condição.

Diante de vários movimentos que ocorreram para a saúde mental no século XX, um deles se tornou muito proeminente e impacta diretamente o cuidado das pessoas com sofrimento psíquico, chamado de Higienismo.

O movimento do higienismo surgiu no século XIX tendo como ideia central a eugenia. O objetivo principal desse movimento no Brasil surgiu com o psiquiatra Gustavo Riedel, em 1923, idealizando melhorar a assistência aos doentes mentais, renovar os quadros profissionais e os estabelecimentos psiquiátricos. O higienismo propõe-se a ajustar a abordagem social à orientação organicista propondo explicar, tratar e medicalizar a vida social.

O saber hegemônico, biomédico-organicista, transportou-se direta ou indiretamente para maior parte dos textos que alicerçaram a formação dos profissionais de saúde mental do século-XX – médicos, enfermeiros, psicólogos, assistentes sociais e terapeutas ocupacionais. Esse saber sistematizou e consolidou a nosologia kraepeliana, e legou à loucura um lugar social discriminado e um olhar intervencionista calcado na exclusão, no asilamento em manicômios, no controle de sintomas e na punição (OLIVEIRA, 2012, p. 165).

O movimento da Reforma Psiquiátrica brasileira vem estruturando propostas de inovam o modo de cuidado das pessoas com transtornos mentais, reforçadas pela Luta Antimanicomial. Este processo é o resultado de uma das caminhadas mais importantes de mudança cultural para a sociedade brasileira nesses tempos (MEDEIROS; GUIMARÃES, 2002). Diz respeito a uma revisão de aparatos científicos, administrativos jurídicos e éticos, relacionados com a doença mental.

Segundo Medeiros e Guimarães (2002), as propostas da Reforma Psiquiátrica para essas mudanças refletem sobre três aspectos da vida social, são elas: a organização social e suas práticas excludentes; a estrutura corporativista da medicina mental e os interesses de mercado.

No primeiro aspecto, discute-se o risco da desinstitucionalização, sob um olhar muito específico, o da alienação.

Com a institucionalização, as atitudes estão ancoradas nas práticas excludentes e tutelares em relação às pessoas com transtornos mentais no paradigma da razão, do trabalho, da eficiência e da lei. Sendo assim, essa proposta abre precedentes para a possibilidade de construção/resgate da cidadania desta população, que esteve por muito tempo, excluídas de seus direitos ou manipuladas por políticas e personagens sociais que agem destoando dos discursos preconizados pela Reforma Psiquiátrica.

O segundo aspecto refere-se à prática dos profissionais e trabalhadores que lidam com saúde mental. Essa mudança de paradigmas gera outra crise, da estrutura corporativista. A burocratização das práticas profissionais em saúde mental acaba gerando não só a cronificação dos doentes mentais, mas também a dos profissionais de saúde mental, refletindo nos comportamentos e sentimentos de submissão, indiferença, ausência dos projetos e fragilização dos vínculos.

Seria necessária uma mudança pautada na organização do trabalho não só focando nas competências de especialistas e técnicos, mas no conceito de equipe e de profissionalidade, fundamentado assim, na transdisciplinaridade do conhecimento.

Ainda nesse segundo aspecto, percebem-se algumas mudanças de qualidade na possibilidade de garantia da cidadania do doente mental, já que a desburocratização pode evitar a verticalização e as normatizações muitas vezes autoritárias dentro das instâncias de tratamento de saúde mental. É possível ampliar a possibilidade de uma prática criativa dentro das equipes profissionais de saúde mental mudando as relações de poder que englobam os profissionais de saúde, doentes mentais e sociedade em geral.

O terceiro aspecto se relaciona com a repercussão na base econômica do setor da saúde. Esta se encontra diretamente ligada à quebra de paradigma institucional/manicomial e a criação de uma nova indústria da loucura particular, pautada no crescimento do número de internações psiquiátricas fora no setor público.

Diante de todos os aspectos estudados neste capítulo, levanta-se uma questão importante que deveria ser a base de todo o trabalho dos programas e das equipes de saúde mental: a desinstitucionalização. E para essa questão se efetivar de fato, não deve se resumir a desospitalização da pessoa com sofrimento psíquico.

A verdadeira desinstitucionalização em psiquiatria, tornou-se na Itália um processo social complexo que tende a mobilizar como atores os sujeitos sociais envolvidos, que tende a transformar as relações de poder entre os pacientes e as instituições, que tende a produzir estruturas de Saúde Mental que substituam inteiramente a internação no Hospital Psiquiátrico e que nascem da desmontagem e reconversão dos recursos materiais e humanos que estavam ali depositados (ROTELLI; LEONARDIS; MAURI, 1990, p. 18).

Para que tal processo se instale de fato, convém recrutar os principais atores capazes de movimentar essa causa, que são os profissionais de saúde mental. Os técnicos que trabalham no interior das instituições que são capazes de transformar essa organização atual, as relações e suas regras, exercitando ativamente o papel terapêutico dos profissionais que se propuseram a ser.

Somos nós, profissionais da rede de saúde que ativam todas as relações que estruturam o sistema de ação institucional e dinamizam as competências, os poderes, os interesses e as demandas sociais.

A desinstitucionalização é sobretudo um trabalho terapêutico, voltado para a reconstituição das pessoas, enquanto pessoas que sofrem, como sujeitos. Talvez não se “resolva” por hora, não se “cure” agora, mas no entanto seguramente “se cuida”. Depois de ter descartado “a solução-cura” se descobriu que cuidar significa ocupar-se, aqui e agora, de fazer com que se transformem ao mesmo tempo, se transforme sua vida concreta e cotidiana, que alimenta esse sofrimento (ROTELLI; LEONARDIS; MAURI, 1990, p. 33, grifos dos autores).

Em síntese, o processo de desinstitucionalização é caracterizado por três aspectos que aos poucos, vão se consolidando e tomando corpo, à medida que os hospitais psiquiátricos vão se desmontando, são eles: a construção de uma nova política de saúde mental; a centralização do trabalho terapêutico no objetivo de enriquecer a existência global,

complexa e concreta dos pacientes e por último, a construção de estruturas externas que são totalmente substitutivas da internação no manicômio, exatamente porque nascem do interior de sua decomposição e do uso e transformação dos recursos materiais e humanos que estavam ali depositados.

No Brasil, este processo iniciou-se na década de 70, onde várias denúncias foram registradas quanto às políticas brasileira de saúde mental em relação à política de privatização da assistência psiquiátrica da previdência social. As denúncias dizem respeito às condições (públicas e privadas) de atendimento psiquiátrico à população (MESQUITA; NOVELLINO; CAVALCANTI, 2010).

Após o movimento dos trabalhadores da Divisão Nacional de Saúde Mental (DINSAM) levantar a discussão em 1978, colocou-se em xeque a política psiquiátrica exercida no país.

Na década de 80, após alguns encontros para a I Conferência Nacional de Saúde Mental (CNSM), recomendaram a priorização de investimentos nos serviços extra-hospitalares e multiprofissionais como oposição à visão hospitalocêntrica. Foi quando em 1987, realizou-se o II Congresso Nacional do MTSM em Bauru, SP, onde se concretizou o Movimento da Luta Antimanicomial, constituído pelo lema: *Por uma sociedade sem manicômios*.

Enfim, a nova etapa (...) consolidada no Congresso de Bauru, repercutiu em muitos âmbitos: no modelo assistencial, na ação cultural e na ação jurídico-política. No âmbito do modelo assistencial, esta trajetória é marcada pelo surgimento de novas modalidades de atenção, que passaram a representar uma alternativa real ao modelo psiquiátrico tradicional (AMARANTE, 1995, p. 82).

Em 1989, entra no Congresso Nacional, o Projeto de Lei do deputado Paulo Delgado, que propõe a regulamentação dos direitos da pessoa com transtornos mentais e a extinção progressiva dos hospitais

psiquiátricos no país. Mas somente em 2001 que esta lei foi aprovada, sendo conhecida então como a Lei Federal 10.216/2001.

Esta Lei redireciona o amparo em saúde mental oferecendo e priorizando os serviços de base comunitária. Dispõe também sobre a proteção e os direitos das pessoas com transtornos mentais.

No entanto, mesmo com o aparato construído durante anos, a atenção psicossocial se pauta em dimensões existentes no processo social complexo, que são elas: dimensão teórico-conceitual, teórico-assistencial, jurídico-política e sociocultural.

Vale explanar brevemente cada uma das dimensões para que se possa visualizar a amplitude e complexidade dessa clínica almejada. Segundo Amarante (2007), ao discutir sobre a dimensão teórico-conceitual (epistêmica) faz necessário o entendimento de que as ciências naturais que fundamentaram a constituição de um saber psiquiátrico sobre a loucura estão em fase de transição importante.

Refere que o pressuposto da ciência ser um saber neutro, insuspeito e que produzia somente a verdade, já não é mais aceito universalmente. A própria psiquiatria é um exemplo desse aspecto a ser considerado.

Franco Basaglia considerava que a psiquiatria tinha um “mal obscuro” por haver separado um objeto fictício, ‘a doença’, da existência global e complexa dos sujeitos e do corpo social. Ao considerar a doença um objeto natural, externo ao homem, a psiquiatria passou a se ocupar dela e não do sujeito que a vivencia (AMARANTE, 2007, p. 66, grifo do autor).

A psiquiatria por longo tempo ocupou-se da doença e esqueceram os sujeitos que se tornaram secundários. A proposta da Reforma Psiquiátrica é justamente colocar a doença entre parênteses e essa estratégia rompe com um modelo teórico-conceitual da psiquiatria que adotou o modelo das ciências naturais para conhecer a subjetividade, acarretando na objetivação e coisificação da existência humana.

Ao se colocar a doença entre parênteses, começou a emergir a subjetividade dos sujeitos que antes não eram considerados, iniciou-se então, uma reflexão sobre os modelos, termos, condutas e práticas antes replicadas no cuidado da saúde mental.

Neste sentido, os serviços de saúde mental devem ser considerados, sobretudo, locais de acolhimento. Devem ser entendidos como dispositivos estratégicos de cuidado e de trocas sociais, possibilitando lidar com as pessoas e não com as doenças, como fundamenta a dimensão teórico-assistencial. Esse local deve produzir sociabilidade, bem como subjetividade.

Na dimensão jurídico-política, Amarante ressalta um conjunto de desafios e estratégias. Salienta:

A revisão de toda legislação é o primeiro aspecto, pois tanto o código penal quanto o civil ou ainda outras leis e normas sociais estão repletos de referências nocivas aos sujeitos em sofrimento psíquico e representam obstáculos significativos ao exercício da cidadania (2007, p. 69).

Esta discussão trata-se da luta pela inclusão de novos direitos para os sujeitos com sofrimento psíquico. Um passo decisivo foi a promulgação da Lei nº 10.216, como já referido na presente pesquisa. Esta lei significou um avanço considerável no modelo assistencial e ficou conhecida como a lei da Reforma Psiquiátrica Brasileira.

Amarante continua afirmando que se nos dirigirmos às pessoas e não às suas doenças, podemos construir espaços terapêuticos sendo possível escutar e acolher suas angústias e experiências de vida.

Todo o conjunto de transformações e inovações anteriores contribuem para a construção de um novo imaginário social em relação à loucura e aos sujeitos em sofrimento, que não seja de rejeição ou tolerância, mas de reciprocidade e solidariedade (AMARANTE, 2007, p. 73)

Já a dimensão sociocultural caracteriza-se como a mais criativa e reconhecida. Um dos seus princípios fundamentais é o envolvimento da sociedade na discussão da Reforma Psiquiátrica. Busca-se provocar a reflexão sobre a loucura, o imaginário social da doença mental, dos hospitais psiquiátricos, incentivando as produções culturais e artísticas dos atores envolvidos no processo. Tais dimensões estão sendo discutidas e aprimoradas nos espaços de trocas, estimulando a produção de conhecimentos para área da saúde mental.

A Luta Antimanicomial possibilitou o desenvolvimento de pontos extremamente importantes para a desinstitucionalização da loucura. Destaca-se o surgimento de serviços substitutivos como base de atendimentos extra-hospitalares oriundos da Reforma Psiquiátrica. Deu-se então, o surgimento dos Núcleos de Atenção Psicossocial (NAPS), Centros de Atenção Psicossocial (CAPS I, II, III, i, ad, III e ad III) e Centro de Atenção Diária (CAD).

Com alguns avanços no modelo de Atenção Psicossocial, conta-se hoje com a RAPS (Rede de Atenção Psicossocial). Instituída através da Portaria nº 3088 de 23/12/2001, a RAPS prevê o atendimento no âmbito do Sistema Único de Saúde para pessoas com sofrimento ou transtorno mental e com necessidades decorrentes do uso de crack, álcool e outras drogas.

Busca ampliar e promover o acesso da população, garantindo a articulação e integração dos pontos de atenção das redes de saúde no território, qualificando o cuidado por meio do acolhimento, do acompanhamento contínuo e da atenção às urgências.

O Centro de Atenção Psicossocial é um dos dispositivos de saúde que compõe a RAPS e se tornou o componente central para concretizar essa nova política de saúde mental. É designado como um serviço de atendimento de pacientes com transtornos mentais severos e persistentes em sua área territorial. (BRASIL, 2004. p. 31).

Sendo assim, o CAPS é um dispositivo pensado para lidar com a loucura sob um novo prisma. Tem o intuito de territorializar o cuidado, com o olhar de que o usuário desse sistema não se coloca no lugar de tutelado, de alguém sem voz e sem vez.

O objetivo dos CAPS é oferecer atendimento à população de sua área de abrangência, realizando o acompanhamento clínico e a reinserção social dos usuários pelo acesso ao trabalho, lazer, exercício dos direitos civis e fortalecimento dos laços familiares e comunitários. É um serviço de saúde mental criado para ser substitutivo às internações em hospitais psiquiátricos (BRASIL, 2004, p. 13).

Apesar de tantas normas que regem o atendimento dos CAPS, verifica-se que ainda existem muitos serviços substitutivos que estão procurando uma forma sadia de lidar com a loucura. Existe nos serviços

a dificuldade de manter o trabalho de desinstitucionalização real, que não seja apenas pautado na desospitalização. Mesmo diante de tantas dificuldades, muitos serviços estão em busca de novas formas terapêuticas de tratar o sofrimento psíquico, entendendo que tudo que acontece num CAPS pode e deve ser voltado para o cuidado, como refere Ribeiro.

Tudo que acontece num CAPS pode ser entendido como terapêutico, quer sejam atividades específicas ou o simples estar lá, inserido num meio acolhedor, em um ambiente terapêutico. Ou seja, essa instituição deve ser uma casa, uma morada, um lugar a ser habitado, ocupado, marcado por todos aqueles que ali vivem – funcionários e usuários – plenos de histórias, de memórias e de intensidades. Deve ser um lugar, jamais um local de passagem, asséptico, impessoal, desfigurado (RIBEIRO, 2005, p. 05).

Para que haja um CAPS efetivo, é necessário uma disponibilidade do outro, uma condição permanente de escuta e questionamento acerca de como esse sujeito se torna ator principal na construção de seu projeto de tratamento. Deve haver a disponibilidade de escuta, reflexão, crítica e criação.

Trata-se de uma clínica altamente complexa que exige daqueles que nela se engajam uma disposição ética em relação a tanta complexidade. “A possibilidade de sustentar a constituição do espaço de tratamento como um lugar, no qual um sujeito pode vir a existir” (RIBEIRO, 2005, p. 05, grifo do autor).

Diante das novas formas de tratamento que surgiram nos serviços substitutivos, e levando em consideração os vários recursos utilizados para lidar e tratar a loucura, será explanado no próximo capítulo a Dança Circular enquanto recurso terapêutico. Serão expostas as peculiaridades da dança circular, possibilitando o entendimento de como ela interfere no relacionamento das pessoas que dela fazem parte.

2.2 DANÇAS CIRCULARES COMO RECURSO TERAPÊUTICO

Neste capítulo será explanado sobre a dança como recurso terapêutico, mais especificamente a dança circular e suas características natas. Serão expostos quais os elementos que fazem parte dessa modalidade e como se relacionam ao processo terapêutico específico. Serão explanadas as formas de atuação da Dança Circular, bem como seus efeitos e reflexos no tratamento das pessoas que procuram tratamento de saúde mental.

2.2.1 A dança como expressão: uma breve introdução

Dançar é uma forma de integrar o corpo, movimento, expressão, pensamentos e sentimentos. Segundo Costa (1998, p.21), é um instrumento facilitador do potencial criativo, de autopercepção, da comunicação, das transformações do indivíduo e de suas relações com tudo o que envolve.

A dança sempre foi uma atividade comunitária, na qual se unem o som, o ritmo e o movimento. Expressar-se no afã por descarregar as tensões psicológicas, no jogo dos membros do corpo que desemboca em movimentos ritmicamente regulados, no bater de palmas, em golpes sobre os músculos e no chão, ou com os pés; nas etapas primitivas da dança, o corpo humano era o instrumento produtor de sons (WOSIEN, 1997, p. 17).

Como fonte de conhecimento, a dança nos coloca em contato com uma linguagem completa e complexa, onde o homem manifesta sua essência, sua cultura e sua história através do corpo. *“A Dança é a única arte que não depende de um elemento intermediário para concretizar-se: o ser humano dançante é ao mesmo tempo criador e criação”* (COSTA, 1998, p.21).

Há tempos se constata que a dança é fruto da necessidade do homem. O homem primitivo dançava em todas as ocasiões: nos momentos de alegria, sofrimento, amor, medo; dançava ao amanhecer, na morte e no nascimento. Sinônimo de vida em seus aspectos

essenciais, a dança era uma ação espontânea, parte integrante do seu dia a dia.

Sendo assim, por intermédio do corpo em movimento, esta atividade inspira e motiva o homem a expressar seus sentimentos mais nobres e mais profundos. Os faz organizarem-se como membros de uma sociedade e a compreenderem as transformações do mundo, da realidade e de seu próprio ser.

O corpo além de afetar é afetado por outro corpo na dança. Esse processo cria transformações em cada sujeito que a pratica, tendo assim sua condição modificada. Todos os aspectos envolvidos no processo, tanto a arte como o corpo são moldados de forma terapêutica possibilitando a captação de informações, comunicação e expressão, mesmo que de forma subjetiva, já que a demonstração dessa expressão se dá pela possibilidade e necessidade de tal sujeito em conectar-se com esses aspectos.

Como descrito acima, a dança por si apresenta aspectos positivos a quem já a utiliza não só como recurso terapêutico, mas como recurso de lazer. A dança nos possibilita fazer uso de diversas técnicas e sua variabilidade possibilita adequá-la ao tipo de pessoa, personalidade, objetivos e aplicabilidade.

Seguindo o exposto, estudaremos no próximo capítulo os aspectos que permeiam a Dança Circular, sua história, suas características, sua aplicabilidade, de forma a entender como se dá o processo dessa dança milenar no contexto terapêutico da instituição que a utiliza.

2.2.2 Danças Circulares

As Danças Circulares (D.C.) representam uma retomada de antigas formas de expressão de diferentes povos e culturas, acrescidas de novas criações, coreografias, ritmos e significações próprias do homem inserido na realidade atual.

