

DIÁLOGOS SOBRE SAÚDE EM UM CONTEXTO DE PANDEMIA

Dênis Davi Oliveira Decussatti – IFPB

Amanda Araújo Nóbrega - IFPB

Edna Nunes Medeiros - IFPB

Délis Conceição Nascimento Gonçalves – IFPB

Resumo: O projeto “Diálogos - reflexões sobre saúde na cidade de Santa Luzia – PB” objetivou despertar em seus participantes diferentes percepções sobre seu estado de saúde. Para tanto, o projeto promoveu encontros via Google Meet destinados a discutir temáticas ligadas a área da saúde.

Palavras-chave: Saúde Mental; Educação Física; Diálogo.

Estes encontros foram planejados para pais e mães da escola Eci Coêlho Lisboa, bem como do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba (IFPB)- campus Santa Luzia-PB. Desse modo, entendemos que há necessidade de se buscar novos caminhos, outros sentidos, sobretudo, no âmbito da saúde. Nessa direção, a necessidade de gerenciarmos melhor o nosso tempo revelou-se como algo fundamental para mantermos o prazer em nossas atividades e, com isso, cuidarmos da nossa saúde mental.

DIALOGUES ABOUT HEALTH IN A PANDEMIC CONTEXT

Abstract: The project “Dialogues - reflections on health in the city of Santa Luzia – PB” aimed to awaken in its participants different perceptions about their health status. To this end, the project promoted meetings via Google Meet to discuss topics related to the health area. These meetings were planned for parents of the Eci Coêlho Lisboa school, as well as of the Federal Institute of Educa-

Keywords: Mental Health; Physical Education; Dialogue.

tion, Science and Technology of Paraíba (IFPB) - Santa Luzia-PB campus. Thus, we understand that there is a need to seek new paths, other meanings, especially in the field of health. In this direction, the need to better manage our time proved to be fundamental to maintain pleasure in our activities and, with that, to take care of our mental health.

1. INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, a preocupação das pessoas com a sua saúde cresce gradativamente. Facilmente, podemos observar este crescimento, ao analisarmos a quantidade de pesquisas realizadas na área da saúde. Repensar a própria saúde tem se tornado uma prática cada vez mais incentivada em nossa sociedade.

De algum modo, percebemos que este repensar da saúde tornou-se ainda mais urgente no atual estado pandêmico que vivemos. Em outras palavras, vivenciar uma pandemia parece ter despertado nas pessoas a necessidade de repensarem sua saúde como um todo. A constante construção do nosso EU, destacada por Bauman (2009), tornou-se mais evidente nos dias de hoje.

Buscando auxiliar as pessoas a refletirem sobre seu estado de saúde, criamos um projeto intitulado “Diálogos – reflexões sobre saúde na cidade de Santa Luzia-PB” que, por sua vez, oportunizou discussões desta natureza. Para Nóbrega (2008), nossas escolhas estão alinhadas com nossa subjetividade. Assim, entendemos que refletindo sobre pontos importantes da nossa saúde, de algum modo, provocamos a subjetividade de cada um e, conseqüentemente, as escolhas que farão no futuro.

Sendo assim, o objetivo deste artigo é compartilhar experiências vividas nas rodas de conversa realizadas no projeto “Diálogos – reflexões sobre saúde na cidade de Santa Luzia-PB”. Especificamente, apresentaremos as reflexões construídas em rodas de conversa dos seguintes convidados: Profissional de Educação Física, Psicólogo e Grupo de Pesquisa ligado a temática da felicidade.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A área da saúde, de uma maneira geral, tende a uma supervalorização da concepção biológica em detrimento de aspectos não biológicos. Este comportamento da área pode ser observado claramente na disciplina de Educação Física. Para Ginciene e Matthiesen (2018), em Educação Física, há notoriamente uma valorização dos conteúdos procedimentais em relação aos atitudinais. Tal valorização dos conteúdos procedimentais identificados na disciplina representa uma valorização do biológico, tendo em vista que os conteúdos procedimentais visam a melhoria da saúde biológica do

ser. É evidente que abordar disciplinas que buscam a saúde biológica é algo positivo. O questionamento se dá à medida que outros aspectos importantes da saúde do ser humano são esquecidos e não contemplados.

Nesta mesma linha de raciocínio, Nóbrega, Mendes e Gleyse (2016) nos alertam para um predomínio da abordagem biomédica e de valorização do alto rendimento encontrado na Educação Física. Assim como Ginciene e Matthiesen (2018), Nóbrega, Mendes e Gleyse (2016) destacam a preocupação que há em valorizar estes aspectos e, com isso, deixar de aproveitar todo o potencial educativo que a Educação Física tem a oferecer.

Somando aos autores citados, Nóbrega e Andrieu (2018) realizaram um levantamento de todos os textos brasileiros e franceses que apresentam o corpo como principal temática. O resultado desta investigação aponta uma ênfase na perspectiva biológica. Embora esta pesquisa mostre o corpo biológico como destaque, neste mesmo texto, os autores sugerem que o século XX começa a resgatar uma perspectiva do corpo animado e subjetivo, ou seja, um contraponto ao biológico tão explorado.