São práticas diferenciadas de danças étnicas tradicionais ou contemporâneas, envolvendo simbologias, tradições e culturas de povos diferentes. O nome Danças Circulares, segundo Aragão (2012) surgiu recentemente e relaciona-se ao movimento circular que realizam.

Essas danças também envolvem o contexto ritualístico de conexão com o divino e a integração humana. No entanto a Dança

Circular não utiliza de religiões em suas práticas, principalmente quando este recurso é voltado à clínica, o respeito pelo estado laico é necessário e o conceito de divino e sagrado utilizado antigamente pela Dança Circular é de acordo com a vivência e percepção de cada sujeito que a exerce.

Ainda segundo o autor, a partir do interesse de Bernhard Wosien e sua busca por uma prática corporal mais orgânica para expressão dos sentimentos, nasceu esta denominação em meados da década de 1970, sendo este considerado o sistematizador da Dança Circular.

Elas chegaram ao Brasil e foram acolhidas com o objetivo de unir as pessoas na alegria, na paz e na conscientização do trabalho interior e com os outros integrantes da dança. Desde a origem das Danças Circulares, elas tiveram o intuito de expressar sentimentos, sejam positivos ou negativos, desde que consideradas sinônimo de vida (FLEURY; GONTIJO, 2006).

As Danças Circulares exploram os sentimentos de unicidade, auxílio mútuo e igualdade. Reforçam e constituem um auxílio real, sendo capaz de abolir temores, receios e angústias, deixando o sujeito com a sensação de tranquilidade e destemendo o fracasso.

Na dança a comunidade se reunia e marcava seu pertencimento, vivendo e partilhando valores e crenças. Dançar era celebração, participação, encontro e reafirmação dos ciclos da vida, na tensão entre os mistérios humano e divino. Nesse sentido a dança concedia uma resposta um tanto à chamada da vida, como à da morte, afirmando o misterioso como uma das dimensões da existência. (OSTETTO, 2010, p.46).

Com as Danças Circulares, é possível retornar e reviver as maneiras que os antigos povos e as diversas culturas mundiais tinham de se expressarem. Permite-se ao longo do tempo, construir novas criações adquiridas na sociedade, de acordo com Fleury e Gontijo (2006). Ao fazer isto, inovam-se as coreografias, ritmos e os significados empregados na Dança Circular de acordo com cada sujeito que a experimenta.

Jones (1998, p.6) refere que através dela fundimos os estímulos externos com os nossos e assim deixamos expressar a real linguagem do

corpo. Conseguimos nos aproximar de povos distantes do tempo e conhecer o significado de seus rituais e celebrações.

O autor também ensina que as Danças Circulares de natureza alegre e vibrante são denominadas “solares” e as danças introspectivas são chamadas danças “lunares”.

As tradições das danças sagradas do mundo mostram uma extraordinária abundância de formas imaginativas, através das quais os homens tentaram relacionar-se com o prodígio da existência. Sua herança reflete o interminável drama da vida com suas próprias formas criadas. Ao expressar suas experiências internas, o homem compreende melhor o caráter das imagens que se geram em sua psique, graças às quais pode-se relacionar com a criação exterior. Assim, não se podem separar as ações externas das experiências internas, porque ambas é a integração e a integralidade. (WOSIEN, 1997, p.12).

Com a tradição das Danças Circulares que se dá a participação e os encontros, a reafirmação de círculos, onde se celebrava todos os momentos importantes da vida, desde o plantio até à colheita, dos nascimentos até os funerais (OSTETTO, 2010). Ou seja, como refere Wosien (1997), é nela que o homem volta a se sentir uno consigo mesmo e com o mundo que o rodeia, sentindo então a totalidade da vida.

2.2.2.1 Elementos da Dança Circular

A Dança Circular é formada de vários elementos que a caracterizam e estruturam este recurso como uma dança genuína. Cada elemento que a compõe é dotado de significados e vem sobrevivendo ao tempo e as diversas formas de existir da dança.

Começaremos explorando a composição musical que é base nas Danças Circulares. Segundo Wosien (2000) é composta de compasso, ritmo e melodia. Esses elementos se contrapõem em interação e tensão vivas e permanentes.

O compasso representa a visão espiritual do todo, a clareza e a ordem. O ritmo responde pela vitalidade, pela tensão, pelo pulsar do

fluxo sanguíneo. A melodia representa o lado verdadeiramente humano, seu querer da alma e seus sentimentos, em todas as suas nuances.

A Dança Circular oportuniza ao ser humano exprimir todos os altos e baixos de suas sensações. Como uma oração o ser humano se recolhe diante de suas experiências dançantes. Wosien esclarece:

A dança se comunica do ponto onde a respiração, a representação, a imagem e a vivência onírica afloram e se tornam criativas, desprendidas do plano da realidade prosaica e dos grilhões terrestres (2000, p.26).

Ainda sobre o manifesto da Dança Circular, afirma-se que mal se começa a dança e já conseguimos nos comunicar sobre ela sem palavras, e que certamente de forma mais antiga e mais sensível do que aquela que se usa a língua de fato. A linguagem de movimento do corpo, assim como a arte, surge do silêncio.

Bernhard Wosien (2000), criador do termo Dança Circular, a refere como primeiro testemunho de comunicação criativa e a tem como um pedido de oração. Acredita que com ela o homem consiga exteriorizar todos os atos primitivos da alma, desde o medo até a entrega libertadora.

Seus estudos salientam que a Dança Circular surgiu da meditação, porém, só consegue-se chegar a este ápice, quando o indivíduo que participa realmente se entrega a ela essencialmente.

O caminho para esta meditação é através do movimento da alma que se dará por exercícios contínuos, e tem como objeto o próprio corpo. Este é para ele ao mesmo tempo, tempo, moradia e instrumento. Compara este processo a um trabalho de lapidação, que permite ao diamante bruto tornar-se uma pedra preciosa lapidada, brilhante e reluzente. Wosien cita:

(...) Calor, circulação e suor produzem um despertar interior, flexibilidade e solução. A inspiração e a expiração são mais profundas, a tensão e o relaxamento são mais intensos, a correlação do equilíbrio interno e externo é repetidamente treinada. O aumento de suor leva a uma eliminação de resíduos. No todo, este processo é, a cada vez, um passo para autodescoberta (WOSIEN, 2000, p. 29).

A formação circular presente nessas danças representa a totalidade completa, quer no tempo, quer no espaço. Para Campbell (1990, p. 235), o aspecto espacial é definido na medida em que “tudo dentro do círculo é uma coisa só, circundada e limitada” enquanto o aspecto temporal diz respeito ao fato de que “você parte, vai algum lugar e retorna”.

As Danças Circulares são praticadas no grupo e em círculo, no qual os sujeitos seguem uma coreografia e conectados entre si reúnem energias em busca da consciência de um todo. Neste círculo não existe hierarquia, e as atitudes cooperativas tomam o lugar das atitudes de competição.

Jung (1986) refere-se às mandalas (palavras sântricas que significa círculo), como um símbolo de “si mesmo”, a totalidade da personalidade. Para ele, a meta do desenvolvimento psíquico é o “si mesmo”, e a aproximação em direção a ela não é linear, mas circular. Apresentada esta forma, a mandala simboliza também a individuação, pois se torna expressão do caminho que conduz ao centro.

A experiência simbólica da roda representa relações humanas fundamentais. Nela todos podem ver, serem vistos e reconhecidos pelo grupo, porque não há hierarquia entre as pessoas. Cada um ocupa um lugar que com o girar da roda, passa a ser do outro e este, ao ocupá-lo, o reconstrói. Além disso, o movimento da roda gira sempre na mesma direção, mas na aparente repetição, as interações nunca acontecem do mesmo modo. O lúdico estimula o desejo de sua continuação.

É neste círculo que se trabalha a ideia de conexão, unidade, igualdade, retorno, equilíbrio, comunhão, entre outros, trata-se de um processo de transformação que representa o princípio da mudança. O ato da dança tem centro e limite, visto que a distância de cada ponto do círculo para o centro é igual, podendo ser circulado e visualizado comumente entre os participantes.

A contínua confrontação com o centro divino se celebra mediante o circundar ritual dos lugares sagrados, objetos ou pessoas, assim como nas danças circulares em torno a um centro sagrado. Circunscrever o centro implicava manter uma relação constante com a fonte do ser (WOSIEN, 1997, p. 22).

O centro do círculo representa o sol, representa a individualidade do sujeito, a potência como ser único e indivisível. É a origem de todas as coisas, de todas as possíveis manifestações nele contidas.

A direção da dança flui no sentido anti-horário, representando a trajetória do sol desde a manhã até a noite. Portanto, a dança se dirige a seu oposto, referenciando sempre a ida de encontro à luz. Segundo Wosien (2000) no sentido horário estaria o fluxo das lembranças e no contrário, o fluxo do conhecimento e da iluminação.

As mãos representam a união do céu com a terra. A mão direita é a que recebe energia com a palma da mão virada para cima e a esquerda, a mão doadora, virada para baixo. Ela dá a luz adiante, garantindo ao mesmo tempo a retro-ligação.

Os movimentos de braços e mãos podem acontecer em três dimensões: para o alto, referenciando a conexão das forças superiores; na altura dos ombros, lembrando a nossa dimensão humana, o local de troca entre o céu e a terra; e para baixo, trazendo a conexão da matéria para a realização humana concreta. O movimento aonde os braços aparecem em forma de cesto, fortemente entrelaçados podem significar o aprofundamento das relações entre os homens.

Já os passos podem ser simples ou elaborados, porém o mais importante não é execução perfeita da dança, a técnica, mas sim o sentimento de união de grupo. O verdadeiro sentido da dança se explica quando não precisamos mais pensar nos passos, simplesmente se dança, e aí que significa a essência da Dança Circular.

[...] Quando surgimos no espaço e neles nos movimentamos, temos que dar passos. A escola de dança é a escola do caminhar. O fluxo contínuo da corrente do tempo recebe através do contato do pé um compasso. Através dos passos determinamos uma medida de tempo e ao mesmo tempo uma medida no espaço. O passo torna mensurável, de acordo com a música, o ato da dança no espaço e no tempo, vivenciável e possível de ser repetido. O nosso pensamento aprende com o peã acertar o passo, e assim construímos uma coluna entre o céu e a terra. (WOSIEN, 2000, p.40)

No capítulo seguinte, será explorado o processo terapêutico envolvido da Dança Circular. Será demonstrado como suas características interferem e reagem no tratamento das pessoas que utilizam desse recurso e quais as contribuições dela para a saúde mental existente.

2.2.2.2 Processo Terapêutico e a Dança Circular

Para iniciar a análise da Dança Circular enquanto recurso terapêutico, partimos do entendimento do conceito de terapêutico, utilizado no âmbito do cuidado em saúde.

Segundo Rezende (2010), terapia provém do grego *therapeia*, que significa prestar cuidados médicos, tratar. Do grego, a palavra passou para o latim e, deste, para as línguas modernas com o sentido abrangente de qualquer meio ou procedimento usado no tratamento dos enfermos, dando origem a compostos como farmacoterapia, fisioterapia, hidroterapia, radioterapia, psicoterapia, terapia ocupacional, entre outros.

Terapêutica é uma tradução do grego *therapeutiké*, que não é o mesmo que *therapeía* e, sim, a arte, a ciência de escolher as terapias adequadas às diversas doenças. Tendo tal conceito em mente, vale explicar brevemente a Dança Circular sob o olhar da terapia ocupacional, área de atuação e formação da pesquisadora desse estudo.

A Terapia Ocupacional é uma profissão da área da saúde e tem sua atuação profissional pautada na atividade realizada. Diversas são as possibilidades, um recurso bem analisado torna-se uma potente intervenção terapêutica para o público que se destina. Sendo assim, a Dança Circular aplicada para os usuários de saúde mental pode trazer diversos benefícios como já explanado nesta pesquisa.

A Terapia Ocupacional utiliza a análise de atividade como técnica para verificar as condições proporcionadas pela atividade no que se refere aos diferentes aspectos a serem estimulados. A reflexão é a partir do instrumento de sua ação, na medida em que a prática com que lidamos provoca tanto nos pacientes quanto em nós mesmos diferentes respostas, o que torna a sua utilização complexa e delicada.

O processo terapêutico e de comunicação é operado pela tríade terapeuta- paciente- atividade compreendida psicodinamicamente. Neste sentido, a atividade expressiva e artística, no caso da Dança Circular, se

amplia em outras direções e são utilizadas cada vez mais em terapia ocupacional, incorporando na sua fundamentação estudos das áreas das artes, saúde, ciências sociais, filosofia, educação, entre outros.

De acordo com Liberman (1998), uma atividade bem aplicada é capaz de criar e recriar a identidade do indivíduo. É uma forma de conhecimento e expressão facilitando a relação entre o pensamento e a ação.

O tratamento da terapia ocupacional proporciona a possibilidade de utilizar vias alternativas de comunicação, liberando através do recurso, a trajetória entre o inconsciente e o consciente para beneficiar os usuários em sua expressão, até então travadas por vias formais de comunicação.

A análise da aplicabilidade da dança deve ser realizada dinamicamente a partir da conscientização permanente, levando em consideração a história do sujeito, seu saber e suas possibilidades de refletir sobre sua vida.

É imprescindível que o terapeuta ocupacional em sua prática social seja ocupado em observar e intervir na qualidade de vida do sujeito, focando o olhar para seu cotidiano, suas possibilidades de encontro pessoais e sociais, bem como com as atividades que praticam, criando e recriando-as num processo psicodinâmico.

Sendo assim, explicando a dança como potente recurso utilizado pela terapia ocupacional, verifica-se a possibilidade de produção da subjetividade quando se referencia no corpo e no trabalho das linguagens desse corpo, como via de expressão e viabilidade de processos de criação, expressão e consciência do sujeito que a pratica.

É importante levar em consideração outras dimensões, segundo Liberman (1998), que não são materiais, mas se mostram necessárias à qualidade de vida, e que exige do sujeito essa busca permanente de si mesmo e o polimento de sua singularidade, criando-a e recriando-a.

Considerando a dança um importante instrumento de construção da subjetividade, deve ser pensada sob a ótica da existência, estando ligada ao permanente processo de ser e vir-a-ser no mundo, nos embates que esse sujeito trava no seu cotidiano, da forma com que ele vai se constituindo a partir desses encontros.

Tal subjetividade é entendida de forma dinâmica, processual, resultando do encontro dos corpos e suas buscas de sentido, cada corpo afeta e é afetado pelo outro e é isso que produz as turbulências e transformações irreversíveis em cada um deles.

É nessa constante condição de afetar e ser afetado que a subjetividade se faz e refaz permanentemente, se construindo nesse processo. De acordo com o exposto, a importante escolha da atividade, como a Dança Circular nesse estudo, pode ativar o encontro com o outro, podendo possibilitar um sentido de busca de conexões efetuatoras de vida.

Continuando com a análise da Dança Circular, a vida é movimento e sempre que suas funções estiverem perturbadas, evidenciam-se consequências nos comportamentos de vida e vice-versa. Wosien refere que:

É um fato: em quase todos os quadros clínicos-psiquiátricos, quer se trate de perturbações de comportamento psicógenas ou condicionadas pelo meio, ou sejam prejuízos somaticamente condicionados, pode-se comprovar perturbações mais ou menos fortes das funções do movimento e do transcurso do movimento. Em longos anos de trabalho [...] adquiri a experiência de que a dança tem, alto grau, um significado terapêutico e de pedagogia de cura (WOSIEN, 2000 p. 64).

As Danças Circulares são desenvolvidas para ampliar o conhecimento em direção ao bem-estar físico, mental, emocional e social, se fazendo possível através de ritmos, cantos e danças, de povos e culturas do mundo aos quais são vivenciados. Em meios a momentos de muita descontração e introspecção, a pessoa se percebe como ser humano íntegro e fazendo parte de algo mais amplo, forte e harmonioso, proporcionado pela unicidade do grupo.

Wosien ao significar a Dança Circular, salienta que ela oferece um campo pedagógico altamente funcional. Ela educa o homem como um todo, é hoje uma teoria amplamente reconhecida e já aplicada em muitos lugares como um meio funcional. Ela exige adaptação e integração, cria equilíbrio e libertação, dá asas à fantasia, relaxa e solta, e oferece um plano a partir do qual se pode acessar a multiplicidade da educação (2000).

O autor acredita que cada um tem sua própria problemática, se sente inadaptado em uma sociedade obstinada e mesmo assim aspira por um encontro verdadeiro com os homens. A Dança Circular então oferece o desenvolvimento do movimento, do espaço de execução dele,

do ritmo, da ordem, da expressão da música e do movimento, da referência espacial, da referência do eu e do parceiro, da referência da comunidade, num plano mais elevado do ser.

É um fazer mais pleno de sentido e destacado do cotidiano, no sentido do festivo e com isso, direcionado para o próprio ser. A dança nada mais é, do que a formação humana. É dançando que o indivíduo procura exteriorizar, exprimir e eliminar. Com isso ele tenta relaxar e se organizar, elas se educam e formam a si mesmas.

A arte da dança (...) baseia-se numa profunda compreensão das funções do corpo humano e suas articulações. Ela também satisfaz a todas as exigências do homem como *homo religiosus*, que anseia por uma unificação com o seu criador: dançando ele caminha para esse objetivo através do sacrifício diário da dedicação, da limpeza de todas as impurezas e pela aceitação da dor nessa eterna caminhada a pé (WOSIEN, 2000, p. 71).

Ao repassar a técnica dessa dança, torna-se um momento significativo e essencial durante a formação e tem que ser atravessada pelas pessoas que participam dela. É fundamental para o esclarecimento dos conceitos e para o processo de conscientização.

Uma vez aplicados à dança, exige que a pessoa cresça para além da técnica afim de que ele e a dança se tornem um e é somente através dessa união que surge a obra de arte. Wosien ressalta que *“toda arte surge a partir do inconsciente e atinge a perfeição a partir de uma ligação com as forças o consciente”* (2000, p.72).

Com o tempo praticando as Danças Circulares, aumenta a capacidade de suportar fortes tensões. Aquilo que anteriormente foi sentido como uma força imposta passa gradativamente a se tornar naturalmente incorporado. A tensão psíquica e corporal que, por algum tempo foi excessiva, transforma-se em uma força de sustentação.

A musicalidade é vista como algo muito especial e importante nesse processo terapêutico. As pessoas que participam e exprimem de alguma forma talentos na dança, revelam uma necessidade não reprimida do movimento, que se exprime ao nível emocional, no prazer de movimentar-se. É daí que surge a dádiva de transformar em movimento impressões musicais e rítmicas com espontaneidade.

O que caracteriza o verdadeiro talento da dança é este dom de poder se deixar excitar de tal forma pela música e pelo ritmo, que se encontre, imediatamente, uma expressão dinâmica do corpo, ou seja, esta capacidade imediata de tradução da música rítmica em movimento (WOSIEN, 2000, p. 75).

Em forma de roda, linha ou espiral, a dança adquire um poder para aproximar os homens: a roda da dança. Demonstra que independentemente da raça, credo, sexo ou idade, somos todos partícipes de uma mesma condição humana e pelo fato de ser realizada em conjunto a experiência se torna cada vez mais intensa.

O ponto alto da Dança é o momento em que, libertos da coreografia, conseguimos alcançar um estado de 'abandono ou entrega', que possibilita a abertura de nosso íntimo e proporciona a exaltação da nossa condição humana (JONES, 1998, p.5, grifo do autor).

A Dança Circular tem o objetivo de construir conceitos de corpo e de movimento, com a experiência da expressão, da criatividade e da improvisação. Com os diversos ritmos e passos experimentados compartilhados com o grupo, cria-se uma linguagem particular que se estabelece com a dança e que vai sendo decifrada e assimilada por cada um à sua maneira.

Sendo assim, ao dançar em roda, o indivíduo coloca-se em contato com seu próprio corpo em movimento, com o seu ser em expressão com o grupo, estabelecendo e transformando suas relações sociais. É um instrumento para a ampliação da consciência individual e grupal, como refere Costa (1998, p.24).

Wosien (2000) afirma que os diferentes elementos das danças de roda, com suas características de dinâmica, de provocação e incentivo à expressão, de dissolver tensões, contrações e inibições, estimulam a liberação das energias criativas e ao mesmo tempo organizadoras.

Do ponto de vista do tempo, a dança de roda, em círculo, doa-nos a onipresença que nela habita, de maneira que, na atuação conjunta de ritmo, melodia e compasso, as camadas mais antigas do fundo do poço da alma ganham vida nova, e como, por um toque de mitos de outrora, fecundam criativamente o momento.

Wosien ainda cita: “*Nós dançamos na meditação da dança os sonhos que nos reencontram, como nossas saudades do além. Dançando participamos de sua transformação, mudando a nós mesmos*” (2000, p. 120).

Sendo assim, os aspectos grupais são sempre objetivados na Dança Circular, pois se preza o sentido de união e integração, tendo como instrumento facilitador o processo de formação de grupo. Possibilita estabelecer contato com os outros através das mãos e de olhos e vivencia a harmonia grupal através do ritmo e do movimento.

A Dança Circular também dissolve fronteiras na medida em que se compartilham danças de vários países e diferentes culturas. Mostra-se como uma dança democrática, uma vez que inclui todos, sem distinções. Possibilita a percepção do grupo através de outras vias de comunicação, bem como são criados momentos de confraternização com menos competição e mais amizade. O movimento torna-se então, uma comunicação universalizada.

Os objetivos individuais alcançados na Dança Circular concretiza-se através da complementação das técnicas corporais; promoção da organização interna; possibilidade de acolhimento do outro, na medida em que não se discrimina as pessoas; cria-se a possibilidade de bem-estar geral e relaxamento e o reflexo das emoções e sentimentos através da atividade proposta.

Nessa abordagem ainda estimula-se a socialização através da constituição de grupos pautados no resgate dos valores humanos. Busca a sensibilização, a interações entre os grupos, a promoção do diálogo amoroso entre os sujeitos, o despertar dos relacionamentos saudáveis, o desenvolvimento do senso de organização coletiva, do senso rítmico pela música e pelo movimento corporal que ela cria.

Dentro dessas linguagens artísticas a qual a dança se insere, a expressão de alguns sentimentos se torna uma oportunidade ímpar, já que na maioria das vezes, sentimentos como angústia, medo, tristeza são expressos de forma inadequada durante a vida.

Com a experiência das Danças Circulares, aos poucos o ser humano vai adquirindo autocontrole, uma maior consciência corporal e a responsabilidade por seus atos. A arte oportuniza acessar e desenvolver aspectos de sua personalidade de forma prazerosa, ajustando emoções, organizando e educando pensamentos e sentimentos e auxiliando na formação de indivíduos mais equilibrados.

A Dança Circular manifesta um movimento compreendendo a capacidade do organismo humano em demonstrar sua auto-organização, sendo uma resposta aos diversos contextos da vida causando mudanças de estar no universo, ordem e desordem (TEIXEIRA; SOUZA, 2010).

Desde o início, as Danças Circulares nos mostram um caminho em busca do efeito terapêutico. E este caminho não é novo, as pessoas tem o seguido desde os tempos antigos. Os seres humanos vêm buscando o sentido da vida, e esse sentido simboliza um sentido de cura, que é resultante da vivência numa sociedade altamente industrializada, com relacionamentos humanos cada vez mais distantes.

Sendo assim, o ser humano acaba tendo a sensação de sofrer de uma perda de unidade, onde a mente, o corpo e a alma já não estão em sintonia. Há um perigoso desequilíbrio entre razão e consciência. Nesse sentido, a Dança Circular se mostra um eficaz recurso terapêutico nesse processo de mudança e de reestruturação do sujeito.

As danças circulares estão ligadas àquele conjunto de práticas e saberes que foram negados e relegados pela ciência clássica, no seu afã de tudo classificar e controlar. Como conteúdo esquecido pelo homem moderno, condenado ao império da razão, pode ser um dos caminhos para restabelecer o contato com dimensões perdidas no mundo do 'eu como consciência', fundado com a modernidade (OSTETTO, 2010, p. 48, grifo do autor).

A Dança Circular também permite entrar em contato com vários aspectos físicos do ser humano. Ao trabalhar com a postura, por exemplo, estimula-se através dos diversos ritmos a construção da consciência corporal. Vários outros aspectos importantes para o desenvolvimento humano são trabalhados através da Dança Circular e foi devidamente analisado ao aplicar o ciclo de danças para esta pesquisa.

Com esse recurso, trabalha-se então com as habilidades interativas individuais e de grupo. Desenvolve a habilidade de documentar e comunicar experiências internas, incentivar o indivíduo a expressar o que ele tem de melhor e desenvolver a capacidade de intimidade interpessoal.

Dançando o corpo expressa a gestualidade da vida, traduzindo seus sonhos, exercitando seus sentimentos, músculos, organismo, imaginação e todas as possibilidades da totalidade do ser.

O corpo desenha formas no espaço, conta histórias, constrói mecanismos lógicos de inter-relação no espaço e no tempo, criando e se expandindo neles e com eles. Dá asas à imaginação e ao agir, reconhecendo-se enquanto corpo. Descobre-se a si mesmo em seu movimento, como produtor de cultura e história, apura as técnicas que utiliza como meio de expressão e comunicação com pessoas, criando momentos alegres, descontraídos e livres. (SANTOS; PINTO, 2007, p. 188).

Ouvindo música, cantando e dançando o corpo lida com a expressividade dos gestos, dos temas e do universo sonoro em que se vive. Passa a perceber que alguns detalhes são muito especiais na relação gestual e musical da sua e das outras culturas. Aguça sua percepção musical (ritmo, harmonia e melodia), educando-se para compreender como convivemos com o ambiente, o clima, o trabalho e o lazer.

No processo terapêutico os integrantes são convidados a se expressarem por meio dos gestos. São levados a internalizarem as sensações vivenciadas, participando ativamente da transformação pessoal, pelo conhecimento dos domínios corporais, e da modificação social, ou seja, a forma como vêem a sociedade e se enxergam em relação a ela.

Peto (2000) refere que a mistura entre razão e sensibilidade que o trabalho de Danças Circulares proporciona através da terapia corporal e os movimentos, é essencial para atingir a compreensão desses processos intuitivos. Esta linguagem não verbal contagia o corpo e exterioriza a alma. A música também é algo muito importante a ser levada em consideração, ela não se separa da dança e faz parte do processo lúdico em que são envolvidos os sujeitos dançantes.

Quando se relaciona a linguagem musical com a linguagem corporal, vemos uma reação sobre a conduta do ser humano participante da roda. As pessoas que participam deste processo acabam por demonstrar uma melhor relação consigo e com relação ao mundo.

Durante a dança muitos anseios são superados, como o medo da falha e a execução incorreta dos movimentos. Esse sentimento dá lugar a satisfação que o auxílio mútuo proporciona durante a execução da dança, possibilitando o contato consigo mesmo e a descoberta do respeito pelas suas limitações e potencialidades.

Para o melhor desenvolvimento da Dança Circular, cada sujeito é convidado ao silêncio inicial, possibilitando esvaziar-se do que o satura, oferecendo um espaço novo para crescimento e o acesso a outro ritmo de vida de uma forma mais pulsante. Para entrar na roda não é necessário habilidades específicas ou conhecimento de técnicas, basta o desejo de dançar, já que a coreografia experimentada não tem o objetivo de apresentação. O grupo dança para si, acaba por revelar o dançarino interno e particular de cada um.

Neste sentido, segundo Peto (2000), a Dança Circular desperta o desejo de expressar o mundo interno de cada um, exteriorizando as experiências de vida durante o desenvolvimento cognitivo. Estabelece uma relação da postura com as atitudes psicológicas, de receber e selecionar estímulos, de avaliar e responder situações. Assim, nesse processo é possível se deparar com as divergências existentes entre o “corpo que fala” e o que a “alma sente”.

Com o tempo, as pessoas que dançam vão percebendo as mudanças que ocorrem em si mesmas. Não só o corpo fica mais leve e ágil, mas também o pensamento e alma, pois se tornam mais flexíveis em suas articulações com o próximo.

Mais do que qualquer resultado objetivo, de conhecimento ou comportamento, a dança circular conduz às fronteiras do desconhecido. Ela não define, não explica. Apenas abre. E, por ela se abrir a significados e sentidos na experiência, para territórios conscientes e inconscientes, convida ao acolhimento do não conhecido, não pensado, não vivido. Dançando vamos, justamente, ‘lá’ onde não entendemos. Vivemos o ‘entre’ (OSTETTO, 2010, p. 52, grifo do autor).

É importante perceber o quanto os comportamentos corporais estão relacionados com as manifestações do funcionamento mental e compreender este movimento dinâmico relacionado com situações problemas da vida. Todo este processo demonstra uma grande rede de

interações do organismo humano. A roda da dança não permite o autoengano, ele revela as pessoas por inteiro no decorrer dos passos. Se houver a busca, há a entrega e por resultado, o encontro, se ocorrer resistência, corre também o entrave o desencontro (TEIXEIRA; SOUZA, 2010, p. 1058).

Aragão (2012) refere que as Danças Circulares tornam-se um instrumento fundamental por conseguir trabalhar diversos valores e relações. É uma modalidade desafiadora causando possíveis mudanças positivas no autoconhecimento, na capacidade de expressão e compreensão. Propicia um novo olhar para as relações entre as pessoas que dançam e que fazem parte do convívio diário de cada um, reconhecendo e respeitando as características físicas, sexuais, sociais e pessoais das pessoas.

De acordo com o exposto, a Dança Circular mostra-se como um recurso terapêutico eficaz que pode ser utilizado no tratamento de pessoas com sofrimento psíquico. Leva-nos a pensar sobre diversas formas de sensibilização interna do ser humano através da dança, possibilitando a expressão não só física, mas principalmente, emocional das pessoas que participam das rodas.

Para além, segue abaixo a metodologia de pesquisa que foi utilizada nesse projeto, bem como a análise dos dados coletados no referido estudo.

3 METODOLOGIA

O presente estudo se caracteriza como uma pesquisa qualitativa do tipo pesquisa-ação, permeando a concepção fenomenológica. Utilizou-se da pesquisa descritiva como procedimento de pesquisa e a análise de discurso para o tratamento dos dados coletados.

A pesquisa qualitativa se ocupa dos aspectos da realidade que não podem ser quantificados, centrando-se na compreensão e explicação da dinâmica das relações sociais. Para Minayo (2001), a pesquisa qualitativa trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo as relações, dos processos e nos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis. Por esse motivo, delimitou-se a quantidade de sujeitos pesquisados e intensificou-se o estudo sobre os mesmo, bem como objetivou identificar como ocorre este fenômeno perante a visão de mundo de tais participantes.

O “significado” que as pessoas dão às coisas e à sua vida são focos de atenção especial pelo pesquisador. Nesses estudos há sempre uma tentativa de capturar a “perspectiva” dos participantes, isto é, a maneira como os informantes encaram as questões que estão sendo focalizadas. Ao considerar os diferentes pontos de vista dos participantes, os estudos qualitativos permitem iluminar o dinamismo interno das situações, geralmente inacessível ao observador externo (LUDKE; ANDRÉ, 1986, p. 11, grifo dos autores).

A pesquisa-ação é realizada em estreita associação com uma ação ou com a resolução de um problema coletivo. Segundo Kauark, Manhães e Medeiros (2010) é o tipo de pesquisa apropriada para quem busca o entendimento de fenômenos complexos específicos, em profundidade, de natureza social e cultural como é caracterizada a Dança Circular. Esta pesquisa - ação está relacionada com a intervenção para mudar e aperfeiçoar a prática. Está definida segundo Thiollent (1986, p. 14) como:

Um tipo de pesquisa com base em empírica que é concebida e realizada em estreita associação com uma ação ou com a resolução de um problema coletivo e no qual os pesquisadores e participantes representativos da situação ou do problema estão envolvidos de modo cooperativo ou participativo.

A concepção fenomenológica se detém exclusivamente nos fenômenos. De acordo com Canzonieri (2011), o método fenomenológico se interessa por entender as coisas a partir das vivências e como estes estabelecem significados para elas. Acredita que o fenômeno integra a consciência do indivíduo e a realidade exterior e por este motivo é capaz de formar um conjunto de percepções sobre a realidade.

A fenomenologia trata de entender fatos; por isso não busca a verdade absoluta e definitiva; a qualquer momento o fenômeno pode ser reinvestigado e obter uma nova interpretação (CANZONIERI, 2011, p. 45).

Mediante tais informações, buscou-se entender através desses métodos de que forma a Dança Circular contribui no processo terapêutico das pessoas envolvidas nos atendimentos de saúde mental. Sendo assim, de acordo com a concepção fenomenológica, envolveu-se informações sobre um pequeno número de pessoas, todas extraídas de acordo com suas próprias percepções, das quais foram apresentadas de forma descritiva.

A pesquisa descritiva segundo Veal (2011, p. 29), acontece quando existe um caráter incipiente no ramo. Tem o objetivo de descrever o máximo possível o objeto de estudo, no caso a Dança Circular. Segundo o autor, parte das pesquisas nessa área é considerada exploratória, pois permitem descobrir, descrever e mapear padrões de comportamentos em áreas ou atividades que não foram previamente estudadas.

E para finalizar o método de interpretação dos dados, foi utilizada a análise do discurso. Segundo Minayo (2004), este método objetiva realizar uma reflexão da apreensão dos significados, do qual será explanado com mais detalhes no subcapítulo de tratamento e análise dos dados.

O levantamento do referencial teórico para esta dissertação deu-se através de livros, teses, pesquisas em bases de dados e obras originais que explanam o tema das Danças Circulares. Utilizaram-se também as indicações de obras necessárias e básicas para a boa qualidade da exploração dos temas de lazer, saúde e saúde mental, sugerida pelo referido orientador deste projeto.

Para maior abrangência dos estudos, foram realizadas pesquisas em base de dados específicas de saúde, como: Scielo, Bireme, Lilacs, e também para área de lazer, como a revista Licere. Foram utilizados os seguintes marcadores para pesquisa: lazer, lazer e saúde, lazer e saúde mental, saúde mental, reforma psiquiátrica, centro de atenção psicossocial, danças circulares, danças terapêuticas, movimento terapia e terapia através da dança.

Para além, incluiu-se no referencial teórico, as contribuições das disciplinas cursadas no Mestrado Profissional de Saúde Mental e Atenção Psicossocial, da qual faz parte esta dissertação.

3.1 SUJEITOS DA PESQUISA

Fizeram parte da pesquisa doze usuários frequentadores do Grupo “Flor de Lótus” do Centro de Atenção Psicossocial I (CAPS I). Toda a Rede de Saúde Mental do Município de Indaial atende cerca de quatro mil usuários mensalmente com diagnósticos diferenciados encaminhados pela atenção básica e por outros setores do município.

O Grupo que foi estudado chamado Flor de Lótus, já existe no serviço há cerca de quatro anos e possui a característica de ser um grupo aberto. Nele participam cerca de vinte usuários do CAPS que foram indicados e encaminhados mediante Projeto Terapêutico Singular.

Para participação da pesquisa, foram utilizados os seguintes critérios de inclusão: ser usuário do Centro de Atenção Psicossocial I (CAPS) devidamente acolhido no serviço; possuir tempos de práticas das Danças Circulares diferentes e manter um número equilibrado de homens e mulheres. Como critérios de exclusão da amostra, utilizou-se: Usuários que ainda estão em período de adaptação ao grupo; usuários faltantes; usuários que estejam passando por momentos de crises psiquiátricas e usuários que não concordassem em participar da pesquisa.

A pesquisa contou com a participação de cinco mulheres e sete homens. Dos doze participantes, nove deles eram diagnosticados com Esquizofrenia, dois deles com Depressão, e um deles com Deficiência Intelectual. Todos os integrantes fazem uso deste grupo como recurso e tratamento mediante projeto terapêutico singular.

O Centro de Atenção Psicossocial I é um local que realiza tratamento para pessoas com transtornos mentais severos e persistentes, como já se detalhou no referencial teórico dessa pesquisa. Todos os usuários do serviço têm acesso a diversas intervenções, abordagens e condutas já que se dispõe de uma equipe multiprofissional para o cuidado integral da saúde mental.

Todos os pesquisados utilizam de medicamentos psiquiátricos e muitos deles apresentam-se defasados no que se referem aos recursos intelectuais e cognitivos, o que limitou a expressão verbal dos usuários no momento da entrevista. Para explicar as alterações do raciocínio apresentadas pelos usuários, faz-se necessário uma breve explanação sobre a questão, já que os sujeitos pesquisados apresentam algumas alterações no que se refere a este aspecto.

O juízo é processo que conduz ao estabelecimento de relações significativas, que consistem em selecionar e orientar os dados do conhecimento, tendo como objetivo alcançar uma integração significativa que possibilite uma atitude racional ante as necessidades do momento.

O termo raciocínio tem o mesmo significado de pensar. Para que o processo se estabeleça deve-se levar em consideração seu curso efetivo, os caracteres essenciais nele contido, o seu desenvolvimento no tempo e os fatores contribuintes, as suas relações com os restantes conteúdos mentais e com fenômenos afetivos e volitivos. É necessário considerar toda vasta série de processos mentais que acompanham ou mesmo intervêm na operação de raciocinar.

O pensamento é um ato reflexivo, é uma série lógica de ideias que se articulam com a precedente, assim o pensamento segue uma direção. De acordo com Paim:

O raciocínio é uma operação mental que nos permite aproveitar os conhecimentos adquiridos através da prática social, combiná-los logicamente para alcançar uma forma superior de conhecimento (1993, p. 116).

Como a ligação entre conceitos permite a formação de juízos, a ligação entre juízos conduz á formação de novos juízos e, assim se processa o pensamento. O raciocínio é uma cadeia infinita de conceitos, juízos e representações e a fonte de todo esse processo é a experiência sensorial.

O conhecimento humano representa um processo que começa com a sensação e termina com o raciocínio dialético. A sensação e raciocínio são momentos diferentes, aspectos ou graus do mesmo processo do conhecimento. Por isso, não se pode separá-los. O mundo exterior age sobre nossos órgãos dos sentidos, provocando neles as sensações, e essas sensações em conexão indissolúvel com a atividade do pensamento oferecem o conhecimento dos objetos e de suas propriedades (PAIM, 1993, p. 116).

Avaliando o público pesquisado, é característica a apresentação da inibição do pensamento, que segundo o autor citado, consiste em um sintoma que se manifesta geralmente unido à lentidão de outros processos psíquicos. Caracteriza-se pela diminuição do número de representações evocáveis na unidade de tempo e pela lentidão do curso do pensamento.

Com a inibição deste, observa-se também grande dificuldade na percepção dos estímulos sensoriais, já que esta alteração atinge a essência do pensamento.

Alguns dos usuários pesquisados apresentavam também o pensamento vago, que consiste na transformação das relações conceituais estabelecidas antes de apresentar os sintomas do transtorno apresentado. Assim, o pensamento se torna vago, impreciso e indeterminado.

3.2 EQUIPAMENTOS E INSTRUMENTOS DE PESQUISA

Foram utilizados como materiais da pesquisa: uma máquina fotográfica e filmadora para a registro das rodas de Dança Circular, caixa de som, pen drive, diário de campo para anotações diversas, gravador de voz, entrevista semi-estruturada e observação participante.

A entrevista semi-estruturada (Apêndice B) envolveu questões referente à aplicabilidade das Danças Circulares, bem como caracterizou os sujeitos da pesquisa. Trouxe questões referentes à saúde e ao lazer e de que forma a Dança Circular transita nessas áreas se inter-relacionando. Explanou também as contribuições dessa intervenção na percepção dos sujeitos da pesquisa de acordo com a suas visões de mundo.

A filmagem e as fotografias que ocorreram nas rodas de Danças Circulares efetivaram-se após o consentimento dos usuários e a oficialização da participação espontânea no Termo de Consentimento Livre Esclarecido (Apêndice B). As filmagens além de servirem para registro da pesquisa, também foram utilizadas para observar a produtividade e funcionalidade do sujeito na roda de Dança Circular, de modo que contribuiu pra elucidar alguns fenômenos relatados pelos usuários durante a entrevista.

Sobre a utilização da observação participante, Minayo (2013, p. 70) caracteriza como:

Processo pelo qual um pesquisador se coloca como observador de uma situação social, com a finalidade de realizar uma investigação científica. [...] Fica em relação direta com seus interlocutores no espaço social da pesquisa, na medida do possível participando da vida social deles, no seu cenário cultural, mas com a finalidade de colher e compreender o contexto da pesquisa. Por isso, o observador faz parte do contexto sob sua observação e, sem dúvida, modifica esse contexto, pois interfere nele, assim, como é modificado pessoalmente.

Após a observação participante das rodas de Dança Circular, os acontecimentos dignos de nota foram repassados ao diário de campo para melhor organização e explanação dos dados da pesquisa.

3.3 SITUAÇÃO E AMBIENTE

A pesquisa efetivou-se no Centro de Atenção Psicossocial I do município de Indaial/SC, no período de abril a maio de 2015. Com uma intervenção semanal totalizou-se cinco aplicações. As entrevistas foram

realizadas ao final de cada roda de Dança Circular, respeitando os critérios de inclusão e exclusão delimitados na pesquisa.

As rodas de Dança Circular aconteceram após a aprovação da pesquisa expedida através do parecer consubstanciado do CEP de n. 1.026.121. Das cinco aplicações, três foram realizadas em ambientes fechados e as duas outras intervenções foram feitas na área externa do serviço.

O espaço físico externo apresentava-se arejado e rodeado de vegetação, o que transformou o ambiente amplo em um local acolhedor. Já o ambiente interno era um pouco pequeno ao comportar todos os usuários, sendo necessária a limitação de alguns movimentos de maior amplitude. No entanto, o ambiente não interferiu no bom andamento das rodas de Danças Circulares, tornando possível concluir todas as músicas planejadas para tal aplicação.

3.4 COLETA E REGISTRO DE DADOS

Todas as rodas de Dança Circular contaram com o registro de fotos e filmagens para agregar informações aos dados coletados na entrevista semi-estruturada, bem como na observação participante. Os dados dignos de nota foram repassados ao diário de campo que ajudou a esclarecer e elucidar fenômenos ocorridos em meio às rodas de Danças Circulares.

3.4.1 Procedimentos

Após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), iniciou-se a coleta de dados. Alguns dados foram antes reunidos como forma de pré-teste, até ser autorizada definitivamente a coleta através do parecer, possibilitando a complementação e aprofundamento dos dados pesquisados.

Aplicação da pesquisa ocorreu no Grupo de Dança Circular Flor de Lótus, parte integrante do quadro de atividades terapêuticas ofertadas pelo serviço. Participaram das rodas de Danças Circulares, em média dezessete usuários do serviço, do qual possuem em seus projetos terapêuticos singulares a necessidade de participação em tal grupo. Após a ocorrência da roda de Dança Circular, alguns usuários foram

entrevistados de acordo com o roteiro de entrevista semi-estruturada (Apêndice B), respeitando o critério de inclusão e exclusão da pesquisa, contemplando doze usuários que compõem a amostra do referido estudo.

As músicas foram devidamente analisadas para cada aplicação, levando em consideração o tempo de cada uma delas de modo a não exceder os trinta minutos da roda de Dança Circular (Apêndice A).

Realizou-se no início de todas as aplicações, uma explanação sobre o desenvolvimento da pesquisa e aplicação da entrevista semi-estruturada. Em seguida se fez uma explanação de quais danças seriam praticadas no dia, fazendo um breve relato de sua letra e dos aspectos que seriam estimulados. Todos os dias, antes de iniciar a dança, relembra-se a posição das mãos, sobre o lugar de cada participante na roda e a cooperação integral de cada usuário em meio à dança.

Não houve intercorrências no que se refere à aplicação da dança em nenhum dos dias da referida pesquisa. Embora algumas músicas aplicadas já fossem de conhecimento do grupo, se fez necessário o repasse dos passos. O tempo de treino de tais passos é de acordo com o grau de dificuldade apresentada pelo grupo.

Quatro das músicas dançadas foram adaptadas para facilitar e melhorar o acompanhamento dos participantes, foram elas: Stay Strong, Imagine, Prefácio e Como uma onda no mar. Importante salientar que em todos os encontros foram enfatizados que a prática da Dança Circular é de acordo com o aproveitamento de cada usuário, não sendo exigida a perfeição dos passos.

Dentre o bloco de músicas praticadas no dia, a primeira delas tem como objetivo aquecer o grupo no que se refere às práticas, a desenvoltura corporal e entrosamento grupal. A segunda e a terceira música trazem o objetivo real do dia, geralmente sendo uma música extrovertida e outra introspectiva a fim de proporcionar o equilíbrio dos estímulos oferecidos. A última se caracteriza como música de encerramento, tal qual proporciona a reflexão sobre a prática do dia e os objetivos alcançados no decorrer da atividade.

Os passos da atividade proposta nos cinco dias de aplicação da pesquisa foram:

- Boas vindas ao grupo;
- Esclarecimento da aplicação da pesquisa;

- Sensibilização do grupo para a Dança, englobando orientações de condutas características da Dança Circular;
- Explanação das músicas antes de iniciar a coreografia;
- Explicação passos (com possíveis adaptações a serem feitas de acordo com a disfuncionalidade de cada usuário);
- Treino da coreografia;
- Vivência da dança circular;
- Fechamento da intervenção com a percepção do usuário sobre a atividade proposta;
- Aplicação da entrevista semi-estruturada.

As músicas aplicadas na pesquisa foram cuidadosamente escolhidas e analisadas antes da aplicação. Foram avaliadas de acordo com os seguintes aspectos: Sensorio motor, cognitivo e psicossocial.

O aspecto sensorio motor se referiu a habilidade do sujeito em receber estímulos, processar informações e produzir respostas através da atividade proposta. Dele, fazem parte os aspectos: sensorial, perceptual, neuromúsculoesquelético e motor. De acordo com este tópico, as aplicações das músicas escolhidas foram capazes de promover os estímulos através do tato, audição, do movimento realizado na dança. Este aspecto se desenvolveu quando o usuário percebeu o contexto ao seu redor ao praticar a Dança Circular, reconhecendo e interpretando os estímulos sensoriais através da cinestesia ou até mesmo interpretando algum tipo de dor que por ventura tenha desenvolvido com a prática exagerada da dança.

Este recurso buscou estimular o usuário a entender o esquema corporal, sendo possível quando realizou identificações pelo comando das músicas nas aplicações. Estimulou a percepção espacial ao participar da roda, como por exemplo, seguir à frente de seu colega por vezes não respeitando o círculo. A Dança Circular estimulou aspectos biomecânicos, foi capaz de desenvolver também a lateralidade quando o usuário desempenha os passos para direita, esquerda e posicionando-se corporalmente na roda.

Possibilitou desenvolver o movimento com maior qualidade no que se refere à abertura dos braços, nos passos pequenos, médios e longos como demanda a música. A destreza também foi trabalhada quando a música possibilitou através de seu ritmo, vários movimentos para compor a coreografia. A coordenação foi utilizada para executar tal tarefa, sobretudo a coordenação motora grossa sendo a mais utilizada na

atividade. A coordenação motora fina não foi desenvolvida nessa atividade.

Os aspectos cognitivos se referiram às habilidades de usar as funções do córtex cerebral. Dela, fazem parte alguns aspectos importantes como: processo intelectual, memória, atenção, orientação, capacidade de aprendizado, capacidade do indivíduo de responder a estímulos, de iniciar uma ação, de identificar e responder aos problemas estabelecidos.

Tais aspectos citados foram desenvolvidos quando o usuário sugere passos em meio à dança, quando conseguiram relacionar a coreografia com o sentido da música. Estimulou-se quando o usuário focou sua atenção nos passos e no ritmo da música de modo a realizar a dança adequadamente. O usuário utilizou de sua capacidade para resolver problemas, como por exemplo, improvisando em meio a dança para não perder o ritmo da música.

No que se referiu à orientação, a atividade da Dança Circular proporcionou ao usuário identificar a atividade proposta e se perceber em meio a ela. Fez-se necessário situar-se na ocasião da dança, se organizar dentro dela, lembrar-se dos passos e saber quando eles terminam de modo a não repetirem quando é desnecessário.

E por último avaliou-se os aspectos psicossociais, que se referiram às habilidades de interagir com a sociedade e processar as emoções, estes são aspectos individualizados, dependem do contexto cultural, dos valores e crenças. Servem para pensar os significados possíveis que podem ser encontrados nessa atividade, mesmo sem o usuário nela. Este aspecto é subdividido em: motivação, social, autogestão.

A atividade desenvolvida na pesquisa proporcionou o desenvolvimento da motivação, do comportamento, valores, interesses e autoestima. Foram desenvolvidos quando o usuário encontrou motivação em participar; se identificou como membro importante da roda e que de alguma forma, interferiu no desenvolvimento da atividade. Este aspecto aponta quando o usuário expressa o sentimento positivo ao concluir a dança estimulando a prática da atividade.

Esta área foi desenvolvida ao dançar em rodas, com mãos dadas, trazendo a sensação de pertencimento de algo maior. Estimulou a aproximação, o contato físico e social, as habilidades sociais adequadas ao convívio como, cumprimentar, abraçar, conversar, cooperar, entre outras.

A autogestão se referiu ao modo como o usuário gere sua vida, controla suas metas e obrigações, bem como maneja seus sentimentos e sensações. Durante a roda de Dança Circular, muitos sentimentos podem ser expressos de acordo com o momento de cada usuário e a música aplicada.

3.4.2 Aspectos Éticos

A referida pesquisa, no que tange a ocorrência de riscos, apresentou baixo nível de eventualidades desconfortáveis que se referem aos aspectos físicos, os riscos de cansaço excessivo foram amenizado com a substituição do movimento, respeitando a motivação e produtividade do sujeito da dança.

Importante salientar que nenhuma das rodas excedeu trinta minutos de Dança Circular e todas foram aplicadas pela autora da pesquisa, qualificada para aplicação de tal intervenção. Já de acordo com os demais aspectos, como psicológicos, sociais e econômicos, não houve riscos eminentes.

Para participação da pesquisa, os participantes não tiveram custo algum, nem receberam qualquer vantagem financeira. Todos os usuários foram orientados sobre a possibilidade de desistência do projeto, não sendo aplicada qualquer penalidade, nem mesmo a perda dos benefícios dos quais tivessem direito, como permanecer nos grupos terapêuticos do serviço que se consistiu no lócus da pesquisa.

Esclareceu-se também que nenhum usuário que, por ventura desistisse da pesquisa, sofreria a modificação do atendimento despendido pela pesquisadora no exercício da sua prática profissional no cotidiano do serviço.

3.5 TRATAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS

Após a transcrição das entrevistas, utilizou-se a análise do discurso para tratamento dos dados obtidos na pesquisa. Canzonieri (2011) refere que o discurso é a transcrição de opiniões de atitudes, da fala e de representações do sujeito, que demonstram o recorte de um momento num processo de elaboração de uma análise feita pelo pesquisador sobre o conteúdo trazido pelo pesquisado.

Podemos considerar que a palavra é o modo mais puro e sensível de relação social, configurando-se como fenômeno ideológico por excelência. É precisamente na palavra que melhor se revelam as formas básicas e ideológicas da comunicação. Assim, entendemos que é também por meio da palavra que nos definimos em relação ao outro ou em relação à coletividade (BAHKTIN,1979).

Para que ocorra essa aproximação da compreensão do que foi dito, devem ser explicitadas as subjetividades e as singularidades dos indivíduos, porém somadas às particularidades e questões estruturais. Segundo Piovesan (2006) o discurso transcende a linguagem e analisá-la é um processo de identificação de sujeitos, de argumentação, de subjetivação e de construção da realidade, onde sentidos são revelados e determinados ideologicamente.

4 DISCUSSÃO DOS DADOS

Os dados coletados nas entrevistas foram considerados de acordo com a contextualização do estado de saúde apresentado pelos usuários durante a aplicação das rodas de Dança Circular. Os entrevistados serão nomeados por letras alfabéticas para preservar a identidade dos participantes.

Iniciando com o conhecimento prévio do público estudado, oito pessoas faziam parte do Grupo de Danças Circulares “Flor de Lótus” há cerca de quatro anos, tempo de existência no grupo desde a sua implantação no serviço. Um dos integrantes faz parte do grupo há cerca de dois anos, dois dos outros participantes praticam a dança há aproximadamente um ano. E somente um deles, está praticando a Dança Circular há cerca de três semanas.

As idades dos participantes da pesquisa variaram entre 40 a 62 anos, caracterizando um público adulto. Sobre o estado civil, cinco deles disseram ser casados, dois divorciados, quatro solteiros e um deles viúvo. Os participantes que não eram casados relataram morar com os irmãos, filhos, pais. Somente uma das pesquisadas residia sozinha. Todos eles relataram o sentimento de solidão que pairava em sua vida cotidiana. É perceptível a falta de recursos sociais para interação e inclusão social, até mesmo os que se disseram ser casados referiam sentimentos de solidão, já que viviam relações conflituosas.

Sobre o grau de escolaridade questionado na pesquisa, verificou-se um dos participantes é analfabeto, seis deles possuíam ensino fundamental incompleto, um deles possui ensino fundamental completo, outro deles possui ensino médio incompleto e os outros três referiram ter concluído o ensino médio completo. Portanto, verificou-se que a maioria dos usuários eram alfabetizados e cessaram seus estudos na adolescência, não dando continuidade ao aprendizado escolar até aquele momento.

No que se refere à ocupação e recursos financeiros para subsistência, oito deles referiram ser aposentados por invalidez, não praticando nenhuma outra ocupação e/ou atividade laboral em seu cotidiano. Três deles estavam afastados do trabalho laboral e recebiam auxílio doença e apenas uma das pesquisadas referiu que além de aposentada, conseguia desenvolver a função de catadora de lixo.

Todos os usuários pesquisados, sem exceção recordaram com prazer da sua época de produtividade, mas por conta dos sintomas da doença, não conseguiam mais desenvolver uma atividade laboral satisfatória, nem mesmo se inserir no mercado de trabalho formal. Todos eles referenciaram ficar ociosos no cotidiano de suas vidas, não participando nem mesmo nas atividades domésticas da casa. A falta de interação social fora do Centro de Atenção Psicossocial foi uma das grandes queixas existentes do grupo.

Para ocorrer uma análise satisfatória dos dados da pesquisa, é importante salientar que, além das condições de saúde debilitadas, no que se refere ao quadro clínico psiquiátrico dos pesquisados, todos apresentavam uma precariedade social que acarreta em vulnerabilidades.

Esta situação os impediam de aproveitar a vida com qualidade em todos os aspectos de direito, como saúde, educação, lazer, entre outros. Com a limitação das experiências cotidianas, de trabalho, cultura e lazer, o resultado acabou sendo o empobrecimento dos pensamentos e a limitação dos conceitos utilizados para explicar e refletir sobre aspectos da vida.

Seguindo a análise das entrevistas, agora com o entendimento do quadro psiquiátrico e da forma de percepção e pensamento dos usuários, os pesquisados foram questionados se a Dança Circular trouxe alguma contribuição para suas vidas, e em caso positivo, quais foram. Todos os pesquisados referiram enfaticamente que sim, a Dança Circular trouxe contribuições para suas vidas.

No entanto, as justificativas para as afirmativas foram as mais variadas. Ressaltaram que a dança trazia felicidade, estimulava o raciocínio deixando a mente mais rápida, desenvolvia recursos corporais ao se exercitar, possibilitava o aprendizado da dança e promovia o relaxamento.

Dois aspectos importantes apareceram no discurso de oito dos doze entrevistados. Um deles é que a Dança Circular possibilitava o esquecimento dos problemas, como consta no depoimento do usuário *I*, de 40 anos:

Ajuda nos pensamentos. A dança ajuda nos pensamentos. Ela faz o pensamento ir embora. Como é que eu vou explicar... ela não deixa vim pensamento ruim. Ela distrai, distrai, distrai a pessoa.

Outro aspecto importante é que a dança transformava o sentimento de preocupação e angústia em momentos de felicidade e alegria, como cita o usuário *C*, de 45 anos:

Ajudou, porque eu tava deprimido, tu que sabe né?! Agora eu 'tô' bem, 'tô' com vocês hoje porque vocês me ajudaram. A dança circular é o seguinte... Como eu posso explicar meu Deus... Ela tira a gente da tristeza.

O usuário *G* de 44 anos também referiu no comentário:

Trouxe bem-estar, assim, faz bem. Ela me ajuda, ela tira aquela... o dia que to assim mais triste, ela me deixa mais alegre. Eu fico melhor.

Este aspecto da pesquisa aproximou-se com a argumentação bibliográfica presente no referido estudo, onde se afirmou que a dança circular é capaz de eliminar alguns temores modificando sentimentos negativos, como receio e angústia. Ao praticar a Dança Circular, os usuários gradativamente se tranquilizavam, e a alegria tomava o lugar dos sentimentos negativos que pairavam antes de iniciar a intervenção. Segundo os pesquisados, essa transformação se dá através da unicidade do grupo, do apoio mútuo e da musicalidade possibilitada na dança.

Após a explanação sobre a contribuição da Dança Circular na vida dos pesquisados, questionou-se sobre o sentimento que ela possibilita ao praticá-la. Como os usuários se sentiam emocionalmente ao realizar a Dança Circular.

As respostas desse questionamento foram muito positivas, pois refletiam a condição proporcionada pela Dança Circular, onde os sujeitos participantes entravam em contato com sensações e sentimentos positivos. Alguns usuários relataram ser uma boa sensação, mas não conseguiram identificar que sensação é essa. Apenas afirmaram ser uma emoção que faz bem. A entrevistada *L* de 54 anos diz:

Me vem um sentimento de paz, um alívio. Eu me sinto uma outra pessoa. E essa pessoa é melhor.

Outros relataram que o coração bate forte de emoção, sentiam alegria ao dançar, afirmaram que a dança trazia uma sensação de conforto, um contentamento, um sentimento de bem-estar, sem tristezas.

Um deles disse sentir uma adrenalina, uma alegria muito forte, e concluiu dizendo ser algo que faz bem. A pesquisada *H* de 57 anos relata nas suas palavras:

É gostoso. Eu sinto assim... um alívio. A gente se sente melhor sabe, a gente tá na casa é como se fosse uma família. A gente se esquece de tudo, a gente tá num lugar como se fosse dizer, tudo irmão. Então a gente fica mais aliviado sabe, tira as coisas da cabeça, né.

Um aspecto importante de se analisar e que surgiu na resposta de um dos pesquisados é a sensação de estar aprendendo algo, e o quanto isso foi positivo na expressão da usuária *J* de 60 anos que relatou:

Eu ‘tô’ aprendendo, eu fico bem feliz. Eu gosto de dançar sabe, mas eu tenho que aprender. Aquele que tá do lado ajuda, às vezes tu dá um passo errado, ele ajuda fazer mais um, mais um, daí encaixa de novo e tudo de novo. Eu gostei daquele um alto, acho que é o seu G^1 , ele me ajudou na dança.

Um dos entrevistados referiu o sentimento de confiança que sente quando realiza a Dança Circular e que consegue estendê-lo após a prática, *C* de 45 anos referiu:

Eu me sinto bem. Posso ir pra casa sozinho, não preciso de ninguém, pedir socorro.

A Sra. *D* de 61 anos afirmou que as músicas lhe traziam um bom sentimento, pois conseguia refletir a mensagem que a letra traz:

Ela me dá bom sentimento, me traz assim um conforto, uma alegria, fico mais contente. Com todas as músicas. Assim, por exemplo: cada palavra que falam às vezes mexe muito contigo também né, emocionalmente. A gente presta

¹ Nome abreviado pela pesquisadora para resguardar a identidade do pesquisado.

atenção, então a gente fica melhor, vem aquele sentimento da música e das palavras que falam, a gente presta atenção, então a gente se sente bem melhor.

A questão apresentada foi bastante comentada e explanada pelos entrevistados. Apesar de alguns deles não saberem identificar o sentimento que a Dança Circular proporcionava, foram enfáticos no julgamento de ser bom, todos referiram ser um sentimento que faz bem.

O relato unanime dos usuários classifica a Dança Circular em uma técnica que proporciona o contato com sensações e sentimentos benéficos para a manutenção e ajuste das emoções humanas. Sendo assim, a Dança Circular contribui para a formação de indivíduos mais equilibrados no que se refere aos aspectos emocionais, agindo de forma terapêutica no tratamento desses usuários que fazem parte da pesquisa.

Outro questionamento referiu-se à comunicação, indagando se a Dança Circular ajudava no desenvolvimento de sua comunicação e/ou expressão dos sentimentos. Se a resposta fosse positiva, como eles entenderiam esse processo.

A resposta a este questionamento foi unânime, todos acreditavam que a Dança Circular ajudava no desenvolvimento da expressão. As justificativas perpassaram pelo fato do contato que a dança possibilitava com o outro. Quando as mãos são dadas, quando a música solicita um gesto que requer aproximação física, faz com que a timidez aos poucos se dilua e os usuários formem laços sociais importantes. A grande maioria relatou o fato de se sentirem seguros e no meio de pessoas de confiança quando praticavam a dança.

Sra. *D* de 61 anos, refere:

Com as mãos dadas a gente sente amor do outro, a gente sente a amizade, o amor verdadeiro de cada um. Vai dando as mãos ali é uma coisa positiva, coisa verdadeira.

Sr. *H* de 57 anos, relatou que a dança possibilitava a conversa entre as pessoas:

A gente escuta e a gente fica mais animado e daí conversa com um e conversa com outro. A gente conversa com um monte de gente aqui que não tinha visto né, e a gente começa a se conhecer. Faz mais amizade.

Um dos entrevistados, *C* de 45 anos referiu que por conta dos estímulos da dança, ele conseguia se comunicar melhor, conseguindo inclusive, voltar para casa sozinho, e que esta sensação lhe trazia um sentimento positivo que refletia em sua cotidiana:

Ajuda a me expressar melhor, porque eu posso sair daqui agora e ir pra casa, eu to contente, eu to contente, eu to muito contente.

Sr. *H* de 57 anos afirmou que a Dança Circular possibilitou a perda de sua timidez. Com o treino das habilidades sociais proporcionadas pela Dança Circular, conseguia expressar melhor seus sentimentos, algo que não era acostumado a fazer antes dessa prática:

A Gente se dá mais com as pessoas sabe, conversa melhor com as pessoas. Porque quando a gente tá aqui, ta cantando, a gente tá unido sabe, dá aquele abraço, essas coisas, então a gente sabe se dar, né. Eu era também mais tímido sabe, eu não 'se' dava com as pessoas. Eu era bem tímido. Eu nunca fui de abraço, depois que eu conheci você e outras pessoas aqui dentro, eu comecei a me dar mais com as pessoas.

Apenas um dos usuários ressaltou que ele ainda não conseguia reproduzir o sentimento que ocorre no grupo, em seu contexto social. Sr. *E* de 62 anos refere:

Ajuda sim, porque eu me comunico com tudo mundo, como se todo mundo fosse igual a 'eu', mas quando eu saio daqui não, é diferente.

Ao serem questionados sobre a vida social, ou seja, se a Dança Circular proporcionou algum tipo de contribuição na vida social e como se deu este processo, todos os usuários responderam que sim. A

justificativa dessa contribuição permeou alguns aspectos, como relatou o usuário *C* de 45 anos:

Agora eu vou contigo pra fora, pra representar, eu vou contigo pra 'FURB', onde vocês ir eu vou junto agora, não tem esse negócio de dizer: ah, o *C*. não vai, eu vou sim! (...)
Ajuda pra sair, passear, ir em outros lugares.

Este usuário afirmou que a Dança Circular ajudou na sua vida social, principalmente porque permitia o contato dele com outros grupos sociais e locais dos quais não participava antes. Ele se referiu aos locais de apresentações, de treinos e contato com pessoas onde a Dança Circular é apresentada. Para se entender a importância desse relato, faz-se necessário conhecer brevemente a história pessoal desse usuário. *C* é filho de um casal de idosos preocupados, esse casal não mede esforços para fornecer o melhor no que se refere a cuidados familiares a ele.

Esse usuário nasceu com sérios problemas neurológicos, passou por diversas cirurgias e convulsões quando ainda bebê. Realizou tratamento na APAE do município, onde os pais vieram a se envolver na diretoria da instituição posteriormente. *C* apresentou atraso no desenvolvimento físico, motor e intelectual, não conseguindo desenvolver e acompanhar as atividades escolares.

No entanto, aos poucos e com estímulo dos pais, acabou se tornando funcional. Por questões diversas, os pais acabaram se afastando da diretoria da APAE e *C* não fazia mais parte da instituição, sob a justificativa de não se enquadrar no perfil de atendimento assistencial do local.

C acabou crescendo com estímulos dos próprios pais que prestavam os cuidados possíveis, de forma residencial, *C* cresceu, virou adulto, e devido sua história pessoal e as frágeis condições de saúde já enfrentadas, os pais, como medida de cuidado, se tornaram superprotetores, infantilizando o usuário. Essa tendência acarretou a falta de desenvolvimento de algumas capacidades funcionais relacionadas à vida diária e vida prática, resultando em uma dependência importante dos cuidados dos pais.

Há cerca de oito anos, *C* foi levado ao CAPS devido à apresentação de alguns sintomas psiquiátricos, segundo relato dos pais, apresentando sinais de depressão. Apesar de diagnosticado como

Retardo Mental, a equipe profissional entendeu a fragilidade da rede de atendimento e suporte social para a família e então incluiu *C* nas atividades do serviço. O objetivo era que este pudesse desenvolver as capacidades para as atividades da vida diária e prática, bem como a conquista de sua autonomia.

O que ocorreu é que *C* logo se estabilizou, não apresentando mais sintomas psiquiátricos. No entanto, a promoção de saúde que ele e a sua família recebem do serviço fazia com que ele ainda permaneça lá. Como já foi relatado nesse trabalho, o município de Indaial, local onde se deu a pesquisa, é extremamente defasado de recursos sociais e comunitários, o que faz com que o serviço ainda preste atendimento a este usuário, já que falta uma rede institucional adequada que o acolha e continue estimulando suas atividades da vida diária e da vida prática.

Muitos avanços já foram registrados na história de *C* e na construção de sua autonomia, mas ainda é muito gratificante ver seu desenvolvimento social. Sua família está sempre envolvida nos cuidados e nas atividades do CAPS. No entanto, ainda percebe-se a superproteção envolvida no relacionamento dessa família e a dificuldade de sua mãe em ver seu filho desenvolvendo algumas atividades sem estar sob seu olhar cuidadoso.

Diante do exposto, é valioso acompanhar a construção de autonomia desse usuário quando relatou sua participação na Dança Circular, principalmente fora da cidade. Essa atividade proporcionou essa interação social e a oportunidade de mostrar que ele é capaz de desenvolver essa função bastante positiva no desenvolvimento do empoderamento pessoal desse sujeito.

Outra entrevistada referiu que a Dança Circular possibilitou melhor convívio social e com isso, conseguiu exercer com melhor qualidade sua atividade informal esporádica, que é o comércio domiciliar de roupas. Com os estímulos da Dança Circular, *J* de 60 anos refere:

A gente tem outro jeito no meio das pessoas, depois em casa, fora, na rua, como eu vendo, eu tenho mais jeito, pra mim, tudo me ajuda. Eu to vendendo cada vez mais [...] porque eu to bem. Hoje eu fiquei com medo, pensei assim: não vou acertar... mas foi tão ótimo.

Os demais entrevistados enfatizaram que a Dança Circular possibilita o contato com o outro, já que ocorre, sobretudo, o estímulo

dessa interação social. Com o decorrer do tempo de prática, essa dinâmica se estende para os outros ambientes e contexto da vida cotidiana do sujeito, trazendo importantes contribuições para habilidades sociais.

Os pesquisados foram questionados sobre a contribuição da Dança Circular no condicionamento físico. A maioria dos entrevistados, com exceção de um, confirmou que a Dança Circular melhorou o condicionamento físico. A maioria das explicações sobre esse feito se caracteriza pelos movimentos que a dança possibilita.

Importante salientar que muitos usuários já possuem embotamento físico, reflexo da contenção química provocada pelos medicamentos psiquiátricos. Por esse motivo, o estímulo desses aspectos torna-se ainda mais importantes e de extrema relevância para a vida diária dos usuários. *G* de 44 anos referiu:

Me sinto melhor no condicionamento físico. Eu fico muito parado né, não me movimento. Eu não consigo andar muito, sinto muita fraqueza (...), daí eu fico mais parado em casa.

A pesquisada *J* de 60 anos diz:

Não dói minhas pernas mais, a gente dança, eu danço assim de manhã quando eu levanto, eu danço as músicas sertanejas, que tem na rádio, eu danço sozinha, aquilo tudo me ajuda. Olha, eu não podia mais andar de ônibus, não conseguia mais subir e descer. E agora eu vou embora. Eu pagava taxi e gastava uma nota de ida e volta. E agora eu 'tô' boa.

Apenas um dos usuários entrevistados que sofria de um sério problema na coluna vertebral, inclusive aposentado por problemas ortopédicos, relatou que suas dores nunca cessavam. No entanto, não deixava de participar do grupo, pois relatou trazer tantos outros benefícios. *Sr. H* fez questão de aguentar suas dores e participar do seu jeito, realizando o movimento da forma mais confortável possível e parando sempre que se apresentava cansado.

Para realizar a contextualização da Dança Circular com o lazer, quesito importante para dar continuidade às entrevistas, verifiquei a dificuldade dos usuários pesquisados no entendimento das questões que

se seguiriam, sendo necessária então, uma breve explicação sobre o Lazer.

Ao questionar se o usuário pesquisado tinha conhecimento sobre o conceito de lazer, apenas seis deles confirmaram em ter conhecimento sobre tema, mesmo que de forma rasa. Os conceitos foram diversos como:

Lazer é fazer alguma coisa importante, que você goste.

(D, 61 anos)

Lazer é participar de atividades.

(I, 40 anos)

Lazer é fazer um trabalho, é ajudar os outros, é fazer os grupos, é fazer uma coisa boa.

(J, 60 anos).

Um dos entrevistados relata:

Eu to há 6, 7 anos sem lazer. Eu gostava de fazer coisas no trabalho, eu trabalhava na H.², depois eu ia pra festas, danças, baile. A pessoa sem lazer sua vida piora. Sem lazer você não tem nada, fica só se preocupando com as coisas.

(E, 62 anos).

A pesquisada K de 52 anos disse:

O lazer é um divertimento. Eu to me divertindo e ao mesmo tempo aprendendo com meus colegas que tem outros tipos de problemas. Vou aprendendo com eles, a lidar com problemas meus através deles.

Como o referencial teórico da presente pesquisa explana, as definições de lazer conhecida pela população são confusas e mal entendidas na prática. Muitos usuários entrevistados não tinham o menor entendimento dessa prática, muito menos da importância do desenvolvimento desse aspecto. Apenas alguns deles tentaram, à sua maneira, passar seu entendimento sobre o tema.

² Nome abreviado pela pesquisadora para resguardar a identidade da empresa.

Para que os próximos questionamentos dessa pesquisa ocorressem de forma clara e bem entendida por parte dos entrevistados, se fez necessário realizar uma breve explanação sobre o conceito de lazer, seguindo as concepções abordadas desse estudo. Após as devidas explicações, os entrevistados foram questionados sobre a Dança Circular, se de acordo com suas opiniões, acreditavam ser a Dança Circular considerada uma atividade de lazer. Todos responderam que sim, é uma atividade de lazer.

Questionou-se também, de acordo com sua própria percepção, qual a relação que a Dança Circular mantém com a saúde mental e o lazer? Todos os usuários relataram que entendiam que a Dança Circular mantém uma relação com as áreas de saúde mental e lazer.

No entanto, três dos entrevistados não souberam explicar qual a relação, já os demais entrevistados explicaram, e a grande maioria permeou pelo aspecto da distração proporcionado pelas atividades de lazer. Referiram que a Dança Circular faz com que se esqueçam da doença, dos sintomas, dos problemas e os fazem focar no momento presente, diminuindo situações de ansiedade. Sra. *D* de 61 anos relatou:

A dança circular desenvolve bastante o teu pensamento, teu desenvolvimento pessoal, é uma coisa bacana assim, pra gente. O lazer também ajuda na saúde mental, porque você distrai um pouco, né. Você sai um pouco daquela continuidade sabe (...) você esquece mais os problemas porque você está mais *prestativa* a atenção na música, na dança, mais concentrada. Desfoca um pouco daquele problema que a gente tem.

A entrevistada *K* de 52 anos referiu em sua fala:

Dançando melhora a saúde mental, porque eu tenho novidade, eu tenho pessoas que entram no, eu não entendo nada de computador, é orkut? Face³! Tem pessoas que entram no face pra ver tudo isso, eu tenho parente que entra no face pra me ver. Eu tenho amigas que entram, de tudo, Tubarão, Porto Alegre, São Lourenço. Todos eles entram no face, eu entro em comunicação com eles e tenho o que falar.

³ Nome utilizado para rede social Facebook.

Com o comentário da *K* nos traz um aspecto importante que abrange grande parte dos usuários da Saúde Mental, que é falta de oportunidades de participarem de atividades de lazer, inclusive pela escassez dessas atividades no município em que se efetivou a pesquisa.

Essa usuária em particular tem uma história de vida interessante. Possui um longo histórico de internações psiquiátricas no Estado do Rio Grande do Sul, tendo seus vínculos familiares altamente fragilizados. Sua filha, moradora da região do vale do Itajaí/SC, foi responsabilizada há cerca de dois anos pelos cuidados da mãe, após muito tempo não ter contato com a mesma. Ambas, segundo a filha, passaram por momentos críticos e conturbados em sua infância, o que fez com que se afastasse dela. O contexto que vive atualmente e a leve menção de contato cotidiano com a mãe lhe causa sensação de pavor, situação essa que a levou a tomar decisões drásticas quanto ao cuidado de *K*.

Diante da responsabilidade, a filha instalou a mãe na cidade de Indaial, cidade vizinha de onde mora. Relata ter feito uma pesquisa na região e verificou a efetividade e eficácia dos serviços de atenção psicossocial do município. Desde então, Sra. *K* reside sozinha, sem conhecidos na cidade, fazendo do CAPS seu principal refúgio e fonte de mudanças para restauração de sua vida familiar e social. O avanço na estabilização psíquica dessa usuária foi de suma importância para o fortalecimento desses laços, que estão se restabelecendo de forma cuidadosa.

Durante o tempo em que permanece no serviço, ela conheceu recursos importantes que a empoderaram enquanto pessoa e que não mais existiam em sua percepção. Com o tempo, possibilitou melhores relacionamentos e contatos com pessoas bem quistas em sua vida.

Nesse sentido, quando essa usuária refere que o fato de estar participando da Dança Circular a faz ter assuntos para conversar com pessoas que antes a tinham excluído, é importante e deve ser levado em consideração. Essa informação confirma a potencialidade da Dança Circular, no que abrange seus aspectos relacionados com o lazer, em atuar na reconstrução de laços familiares, comunitários, pessoais, bem como em valores antes esquecidos.

O próximo item a ser avaliado refere-se à prática do lazer. Questionou-se se os usuários costumavam praticar alguma atividade de lazer e quais seriam estas atividades. Essas respostas nos trariam um parâmetro do impacto da Dança Circular na vida dos usuários no caso deles não desenvolverem qualquer outra atividade.

Seis entre os doze entrevistados relataram desenvolver outras atividades de lazer, e o restante dos pesquisados responderam que não desenvolviam qualquer atividade nesse aspecto.

No entanto, os usuários que responderam praticar atividades de lazer, de fato não a praticavam, pois de acordo com seus relatos, as atividades descritas não são objetivadas para este fim. Vejamos as respostas:

Ando de bicicleta, passeio muito de bicicleta na rua. Vou ver minha filha, vou no mercado.

(*B*, 50 anos)

Eu caminho, ando de bicicleta e caminho. Às vezes vou de ônibus também.

(*I*, 40 anos)

Sr. *H* de 57 anos, apesar de relatar não conseguir realizar atividades de lazer, disse:

“Eu não tenho. Mas eu gostava quando eu podia capinar. Às vezes eu lavo uma loucinha, mas quando a dor começa, eu paro.”

Ao analisar essas respostas, percebe-se que toda a atividade de lazer exercida na opinião dos usuários, de fato é uma necessidade da vida prática, da qual necessitam de condução para realizar as atividades que lhes competem, ou são atividades domésticas que também não se caracterizam como atividades de lazer.

O que ocorre é que em meio a total inexistência de atividades de lazer, essas práticas passam a ser consideradas como tal, sendo estas as únicas ações que acabam trazendo sensações positivas no que se refere à existência dessas vivências no cotidiano de suas vidas.

Com esse dado coletado, verifica-se mais uma vez, como já citamos no referencial bibliográfico, o lazer sendo entendido de forma rasa, não garantindo o espaço adequado e não contribuindo com seu devido valor no cotidiano das pessoas.

Sr. *G* de 44 anos referiu não praticar atividades de lazer, mas completou:

Já tive, eu jogava futebol. Parei por causa da doença né.

Esta colocação merece uma análise no que se refere aos impactos que o sofrimento psíquico acarreta na vida do usuário. Para explicar essa questão, é necessário levar em consideração a construção histórica da psiquiatria, quando rotula a pessoa que sofre mentalmente como incapaz, disfuncional, dependente e inapto para conviver socialmente.

O estigma, apesar de alguns anos de luta da Reforma Psiquiátrica, ainda é fortemente sentido pelo usuário, principalmente quando busca exercitar seu direito de interagir socialmente. Sr. *G* não possui problemas físicos, se relaciona praticamente bem com as pessoas, quando aparecem os sinais e sintomas de seu sofrimento, não se apresenta agressivo, nem rude, nem mesmo praticando qualquer comportamento inadequado socialmente. Então, verifica-se que a falta da prática do lazer, como jogar futebol no seu caso, se interrompeu basicamente pelo estigma que sofre ao relatar possuir um transtorno mental.

Devido às condutas estigmatizantes construídas historicamente, nota-se a alienação dos próprios usuários ao não validar o seu fazer, sejam profissionais, familiares, sociais ou de lazer como outras pessoas da sociedade. Essas pessoas também possuem seus sofrimentos, o que os diferenciam é o peso de ser um “paciente psiquiátrico”.

Infelizmente, é comum verificar essa fala nos usuários e verificar o impacto negativo que essa construção histórica da psiquiatria ainda exerce nesses sujeitos. No entanto, poder verificar que ações como a Dança Circular e tantos outros recursos utilizados na atenção psicossocial hoje, possibilitam de forma positiva, o exercício da cidadania e a mudança de olhar, que mesmo muito lento, vem tomando espaço no cuidado aos usuários com sofrimento psíquico.

A última questão da entrevista buscou entender na opinião dos usuários se eles consideravam importante a relação entre saúde mental e o lazer. E em que aspectos esta relação poderia propiciar ganhos para a vida das pessoas. As respostas desse questionamento foram amplas. A Sra. *D* de 60 anos referiu que a relação está pautada em paz, harmonia, dedicação e expressão. Já Sr. *I* de 40 anos relatou que o ganho proporcionado pela relação do lazer e saúde mental é a construção de um novo objetivo de vida:

Ela vai trazer um objetivo na vida. Se você não sabe dançar, você vai aprender. Eu não danço bem, não sei descontrair. Mas eu fico melhor.

A Sra. K relatou:

Assim, eu tenho como me comunicar com os outros através do lazer. É o lazer, senão, eu to só em casa e eu não tenho o que falar. A rotina é de casa né?! Então é rotina. E a dança circular me tira da rotina.

Apesar da falta de esclarecimento dos usuários nos aspectos que permeiam o lazer, o entendimento dessa relação com as atividades proporcionadas para a saúde mental ficou registrado de forma única em cada usuário. Considerando a singularidade de cada sujeito e sua história pessoal, a afirmação da contribuição da Dança Circular para a saúde mental das pessoas que a praticavam apareceu em inúmeras falas. Diante do exposto, conclui-se a análise dos dados com a fala de L, de 54 anos que relatou:

Te dá uma paz, você se sente mais você. Você não pensa nada de ruim, você não fica pensando em coisas ruins igual eu tava, tentando suicídio, como eu fiz, não queria mais viver. Então isso me ajuda, me faz esquecer. A minha preocupação é dançar, dançar direitinho, tentar fazer bonitinho.

Mediante todos os dados relatados percebe-se que a Dança Circular consegue se desenvolver como um ótimo recurso terapêutico se aliado ao tempo de prática mais elevado. Obviamente quando praticado ocasionalmente, os efeitos da dança são positivos, porém momentâneos. Com o tempo de prática e a adaptação dos usuários à dinâmica dessa atividade, os resultados acabam por se materializar na vida cotidiana com mais clareza, a ponto de ser utilizado de forma autônoma pelos praticantes em qualquer lugar ou momento de suas vidas. É importante entender a Dança Circular como um recurso continente e promotor de padrões psíquicos positivos, levando o usuário a desenvolver bons sentimentos sempre que disponível para esta técnica.

Considerando os relatos e o panorama geral dos usuários entrevistados, vale registrar o empenho deles em conseguir repassar o

maior número de informações que proporcionasse a validação desse recurso como realmente terapêutico.

No entanto, o mais recompensador foi à forma positiva com que as informações foram repassadas por eles, ressaltando-se nas falas, nas expressões no momento da entrevista e como lembravam com carinho as rodas de Dança Circular, muito mais do que qualquer palavra proferida no sentido de explicar o que ela proporciona.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Música e movimento sempre estiveram ligados durante toda a história e utilizados para os mais diversos fins, como descrevemos nesse estudo. No entanto, abordagens que envolvem esses componentes juntos podem se mostrar valiosos recursos se entendermos o sentido dessa vivência. É para construir este entendimento que se destinou esse estudo.

Vários eram os questionamentos que permeavam esta técnica, mesmo que já utilizadas como recursos terapêuticos nos serviços de saúde mental. No entanto, este estudo possibilitou um esclarecimento maior de áreas antes não vinculadas, como a associação entre o lazer e a saúde mental, pensada através da Dança Circular.

Sua aplicabilidade foi estudada a fim de descrever as contribuições da Dança Circular no processo terapêutico das pessoas que utilizam deste instrumento na rede pública de saúde mental. O objeto de estudo foi sistematicamente analisado, descrito e aplicado para se conseguir de fato responder o questionamento inicial desse referido estudo, que se empenhou também em entender de que forma ocorre o despertar dos relacionamentos dentro do contexto social em que vivemos, através do viés da Dança Circular no âmbito da saúde e do lazer.

Tinha-se como pressuposto da pesquisa a Dança Circular como instrumento de sensibilização, socialização e resgate de valores humanos. Acreditava-se que a ocorrência de maior interação social se daria através da prática das Danças Circulares, pois possibilitaria a promoção do diálogo entre as pessoas e o desenvolvimento do senso de organização coletivo através do senso rítmico da música e pelo movimento corporal que ela cria.

A Dança Circular no decorrer deste estudo se mostrou como um importante recurso terapêutico para área de saúde mental, levando em consideração alguns aspectos importantes que foram descritos. Nela, possibilitou-se vivenciar atividades que se caracterizariam como atividades de lazer, trazendo a tona essa importante área de abrangência e tão esquecida pelos usuários no decorrer histórico de adoecimento.

A pessoa com sofrimento psíquico, mais especificamente alguns estudados nessa pesquisa, relataram que o adoecimento apareceu

lentamente através do isolamento social, já conhecido pela literatura, como um dos primeiros sintomas que emergem o sofrimento psíquico.

Constatou-se que essa precária convivência social e que deu lugar a sentimentos de solidão, acaba por piorar, ou muitas vezes, estagnar o processo de reabilitação psicossocial. Nesse sentido, buscar a interação social como apoio e suporte necessários para o tratamento é um ponto forte no processo terapêutico do usuário e amplamente possibilitado pela Dança Circular.

Esta dança específica trouxe também o estímulo de algumas habilidades sociais que se mostram precárias no cotidiano das pessoas que sofrem mentalmente, são elas: cumprimentar, abraçar, expressar, comunicar, cooperar, entre tantas outras habilidades sociais possibilitadas em meio à dança. Esses aspectos são trabalhados através da Dança Circular ao se formar juntamente com a musicalidade e aparo grupal, um ambiente seguro para a prática dessas habilidades.

Outro aspecto estudado foi à sensação de pertencimento e capacidade de exercer atividades diversas. Muitos usuários de saúde mental, estigmatizados ao longo dos anos, não acreditam mais serem capazes de exercer com cidadania e satisfação, atividades praticadas antes do adoecimento.

É comum não acreditarem ser capazes de acompanhar uma coreografia justificando sua doença mental como limitadora. Com a prática das Danças Circulares e o resultado estimulante que ela proporciona ao usuário que se entrega para vivência, os participantes da pesquisa acabam por demonstrar autoestima elevada, orgulho de praticar a atividade, de cooperar com o colega, de fazer parte de algo maior e que faz todo o sentido para ele, é o poder da unicidade do grupo.

Neste estudo, emergiu um fator importante e que se relaciona diretamente com a saúde mental dos usuários da região do Vale do Itajaí, que se refere à debilidade da região na oferta das atividades de lazer e na carência de políticas públicas que preveem o desenvolvimento de ações nessa área. Os usuários, agora com maior clareza, pontuam a falta que essas atividades fazem no cotidiano de suas ações e como os usuários poderiam nutrir suas vidas com mais recursos destinados ao lazer. Salientam que o lazer, nas suas diversas atividades, é capaz de trazer a mesma sensação que a Dança Circular, o esquecimento dos problemas.

Muitos foram os depoimentos sobre a Dança Circular possibilitar esse esquecimento. Relatam que a dança possibilita tirá-los da tristeza,

traz um sentimento de bem-estar, deixando os usuários mais contentes e alegres. Este dado não quer dizer que os sintomas do sofrimento cessam, mas sim, que eles não estão no foco da percepção como na maioria dos dias em que não exercem nenhuma outra atividade que possibilite essa modulação.

A Dança Circular faz parte do âmbito do lazer e este se caracteriza como uma dimensão do ser humano que deve ser usufruída como qualquer outra área, sendo também valorizada como tal. Esta área bem instituída permite o desenvolvimento de vários aspectos para a vida do sujeito como aspectos pessoais, sociais e emocionais, tornando-se de suma importância para a manutenção de uma qualidade de vida satisfatória.

Esta questão remete aos estudos que se formaram nas aulas de psicopatologia crítica deste mestrado profissional, do qual se dirige este estudo. Nelas se discutiram o quanto a psiquiatria montou seus pilares anos e anos na construção de padrões de doenças mentais pautadas em sinais e sintomas e que estes, caracterizavam a formação de um sofrimento. No entanto, é correto também afirmar que a loucura é uma construção história e se os usuários não vivenciarem seus sintomas de forma negativa, não necessariamente ele sofre.

Sendo assim, ao se constatar que a Dança Circular possibilita a modulação desses sentimentos, sendo capaz de transformá-los em boas sensações, vale atribuir a Dança Circular a contribuição importante na saúde mental do usuário que dela faz parte. E neste sentido não falamos de doença mental e sim, saúde mental. Então, conclui-se que a Dança Circular contribui para uma vida mais saudável, onde afasta os usuários de sentimentos ruins, negativos e impróprios para seu convívio social, de modo a deixá-los mais felizes e saudáveis.

Constata-se também que a música é um aspecto importante para a eficácia da Dança Circular. Músicas positivas, sejam introspectivas ou extrovertidas, contribuem para melhorar as sensações e garantir o bom relacionamento no grupo. Músicas que sugerem ações e condutas são importantes para o desenvolvimento de algumas habilidades antes perdidas ou não estimuladas, sugerem o contato físico, a aproximação pessoal e a perda da timidez.

Devolver a alegria, a sensação de capacidade, de se tornar útil para o outro, ser importante e fazer parte um todo, talvez seja isso que nos faz humanos e pertencentes de uma unicidade que tanto buscamos. Muito mais do que tratar qualquer tipo de sofrimento, a Dança Circular

nutri boas sensações, bons sentimentos, objetivos positivos e que de alguma forma, fazendo parte de uma rede social que a acolha, devolve a esperança de melhora e a alegria de viver bem.

No que se refere às limitações desse estudo, percebeu-se que as questões burocráticas e os entraves do Comitê de Ética em Pesquisa, acabaram por limitar este estudo no que se refere ao tempo de aplicações, já que o cronograma de ações construído previamente possibilitava maior tempo de investigação e coleta de dados. Por conta do longo período de análise do CEP, as ações foram sintetizadas a fim de acompanhar os prazos de conclusão previstos pelo Programa de Pós Graduação em Saúde Mental e Atenção Psicossocial – Mestrado Profissional.

O tempo de aplicação da pesquisa poderia demonstrar com mais clareza outra limitação apontada pela Dança Circular, evidenciando que os tempos de prática dessas danças interferem nos resultados obtidos pelos seus participantes. Quem pratica a Dança Circular ocasionalmente, obviamente vivencia seus efeitos positivos, no entanto é de forma momentânea. Já os usuários que praticam a Dança Circular por mais tempo, conseguem usufruir de resultados a longo prazo no que se referem aos aspectos sociais, emocionais e físicos, bem como conseguem materializar seus efeitos em outros âmbitos da sua vida, fazendo com que a dança se torne um potente instrumento continente de padrões psíquicos negativos.

A Dança Circular, no entanto, apesar de um importante recurso terapêutico, deve ser devidamente analisada para que de forma eficaz, seja incorporada a clínica, de modo a não virar uma simples atividade de ocupação, nem mesmo causar a impressão de ser um recurso utilizável para todos os males. Uma atividade bem analisada e aplicada devidamente, como prevê a terapia ocupacional, pode ser um potente recurso terapêutico para as pessoas que a utilizam, já que a Dança Circular oportuniza aflorar as potencialidades dos usuários, indo muito além de tratar um sofrimento ou suprimir um sintoma.

REFERÊNCIAS

AMARANTE, P. **Loucos pela vida**: a trajetória da reforma psiquiátrica no Brasil. Rio de Janeiro: Fiocruz, 1995.

AMARANTE, P. **Saúde mental e atenção psicossocial**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2007.

ARAGÃO, D. C. **Dança circular**: uma alternativa motivacional para as aulas de educação física. São Paulo: Faculdade Clube Náutico Mogiano, 2012.

BAHKTIN, M. **Marxismo e filosofia da linguagem**. São Paulo: Hucitec, 1979.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Saúde mental no SUS**: os centros de atenção psicossocial. Brasília, DF: Autor, 2004.

CAMPBELL, J. **O poder do mito**. São Paulo: Palas Athena, 1990.

CAMPOS P. H.; SOARES C. B. A produção de serviços de saúde mental: a concepção de trabalhadores. **Ciência e Saúde coletiva**, v. 8 n.2, 2003.

CAMPOS P. H.; SOARES C. B. Representação da sobrecarga familiar e adesão aos serviços alternativos em saúde mental. **Psicologia em Revista**, Belo Horizonte, v.11, n.19. 2005.

CANZONIERI, A. M. **Metodologia da pesquisa qualitativa na saúde**. 2. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.

COSTA, A. L. Danças: uma herança à disposição de todos. In: RAMOS, R. C. (Org). **Danças Circulares Sagradas: uma proposta de educação e cura**. São Paulo: Triom, p. 19-27,1998.

DUMAZEDIER, J. **Sociologia empírica do lazer**. São Paulo: Perspectiva, 1999.

FLEURY; GONTIJO. As danças circulares e as possíveis contribuições da terapia ocupacional para as idosas. **Revista do Núcleo de Estudo interdisciplinar do envelhecimento**, Porto Alegre, v.9, p.75-90, 2006.

GUTIERREZ, G. L. Lazer, exclusão social e militância política. In: BRUHNS, H. T. (Org). **Temas sobre lazer**. Campinas, SP: Autores Associados, 2001. p. 87-99.

ISAYAMA, H.F. Reflexões sobre os conteúdos físicos – esportivos e as vivencias de lazer. In: MARCELLINO, N.C. (Org). **Lazer e cultura**. Campinas, SP: Alínea, 2007. p. 31-46.

IWANOWICZ, J. B. O lazer do idoso e o desenvolvimento prossocial. In: BRUHNS, H. T. (Org). **Temas sobre lazer**. Campinas, S.P.: Autores Associados, 2001.

JONES, B.T. Introdução à danças circulares. In: RAMOS, R. C. (Org). **Danças Circulares Sagradas: uma proposta de educação e cura**. São Paulo: Triom, 1998.

JUNG, C. G. **Memórias, sonhos e reflexões**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1986.

KAUARK, F.; MANHÃES, F.C.; MEDEIROS, C.H. **Metodologia da pesquisa** : guia prático. Itabuna : Via Litterarum, 2010. 88p

LIBERMAN, F. **Danças em terapia ocupacional**. São Paulo: Summus. 1998.

LUDKE, M.; ANDRÉ, M. E. D. A. **Pesquisa em educação: abordagens qualitativas**. São Paulo, E.P.U., 1986.

MARCELLINO, N. C. Lazer e cultura: algumas aproximações. In: MARCELLINO, N.C. (Org). **Lazer e cultura**. Campinas, SP: Alínea, 2007. p. 09-30.

MEDEIROS S. M.; GUIMARÃES J. Cidadania e saúde mental no Brasil: contribuição ao debate. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 7 n. 3 2002.

MELO, V. A. de; ALVES JUNIOR, E. de. **Introdução ao lazer**. Barueri, SP: Manole, 2003.

MELO, V. A. de. Arte e lazer: desafios para romper o abismo. In: MARCELLINO, N.C. (Org). **Lazer e cultura**. Campinas, SP: Alínea, 2007. p. 65-87.

MESQUITA, J. NOVELLINO, M. CAVALCANTI M. **A reforma psiquiátrica no Brasil: um novo olhar sobre o paradigma da saúde mental**. Rio de Janeiro: UFRJ, 2010

MINAYO, M. C. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 8. ed. São Paulo: Hucitec, 2004.

MINAYO, M. C. Trabalho de campo: contexto de observação, interação e descoberta. _____ (Org). **Pesquisa Social: Teoria, método e criatividade**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013. p. 61-78.

OLIVEIRA, W. F. **A compreensão do fenômeno psíquico na modernidade ocidental e a prática da saúde mental social e higiênica no Brasil**. Cad. Bras. Saúde Mental, Rio de Janeiro, v.4, n.8, p.160-165, jan/jun. 2012.

OSTETTO, L. E. **Para encantar, é preciso encantar-se: danças circulares na formação de professores**. Scielo. 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0101-32622010000100004&script=sci_arttext> Acesso em: 25 out. 2013.

PAIM, I. **Curso de psicopatologia**. 11 ed. São Paulo: EPU, 1993.

PETO, A.C. Terapia através da dança com laringectomizados: relato de experiência. **Rev. latino-americana de enfermagem**. Ribeirão Preto, v. 8, n. 6, p. 35-39, dez 2000.

PIOVESAN, A.M.W. et al. **Análise do discurso e questões sobre a linguagem**. **Rev. X**, v.2, p.1-18, 2006.

PIRES, G.L.; ANTUNES, S.E. Revisitando os interesses intelectuais do lazer mediante as inovações tecnológicas de informação/comunicação. In: MARCELLINO, N.C. (Org). **Lazer e cultura**. Campinas, SP: Alínea, 2007. p.89-118.

PONDÉ, M. P. **Lazer como fator de proteção da saúde mental**. Rev. Cienc. Méd., Campinas, 12 (2): 163-172, abr./jun., 2003.

REZENDE, J. M. **Linguagem médica**. Rev. Patologia Tropical. 2010. Disponível no endereço eletrônico: <http://revista.iptsp.ufg.br/up/63/o/2010_39_2_149_150.pdf> Acesso em 20 de maio de 2015.

RIBEIRO, A. M. Uma reflexão psicanalítica acerca dos CAPS: alguns aspectos éticos, técnicos e políticos. **Rev. Psicol. USP**, v. 16, n. 14. São Paulo, SP: 2005.

ROTELLI, F. LEONARDIS, O. MAURI, D. **Desinstitucionalização**. In: NICÀCIO, F. (Org.). São Paulo, SP: Hucitec, 1990.

SANTOS, I. M., PINTO, L. M. Vivência Lúdica no lazer: humanização pelos jogos, brinquedos e brincadeiras. In: MARCELLINO, N.C. (Org). **Lazer e cultura**. Campinas, SP: Alínea, 2007. p. 171-194.

SCHWARTZ, G.M. Homo expressivus. In: BRUHNS, H. T. (Org). **Temas sobre lazer**. Campinas, SP: Autores Associados, 2001. p. 87-99.

SCHWARTZ, G.M; MOREIRA, J.C. O ambiente virtual e o lazer. In: MARCELLINO, N.C. (Org). **Lazer e cultura**. Campinas, SP: Alínea, 2007. p. 149 – 170.

STOPPA, E. A. Associativismo, sociabilidade e lazer. In: MARCELLINO, N.C. (Org). **Lazer e cultura**. Campinas, SP: Alínea, 2007. p. 119-134.

TEIXEIRA, S. S.; SOUZA, M.T. **A dança circular na revolução de situações problema em aulas de educação física**. Scielo. 2010. Disponível em:

<<http://www.scielo.br/pdf/motriz/v16n4/a26v16n4.pdf>> Acesso em: 16 out. 2013.

THIOLLENT, M. **Metodologia da pesquisa-ação**. São Paulo: Cortez & Autores Associados, 1986.

VEAL, A. J. **Metodologia de Pesquisa em Lazer**. São Paulo, SP: Aleph, 2011.

WOSIEN, B. **Dança: um caminho para a totalidade**. São Paulo: Triom, 2000.

WOSIEN, M. G. **Mitos, danças, mistérios: danças sagradas**. Rio de Janeiro: Almudena, 1997.

APÊNDICES

APÊNDICE A – QUADRO DE APLICAÇÕES DA PESQUISA

1º Aplicação	Total de participantes	17
	Total de pesquisados	12
	Músicas e tempos	Levantar o Braço (2'12") Stay Strong (5'13") Boneca de Lata (3'29") Imagine (3'06")
2º Aplicação	Total de participantes	15
	Total de pesquisados	12
	Músicas e tempos	Lesalie (3'40") Póc Póc (2'02") Circular (4'54") Abraço da paz (1'36")
3º Aplicação	Total de participantes	19
	Total de pesquisados	12
	Músicas e tempos	Aquarela (4'17") Cada bicho tem (2'55") Fliegerlied (3'27") Prefácio (3'17")
4º Aplicação	Total de participantes	18
	Total de pesquisados	12
	Músicas e tempos	Fico assim sem você (3'13") Marreca (2'52") Ip Op (5'31") Escravos de Jó (5'18")
5º Aplicação	Total de participantes	19
	Total de pesquisados	12
	Músicas e tempos	Aeróbica tropical (2'47") Jeff Mixer (2'33") Caveira (3'20") Como uma onda (3'27")

APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

01 de 03

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Título do estudo: LAZER E SAÚDE: A DANÇA CIRCULAR NO PROCESSO TERAPÊUTICO DA SAÚDE MENTAL

Pesquisador responsável: Milena Mery da Silva

Orientador da Pesquisa: Prof. Dr. Ricardo Ricci Uvinha

Instituição/Departamento: Universidade Federal de Santa Catarina / UFSC - Centro de Ciências da Saúde / CCS

Telefone para contato: (47) 3333-4431

Local da coleta de dados: Centro de Atenção Psicossocial I de Indaial

Prezado (a) Senhor (a):

- Você está sendo convidado (a) a participar da pesquisa de forma totalmente voluntária.
- Antes de concordar em participar desta pesquisa, é muito importante que você compreenda as informações e instruções contidas neste documento.
- Os pesquisadores deverão responder todas as suas dúvidas antes que você se decida a participar.
- Para participar deste estudo você não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira.
- Você tem o direito de desistir de participar da pesquisa a qualquer momento, sem nenhuma penalidade e sem perder os benefícios aos quais tenha direito, não acarretando qualquer penalidade ou modificação na forma em que é atendido pelo pesquisador.
- Os pesquisadores se comprometem em cumprir a Resolução CNS nº 466/12, que trata das diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos.
- Sua identidade e informações serão mantidas no mais absoluto sigilo.
- Este termo se apresenta em duas vias, permanecendo uma delas com você.

Objetivo do estudo: Analisar as contribuições das Danças Circulares no processo terapêutico das pessoas que se utilizam deste instrumento na Rede Pública de Saúde Mental do município de Indaial/SC.

Justificativa do estudo: Esta pesquisa justifica-se pela dança circular ser um recurso cultural, são danças de povos, que englobam inúmeros ritmos, cantos e danças de diversas culturas. Ela visa ampliar o conhecimento, em direção ao bem estar físico, mental, emocional e social. O presente estudo tem como problema de pesquisa: Como este instrumento terapêutico já utilizado nas redes de saúde mental e lazer, contribuem para a saúde mental das pessoas que buscam e utilizam este recurso e de que forma se dá o despertar dos relacionamentos dentro do contexto social em que vivemos, através do viés da dança circular no âmbito da saúde e do lazer?

Procedimentos: Sua participação nesta pesquisa consistirá no preenchimento deste questionário, respondendo às perguntas formuladas após a participação da filmagem das Rodas de Dança Circular. A filmagem e as fotografias das Rodas de Dança Circular se efetivarão com o consentimento do usuário, oficializando sua participação espontânea no TCLE (Termo de Consentimento Livre Esclarecido) já apresentado no início da pesquisa.

Riscos: A referida pesquisa, no que tange a ocorrência de riscos, apresenta baixo nível de eventualidades desconfortáveis. No que se refere aos aspectos físicos, podem ocorrer cansaço se as rodas de danças excederem o tempo limite de exercício que cada participante suporta. No entanto, estes riscos serão amenizados com a substituição do movimento, respeitando a motivação e produtividade do sujeito da dança. Importante salientar que nenhuma das rodas excederá os 30 minutos de dança circular e todas serão supervisionadas pela pesquisadora assistente, qualificada para aplicação de tal intervenção. Já de acordo com os demais aspectos (psicológicos, sociais e econômicos), não haverá riscos eminentes.

(Nome e CPF)
Sujeito da Pesquisa/Representante Legal

Milena Mery da Silva (CPF: 036.628.159-31)
Pesquisador Responsável

Benefícios: Como benefício da pesquisa, os sujeitos participantes terão seus aspectos sociais estimulados com o contato grupal. Terão conhecimento das danças circulares e de que forma ela pode contribuir para alívio do estresse gerado pela vida cotidiana. Para participação da pesquisa, o participante não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira. Poderá desistir da pesquisa a qualquer momento, sem penalidade alguma e sem perder os benefícios aos quais tenha direito (como permanecer nos grupos terapêuticos do serviço que será o lócus da pesquisa, o qual foi designado através do projeto terapêutico singular), não acarretando qualquer modificação na forma que será atendimento pelo pesquisador.

Sigilo: As informações fornecidas por você serão confidenciais e de conhecimento apenas dos pesquisadores responsáveis. Os sujeitos da pesquisa não serão identificados em nenhum momento, mesmo quando os resultados desta pesquisa forem divulgados em qualquer forma. Os resultados da pesquisa estarão à sua disposição quando finalizada. Seu nome ou o material que indique sua participação não será liberado sem a sua permissão. Este termo de consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada com o pesquisador responsável e a outra será fornecida a você.

Importante: Se você tiver dúvidas e/ou perguntas sobre seus direitos como participante deste estudo e/ou insatisfeito com a maneira como estudo está sendo realizado, você pode entrar em contato com o comitê de ética em pesquisa (CEP) com seres humanos da Fundação do ABC (FMABC) Situado na Avenida Príncipe de Gales, 821- Bairro Santo André – Santo André/SP. CEP 09.060-650. Telefone: (11) 4993-5453. E-mail: cep@fmabc.br. O comitê de ética e responsável pela avaliação e acompanhamento dos assuntos éticos de todas as pesquisas envolvendo seres humanos, visando assegurar a proteção, a dignidade, e os direitos do sujeito da pesquisa. Segue abaixo os dados de contato dos pesquisadores da pesquisa:

Pesquisador Responsável Dr. Ricardo Ricci Uvinha Email: uvinha@usp.br	Pesquisador Assistente Milena Mery da Silva Email: milena.meryto@gmail
--	---

Eu, _____, portador do documento de Identidade _____ fui informado (a) dos objetivos do estudo "LAZER E SAÚDE: A DANÇA CIRCULAR NO PROCESSO TERAPÊUTICO DA SAÚDE MENTAL", de maneira clara e detalhada e declaro que concordo em participar desse estudo.

Indaial, _____ de _____ de 2015.

 (Nome e CPF)
 Sujeito da Pesquisa/Representante Legal

 Milena Mery da Silva (CPF: 036.628.159-31)
 Pesquisador Responsável

ROTEIRO DE ENTREVISTA SEMI-ESTRUTURADA**“LAZER E SAÚDE: A DANÇA CIRCULAR NO PROCESSO TERAPÊUTICO DA SAÚDE MENTAL”**

Nome:

Idade:

Sexo: Fem. () Mas. ()

Estado Civil: Solteiro () Casado () Divorciado () Outros ()

Escolaridade:

Ocupação:

Estrutura familiar:

Diagnóstico Psiquiátrico:

- 1 - A quanto tempo você pratica as Danças Circulares?
- 2 - A dança circular trouxe alguma contribuição para a sua vida? Quais foram?
- 3 - Como você se sente emocionalmente ao realizar a dança circular?
- 4 - A dança circular ajuda na sua comunicação e/ou expressão de sentimentos? Na sua opinião, como se dá esse processo?
- 5 - Você considera que a dança circular contribui para sua vida social, de que forma se dá essa contribuição?
- 6 - As danças circulares ajudam no seu condicionamento físico? Como se dá esse processo?
- 7 - Em sua percepção, qual a relação que a dança circular mantém com a saúde mental e o lazer?
- 8 - Você costuma praticar alguma atividade de lazer? Qual é a atividade?
- 9 - Você considera importante a relação entre saúde mental e lazer? Em que aspectos esta relação pode propiciar ganhos para a vida do ser humano?

(Nome e CPF)
Sujeito da Pesquisa/Representante Legal

Milena Mery da Silva (CPF: 036.628.159-31)
Pesquisador Responsável

APÊNDICE C - CARACTERIZAÇÃO DOS SUJEITOS DA PESQUISA

Quadro 1 – Idade, Sexo, Estado Civil e Diagnóstico Psiquiátrico.

Entrevistado	Idade	Sexo	Estado Civil	Diagnóstico Psiquiátrico
A	40	Feminino	Solteira	CID 10 - F 20 - Esquizofrenia
B	50	Masculino	Solteiro	CID 10 - F 20 - Esquizofrenia
C	45	Masculino	Solteiro	CID 10 - F 70 - Retardo Mental Leve
D	61	Feminino	Viúva	CID 10 - F 20 - Esquizofrenia
E	62	Masculino	Casado	CID 10 - F 33 - Transtorno Depressivo Recorrente
F	44	Masculino	Casado	CID 10 - F 20 - Esquizofrenia
G	44	Masculino	Casado	CID 10 - F 20 - Esquizofrenia
H	57	Masculino	Casado	CID 10 - F 20 - Esquizofrenia
I	40	Masculino	Solteiro	CID 10 - F 20 - Esquizofrenia
J	60	Feminino	Divorciada	CID 10 - F 20 - Esquizofrenia
K	52	Feminino	Divorciada	CID 10 - F 20 - Esquizofrenia
L	54	Feminino	Casada	CID 10 - F 33 - Transtorno Depressivo Recorrente

Quadro 2 – Escolaridade, Ocupação e Estrutura Familiar.

Entrevistado	Escolaridade	Ocupação	Estrutura Familiar
A	Ensino Fundamental Incompleto	Aposentada por Invalidez/ Catadora de lixo ⁴	Pai, mãe, dois filhos e um irmão
B	Ensino Fundamental Incompleto	Aposentado por Invalidez	Irmão
C	Analfabeto ⁵	Aposentado por Invalidez	Mãe e pai
D	Ensino Médio Completo	Aposentada por Invalidez	Filha, genro e uma neta
E	Ensino Médio Completo	Auxílio Doença	Esposa, uma filha, genro e dois netos
F	Ensino Fundamental Incompleto	Aposentado por Invalidez	Esposa
G	Ensino Fundamental Completo	Auxílio Doença	Esposa, um filho e a prima da esposa
H	Ensino Fundamental Incompleto	Aposentado por Invalidez	Esposa e dois filhos
I	Ensino Médio Incompleto	Aposentado por Invalidez	Irmã, cunhado e dois sobrinhos
J	Ensino Fundamental Incompleto	Aposentada por Invalidez	Mãe
K	Ensino Fundamental Incompleto	Aposentada por Invalidez	Reside sozinha
L	Ensino Médio Completo	Auxílio Doença	Filha e dois netos

⁴ Mesmo aposentada por invalidez, usuária exerce a atividade laboral de catadora de lixo informalmente.

⁵ O TCLE foi assinado pelo próprio usuário com o consentimento e assistência dos familiares.

APÊNDICE D – TRANSCRIÇÃO DAS ENTREVISTAS**1 - Há quanto tempo você pratica as Danças Circulares?**

Entrevistado 1 – 4 anos.

Entrevistado 2 – 4 anos.

Entrevistado 3 – 4 anos.

Entrevistado 4 – 4 anos.

Entrevistado 5 – Olha, eu nunca participo. Já dancei, dancei muito na minha vida, mas circular não! Faz um ano e meio, mais ou menos.

Entrevistado 6 – Faz 3 semanas. Nunca tinha ouvido falar, a médica sempre falava se eu queria vim né, mas eu nunca prestei atenção nela assim né, no que ela falava, daí eu não vinha, agora eu venho né... Ô é legal pra caramba. Não vejo a hora que chega quarta feira. Distrai a gente né... distrai.

Entrevistado 7 – Cerca e 1 ano

Entrevistado 8 – 4 anos

Entrevistado 9 – 4 anos

Entrevistado 10 – 2 anos

Entrevistado 11 – 4 anos

Entrevistado 12 – 4 anos

**2 - A dança circular trouxe alguma contribuição para a sua vida?
Quais foram?**

Entrevistado 1 – *Sim, é bom. Alegre, felicidade, boa música.*

Entrevistado 2 – *É muito bom, porque mexe com o corpo né, mexe com as pernas, eu acho bom.*

Entrevistado 3 – *Ajudou, porque eu tava deprimido, tu que sabe né. Agora eu to bem, to com vocês hoje porque vocês me ajudaram. A dança circular é o seguinte... Como eu posso explicar, meu Deus... ela tira a gente da tristeza.*

Entrevistado 4 – *Pra mim sim, trouxe pra mentalidade, pro raciocínio, como eu vou dizer, é mais rápido né, a mente fica mais rápida. Pra mim trouxe só benefício.*

Entrevistado 5 – *Trouxe, ela deixa esquecer os problemas que a gente tem, e a gente sente assim... o corpo né, mexe com o corpo. É um exercício físico, então a gente sente né. Tu não fica naquilo né, não fica parado pensando besteira, pensando como tô em casa, pensando lá: quero morrer, quero isso, quero aquilo. Então aqui a gente tá junto com o grupo e a gente sente né. A gente se sente bem né. Muito bom.*

Entrevistado 6 – *Traz sim, eu fico mais feliz né. Porque anima a gente dançar um pouco, a gente se dá bem com todo mundo né. É bom.*

Entrevistado 7 – *Trouxe já, bem estar assim, faz bem. Ela me ajuda assim, ela tira aquela... o dia que to assim mais triste, ela me deixa mais alegre. Eu fico melhor.*

Entrevistado 8 – *Ah Milena, vou dizer uma coisa, pra dor não, a dor continua direto né, é porque tem às vezes que eu não posso nem aguentar, então eu não gosto nem de reclamar, porque não adianta reclamar. Pra mim trouxe bastante, porque a gente se esquece das coisas, a gente se esquece. É que eu sempre penso na mãe e no pai. Então isso já me ajudou sabe, sai da cabeça. E depois tem as pessoas*

que a gente gosta também né. Isso que ajuda né. Dai a gente se esquece do pai e da mãe, mas quando para, volta tudo de novo sabe.

Entrevistado 9 – *Ajuda nos pensamentos. A dança ajuda nos pensamentos. Ela faz o pensamento ir embora. Como é que eu vou explicar... ela não deixa vim pensamento ruim. Ela distrai, distrai, distrai a pessoa.*

Entrevistado 10 – *É que a gente vê os outros dançando e a gente aprende a dançar. E aquilo me faz bem, porque eu amo isso sabe, quando eu vou no salão eu gosto de dançar, desde de menina eu gostava, né. Então eu aprendo com os outros, que nem o G. que dançou tão bem, você que dança tão bem, que sabe bem já tudo, como é que vai, como é que não vai né, então eu gosto muito disso sabe, então me ajuda isso. E me ajuda na cabeça, porque em casa em fico pensando nas coisas que passou aqui sabe, tudo quanto é grupo que passa aqui passa em casa, dai não tem tempo de ficar resmungando, falando coisa que não é, eu esqueço entende. Como agora eu to boa como nunca né, não tenho mais pensamento ruim nada, nada, nada. Durmo bem.*

Entrevistado 11 – *Acho que contribuiu. Porque assim, quando eu to dançando eu esqueço os problemas, eu esqueço assim, que eu não tenho muito problema, meu problema todo é com a minha filha né. Mas eu esqueço daquilo ali e foco somente naquilo, na dança, na coreografia e esqueço de tudo. Eu adoro dançar, só que eu não tenho mais saco de ir a baile, ou clube, ou de estar paquerando, de arranjar alguém pra dançar. Então isso aqui, aquilo que eu fazia quando eu era nova, eu faço aqui.*

Entrevistado 12 – *Trouxe, me deixou mais animada. Antigamente, agora que eu to meio depressiva, to com problemas em casa, mas lembra? Eu era mais animada. A dança me ajuda a encontrar meus amigos, a abraçar um ao outro, deixa mais leve, mais... ah tudo.*

3 - Como você se sente emocionalmente ao realizar a dança circular?

Entrevistado 1 – Coração bate mais forte. O namorado estava junto. Com música lenta eu choro.

Entrevistado 2 – Alegria, é bom né.

Entrevistado 3 – Eu me sinto bem. Posso ir pra casa sozinho, não preciso de ninguém, pedir socorro, eu to muito bem com vocês aqui, porque eu tava deprimido.

Entrevistado 4 – Ela me dá bom sentimento, me traz assim um conforto, uma alegria, fico mais contente. Com todas as músicas. Assim por exemplo, cada palavra que falam às vezes mexe muito contigo também né, emocionalmente. A gente presta atenção, então a gente fica melhor né, vem aquele sentimento da música e das palavras que falam, a gente presta atenção, então a gente se sente bem melhor.

Entrevistado 5 – Eu só me sinto bem né, me sinto bem. Aqui não dá tristeza.

Entrevistado 6 – É uma emoção grande, boa. Emoção de felicidade com todas as músicas.

Entrevistado 7 – Sentimento de alegria, todas as músicas trazem alegrias, são boas.

Entrevistado 8 – É gostoso. Eu sinto assim um alívio, a gente se sente melhor sabe, a gente tá na casa é como se fosse uma família sabe. A gente se esquece de tudo, a gente tá num lugar como se fosse dizer, tudo irmão assim, né. Então a gente fica mais aliviado sabe, tira as coisas da cabeça né. Mas quando a gente para, parece que volta tudo de novo. Dai parece que to vendo o pai e to vendo a mãe.

Entrevistado 9 – Eu me sinto emocionado, me sinto melhor entedesse?! É uma emoção boa. Alegria.

Entrevistado 10 – *Que eu to aprendendo, eu fico bem feliz. Eu gosto de dançar sabe, mas eu tenho que aprender. Aquele que tá do lado ajuda, às vezes tu dá um passo errado, ele ajuda fazer mais um, mais um daí encaixa de novo e tudo de novo. Eu gostei daquele um alto, acho que é o seu G., ele me ajudou na dança.*

Entrevistado 11 – *Uma alegria muito forte. Uma adrenalina. É boa, bem boa.*

Entrevistado 12 – *Me vem um sentimento de paz, um alívio. Eu me sinto uma outra pessoa. E essa pessoa é melhor.*

4 - A dança circular ajuda na sua comunicação e/ou expressão de sentimentos? Na sua opinião, como se dá esse processo?

Entrevistado 1 – *Ajuda, é bom. Eu não consigo dançar tudo. As pessoas percebem um pouco, mas não saiu da dança, fico triste quando não consigo dançar, daí eu fico parada na roda, só ouvindo a música.*

Entrevistado 2 – *Ajuda, desde que começou a dança circular eu gostei, eu acho ela muito boa.*

Entrevistado 3 – *Ajuda porque me tirou da tristeza, porque foi melhor a dança. Ajuda a me expressar melhor, porque eu posso sair daqui agora e ir pra casa, eu to contente, eu to contente, eu to muito contente.*

Entrevistado 4 – *Ajuda, a gente se sente bem melhor. No grupo a gente tem amizade, a gente conversa bastante. Com as mãos dadas a gente sente amor um pro outro, a gente sente a amizade, o amor verdadeiro de cada um. Vai dando as mãos ali é uma coisa positiva, coisa verdadeira.*

Entrevistado 5 – *Ajuda. Eu não sei explicar isso. A gente fica conversando com um, com outro, dança com um, dança com outro. Faz bem pela amizade, bastante amizade né.*

Entrevistado 6 – *Ajuda porque a gente escuta e a gente fica mais animado e daí conversa co um e conversa com outro. A gente conversa*

com um monte de gente aqui que não tinha visto né, e a gente começa a se conhecer. Faz mais amizade.

Entrevistado 7 – *Sim, ajuda, consigo mais. Me ajuda bastante, no meu jeito de ser.*

Entrevistado 8 – *Ajuda, a gente se dá mais com as pessoas sabe?! Conversar melhor com as pessoas. Porque quando a gente tá aqui, tá cantando, a gente tá unido sabe, daí aquele abraço, essas coisas, então a gente sabe se dá né. Eu era também mais tímido sabe?! Eu não se dava com as pessoas. Eu era bem tímido. Eu nunca fui de abraço, depois que eu conheci você e outras pessoas aqui dentro, eu comecei a me dar mais com as pessoas.*

Entrevistado 9 – *Consegue, a gente consegue passar pro outro aquilo que a gente sente. Passa alegria.*

Entrevistado 10 – *Ajuda. Por causa dos gestos, a gente fica mais equilibrado.*

Entrevistado 11 – *Acho, porque eu me comunico com todo mundo, como se todo mundo fosse igual a eu, mas quando eu saí daqui não, é diferente.*

Entrevistado 12 – *Sim, é interagindo com os amigos. Aquela dança faz você não pensar que nem eu tava, pensando coisas ruins. Aquela hora que eu saí, eu saí porque atrapalha os amigos. Eu não estava conseguindo acompanhar direito e eu gosto de fazer tudo certinho. Como eu tava com problema, eu tive que sair aquela hora pra falar com outra pessoa porque você estava ocupada.*

5 - Você considera que a dança circular contribui para sua vida social? De que forma se dá essa contribuição?

Entrevistado 1 – *Arrumo mais amigos, arrumei até um namorado.*

Entrevistado 2 – *Eu acho que sim, converso com todo mundo né. Não tô de mal com ninguém aqui no CAPS.*

Entrevistado 3 – Ajuda, porque agora eu vou contigo pra fora, pra representar, eu vou contigo pra FURB, onde vocês ir eu vou junto agora, não tem esse negócio de dizer: ah o C. não vai, eu vou sim!! (entre risos, completa: Só se não tiver lugar, daí eu não vou né...) Ajuda pra sair, passear, ir em outros lugares.

Entrevistado 4 – ajuda, porque a gente já convive com as pessoas né, e lá fora é melhor ainda pra você ter mais comunicação, mais raciocínio, tudo isso aí ajuda,

Entrevistado 5 – Ajuda, mas é bom fazer a dança, não sei se é por causa do grupo que tá junto né, e outras coisa, sei lá, dá pra fazer.

Entrevistado 6 – Faz eu ter mais amigos, conversar mais.

Entrevistado 7 – Consigo viver melhor, porque a dança ajuda bastante para o convívio social com as pessoas. Porque nós estamos num grupo, somos amigos.

Entrevistado 8 – Melhorou porque você conversa com a gente e na dança, com todo mundo, ta tudo bem.

Entrevistado 9 – Conseguo interagir, consegue fazer uma coletividade. Coletividade vem de coletivo né? Tudo junto. A gente faz isso porque tá todo mundo unido, a gente tá junto. Não tá sozinho.

Entrevistado 10 – A gente tem outro jeito no meio das pessoas depois em casa, fora, na rua, como eu vendo, eu vendo, eu tenho mais jeito, pra mim tudo me ajuda. Eu to vendendo cada vez mais Milena, vendi pra uma menina 18 calcinhas ante ontem. Porque eu to bem. Hoje eu fiquei com medo, pensei assim: não vou acertar, mas foi tão ótimo.

Entrevistado 11 – Contribui. Mas aqui dentro todo mundo é igual. Eu sei me comunicar, ir brincar, conversar com todo mundo, porque todo mundo é igual a eu. Eu consigo fazer isso. Dá a mão, dar um abraço. Coisa que eu não consigo fazer na rua, e muito menos em casa né.

Entrevistado 12 – Sim.

**6 - As danças circulares ajudam no seu condicionamento físico?
Como se dá esse processo?**

Entrevistado 1 – Sim, ajuda porque eu estou emagrecendo.

Entrevistado 2 – Ajuda, mexe bastante o corpo né.

Entrevistado 3 – Fico melhor, eu ando de bike também né.

Entrevistado 4 – Pra caminhar ajuda, a gente movimenta bastante as pernas, então ajuda também o movimento. Ajuda bastante, o movimento, tudo é melhor pra ti, daí tu faz o movimento, daí tu faz a circulação, anda pra lá, anda pra cá. Aqueles passinhos pra lá, pra cá, daí já ajuda né.

Entrevistado 5 – Ajuda sim. Falando a verdade aqui é bom, além da dança, tudo que tem aqui é bom fazer sabe, então a gente não se sente bem é em outro lugar. O ambiente aqui é bom. Parece que Deus tá iluminando aqui dentro. Lá em casa não ilumina nada, entendeu?!

Entrevistado 6 – Ajuda, eu me sinto melhor. A gente se mexe bastante né.

Entrevistado 7 – Sim, a gente se sente melhor. Me sinto melhor no condicionamento físico. Eu fico muito parado né, não me movimento. Eu não consigo andar muito, sinto muita fraqueza né, sair muito, andar, daí eu fico mais parado em casa.

Entrevistado 8 – Eu sinto muita dor. Mas a dor é a mesma, mas eu faço força pra segurar ali aquelas horas entendeu?!

Entrevistado 9 – Ajuda, melhora as pernas entendeu. Dá uma descontração nas pernas, fica melhor, mais ágil, descontraí.

Entrevistado 10 – Ajuda porque não dói as pernas mais, a gente dança, eu danço assim de manhã quando eu levanto, eu danço as músicas sertanejas que tem na rádio, eu danço sozinha, aquilo tudo me ajuda. Olha, eu não podia mais andar de ônibus que não conseguia mais subir

e descer. E agora eu vou embora. Eu pagava táxi e gastava uma nota de ida e volta. E agora eu tô boa.

Entrevistado 11 – *Sim, me ajuda muito.*

Entrevistado 12 – *Você consegue mais movimento, você consegue andar melhor. Que nem eu, que me tremo bastante, consigo caminhar melhor. Ativa minha musculatura, não sinto tanto cansaço pra andar, caminhar.*

Neste momento da entrevista foi necessário incluir a seguinte pergunta: Você sabe o que é lazer?

Entrevistado 1 – *Não.*

Entrevistado 2 – *Pô, eu sabia. Mas minha cabeça agora.*

Entrevistado 3 – *Não.*

Entrevistado 4 – *Sim, é fazer alguma coisa importante, que você goste.*

Entrevistado 5 – *Eu to 6, 7 anos sem lazer. Eu gostava de fazer coisas no trabalho, eu trabalhava na Hering, depois eu ia pra festas, dança, baile. A pessoa sem lazer sua vida piora. Sem lazer você não tem nada, fica só se preocupando com as coisas.*

Entrevistado 6 – *Não sei.*

Entrevistado 7 – *Sei.*

Entrevistado 8 – *Lazer acho que é... Não sei né Milena, mas acho que é uma coisa assim: saúde, limpeza, higiene, eu acho que pra mim é isso né, não sei né.*

Entrevistado 9 – *Lazer é participar de atividades.*

Entrevistado 10 – *Atividade de lazer é fazer um trabalho, é ajudar os outros, é fazer os grupos, é fazer uma coisa boa.*

Entrevistado 11 – *Sim, é... o lazer é um divertimento né. Eu to me divertindo e ao mesmo tempo aprendendo com meus colegas que tem outros tipos de problemas, e que eu vou aprendendo com eles, a lidar com problemas meus através deles.*

Entrevistado 12 – *Sim.*

Após a explicação breve do que é lazer, questionou-se se eles consideram a dança circular como atividade de lazer?

Entrevistado 1 – *Sim, porque é bom, a gente dança, namora.*

Entrevistado 2 – *Eu acho que é, né.*

Entrevistado 3 – *Sim, é bom também. Porque se eu não tiver nada pra fazer eu fico doente. Tem que pegar e fazer alguma coisa. E assim eu tô bem.*

Entrevistado 4 – *Sim, é lazer porque é gostoso de fazer.*

Entrevistado 5 – *Considero.*

Entrevistado 6 – *É lazer porque deixa a gente contente né.*

Entrevistado 7 – *É sim. Porque ajuda né, ajuda no desenvolvimento da parte emocional.*

Entrevistado 8 – *Sim.*

Entrevistado 9 – *É um lazer. Porque é dança, toda dança é lazer.*

Entrevistado 10 – *Ajuda porque a gente aprende com os outros. A dança circular é uma atividade de lazer e ajuda na saúde mental, sem dúvida.*

Entrevistado 11 – *Sim, é lazer.*

Entrevistado 12 – Sim, ela ajuda na saúde mental e no lazer.

7 - Em sua percepção, qual a relação que a dança circular mantém com a saúde mental e o lazer?

Entrevistado 1 – Não sei, tenho que aprender mais (se refere aos passos).

Entrevistado 2 – Eu acho que é né, ela mexe muito com a memória da pessoa, mexe muito, mexe o corpo, pra lá e pra cá.

Entrevistado 3 – Não respondeu.

Entrevistado 4 – Ajuda porque ela desenvolve bastante o teu pensamento, teu desenvolvimento pessoal, é uma coisa bacana assim pra gente. O lazer também ajuda na saúde mental, porque você distrai um pouco né, você sai um pouco daquela continuidade sabe, muda um pouco o teu.... você esquece mais os problemas porque você está mais prestativa a atenção na música, na dança, mais concentrada. Desfoca um pouco daquele problema que a gente tem.

Entrevistado 5 – A lazer e dança é bom, porque a gente não se preocupa com coisas da vida da gente. A gente tá ali com o grupo. A gente só fica... como é que se diz... Concentrado ali naquela dança.

Entrevistado 6 – Ajuda. A gente pensa coisa melhor. Pára de pensar besteira.

Entrevistado 7 – Ajuda, a gente tendo lazer ajuda né, porque se a gente não tem nenhum lazer não tem como ter assim pra ajudar a gente né, o lazer assim ajuda, né.

Entrevistado 8 – Ela ajuda Milena, ajuda a gente a se esquecer, e a gente fica mais contente sabe, quando a gente vê as pessoas que a gente se dá também. E a música ajuda também.

Entrevistado 9 – A pessoa fica mais alegre, não tem pensamento.

Entrevistado 10 – Ela ajuda porque eu fico pensando como é que eu vou fazer aquele (se refere ao passo), o G. como é que ele sabe né, o teu jeito, a L. também, então eu fico pensando nessas pessoas que sabem bem né, como é bonito e aquelas que não sabem, depois elas vão aprendendo e vão embora. É tão engraçado.

Entrevistado 11 – Dançando melhora a saúde mental, porque eu tenho novidade, eu tenho pessoas que entram no, eu não entendo nada de computador, é orkut? Face! Tem pessoas que entram no face pra ver tudo isso, eu tenho parente que entra no face pra me ver. Eu tenho amigas que entram de tudo, Tubarão, Porto Alegre, São Lourenço. Todos eles entram no face, eu entro em comunicação com eles e tenho o que falar.

Entrevistado 12 – Tem relação, mas não sei explicar.

8 - Você costuma praticar alguma atividade de lazer? Qual é a atividade?

Entrevistado 1 – Tem relação, mas não sei explicar.

Entrevistado 2 – Ando de bicicleta, passeio muito de bicicleta na rua. Vou ver minha filha, vou no mercado.

Entrevistado 3 – Andar de bicicleta.

Entrevistado 4 – Não respondeu.

Entrevistado 5 – Não tem lazer há cerca de 7 anos.

Entrevistado 6 – Não tem lazer.

Entrevistado 7 – Não. Mas já tive, eu jogava futebol. Parei por causa da doença né.

Entrevistado 8 – Eu não tenho. Mas eu gostava quando eu podia capinar. Às vezes eu lavo uma loucinha, mas quando a dor começa, eu paro.

Entrevistado 9 – *Eu caminho, ando de bicicleta e caminho. Às vezes vou de ônibus também.*

Entrevistado 10 – *Sim, eu unjo os doentes com óleo santo e visito os doentes.*

Entrevistado 11 – *Todas as minhas atividades de lazer são aqui no CAPS, eu não tenho nada fora. Tudo aqui. Ah lá fora eu tenho uma atividade mas não sei se vou continuar, que é caminhar. Porque eu vou fazer um tapete aqui agora.*

Entrevistado 12 – *Não, nenhuma. Só o que eu faço aqui. Não consigo fazer em outros lugares. Não me sinto bem. Eu fico um pouquinho e vou embora. Já me dá aquela agonia, não gosto do que as pessoas estão conversando e vou embora.*

9 - Você considera importante a relação entre saúde mental e lazer? Em que aspectos esta relação pode propiciar ganhos para a vida do ser humano?

Entrevistado 1 – *É bom.*

Entrevistado 2 – *Ajuda no desenvolvimento do corpo, acho que é isso aí.*

Entrevistado 3 – *Ajuda, ajuda bastante, eu sei porque eu tô aqui, eu respeito todo mundo, eu não sou malcriado, eu não sou nada, eu gosto de vocês muito muito muito. Quando vocês ir agora ensaiar, representar, eu vou junto, pode botar que eu vou.*

Entrevistado 4 – *Muita paz, harmonia, dedicação, expressão, muita coisa.*

Entrevistado 5 – *É muito bom. Então a gente se sente muito bem. Agora no meu caso, eu saio fora daqui e não me sinto bem. Eu tô em casa não me sinto bem. Não sei fazer nada e não tenho vontade pra nada, entendeu?!*

Entrevistado 6 – *A gente fica bem com os amigos, daí é legal.*

Entrevistado 7 – *A gente te um ganho grande né, grande na saúde né. Vai ajudar bastante né, a gente tá digamos, muito debilitado né, daí com a atividade ali ajuda bastante.*

Entrevistado 8 – *Ajuda a gente esquecer sabe, esquecer outras coisas. A gente esquece as coisas de ruim e só vem coisa boa.*

Entrevistado 9 – *Ela vai trazer um objetivo na vida. Se você não sabe dançar, vou vai aprender. Eu não danço bem, não sei descontrai. Mas eu fico melhor.*

Entrevistado 10 – Não respondeu.

Entrevistado 11 – *Assim, eu tenho como me comunicar com os outros através do lazer. É o lazer, senão, eu to só em casa. Eu não tenho o que falar. A rotina de casa é casa né?! Então é rotina. E a dança circular me tira da rotina.*

Entrevistado 12 – *Te dá uma paz, você se sente mais você. Você não pensa nada de ruim, você não fica pensando em coisas ruins, igual eu tava, tentando suicídio, como eu fui, não queria mais viver, Então isso me ajuda, me faz esquecer. A minha preocupação é dançar, dançar direitinho, tentar fazer bonitinho, mas eu não tava conseguindo hoje, eu não tava legal. Eu queria fazer bonito.*