Na busca deste contraponto, Gonçalves e Azevedo (2008) realçam as aulas de Educação Física como um espaço para oportunizar aos alunos uma compreensão crítica sobre corpo humano. Para os autores, estas mesmas aulas podem questionar o corpo analisado em uma única perspectiva e, com isso, ampliar a concepção difundida socialmente. De acordo com os autores, a Educação Física deveria servir para formar criticamente o sujeito (aluno) em seu processo de aprendizado, de conscientização e de aquisição de conhecimentos e experiências para a vida, respeitando as diferenças e o próprio corpo.

Assim, em concordância ao que foi apontado por Nóbrega e Andrieu (2018), trazemos ainda a contribuição de Almeida et al. (2018) que, por sua vez, evidencia o corpo nos dias de hoje como um lugar de experiências primordiais, ou seja, para além de reduzi-lo aos aspectos biológicos. É neste contexto que este projeto atua, dialogando sobre os aspectos da saúde do corpo humano buscando sempre uma ampliação deste debate.

A ampliação desta discussão envolve pensar o corpo de uma maneira ampliada. As relações que o corpo estabelece com questões do seu cotidiano precisam ser discutidas. Pontos como gestão

do tempo nos dias de hoje, bem como, prazer na realização de suas atividades são essenciais ao pensar sobre saúde. É atento a estes debates que este projeto acontece.

3. METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de um relato de experiência construído a partir do projeto de extensão intitulado: “Diálogos – reflexões sobre saúde na cidade de Santa Luzia-PB”. Trabalhos como este valorizam o contato direto e prolongado do pesquisador com o ambiente observado.

Neste pensar, este tipo de escrita valoriza a experiência vivida que, por sua vez, é o ponto de partida e de chegada em trabalhos dessa natureza. A experiência vivida é dada ao conhecimento sempre por mediação da linguagem (fala, escrita, desenho, dança, teatro...) (BICUDO, 2011).

Moreira (2004) nos lembra que, ao observar o vivido, o pesquisador vai aprender com quem já viveu tal experiência. Assim, os sentidos não se revelam de modo imediato, mas manifestando-se no decorrer da nossa vivência.

Em relação a caracterização deste trabalho, pertence a Área da Saúde, enquanto área temática. No tocante a área do conhecimento, está ligada à Educação Física e, ainda, a linha temática de Esporte e Lazer.

A intervenção do projeto de extensão ocorreu no período entre 01/03/2021 a 31/12/2021. Neste período, o projeto promoveu encontros via Google Meet destinados a discutir temáticas ligadas a área da saúde. É importante lembrar que neste mesmo período o país estava em um momento de pandemia e, por esta razão, havia uma orientação das instituições de saúde em manter o distanciamento social, portanto, promover encontros exclusivamente via plataformas de ensino remoto.

Estes encontros foram planejados para pais e mães da escola Eci Coêlho Lisboa, bem como do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba (IFPB)- campus Santa Luzia-PB, ambos localizados na cidade de Santa Luzia-PB. Para estes encontros, foram convidados profissionais de saúde. Mais especificamente: profissional de educação física, médico, nutricionista, psicólogo, entre outros. É importante dizer que a seleção dos profissionais contemplados em nosso projeto se deu de maneira consensual entre todos os colaboradores do projeto.

Em relação a organização destes encontros, subdividimos em quatro momentos: apresentação, aproximação com a realidade, roda de conversa e organização do pensamento. Em um primeiro momento, realizamos a apresentação do projeto e do profissional convidado. Após esta fase introdutória, fazíamos uma aproximação com a realidade, no qual pessoas da comunidade (pais e mães participantes do grupo) relatavam sobre seu estado de saúde. Com essas informações, entrávamos em uma roda de conversa com a participação do profissional de saúde convidado. Por fim, no momento de organização do pensamento, coletivamente destacávamos os principais pontos discutidos no encontro. A cada encontro, registrávamos estes pontos relevantes em um diário de campo.

Ao analisarmos atentamente nosso diário de campo, buscamos identificar unidades de sentido. Para Bicudo (2011), após a identificação destas unidades, devemos ampliar o conhecimento sobre os termos evidenciados e construir uma rede de sentidos. Para a construção da nossa rede, consideramos situações percebidas pelos colaboradores do projeto e, acrescentá-las, alimenta-a de dados relevantes a sua análise. A percepção dessas situações envolve o momento em si bem como o cenário, contexto, expressões e modo de falar; ou seja, elementos que não foram registrados em um primeiro momento.

Após a análise de nossa rede de sentidos, construímos um vídeo informativo resumindo o conteúdo discutido no projeto. Este vídeo foi compartilhado entre os pais e mães da escola parceira Eci Coêlho Lisboa, bem como do IFPB.

Por fim, cumpre dizer que o projeto está inserido em edital publicado pela Pró-reitora de Extensão e Cultura do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba. Especificamente, o edital PROEXC nº 02/2021.

4. RESULTADOS

Os resultados do nosso projeto serão apresentados em três subtópicos. Embora que as reflexões emergidas nas rodas de conversa se aproximam umas das outras, evidenciando pontos de intersecção entre elas, consideramos que apresentá-las nestes três subtópicos ficará mais organizado didaticamente, facilitando, assim, a compreensão do leitor.

4.1 A saúde na perspectiva da Educação Física

Um momento marcante do projeto, inaugurando as rodas de conversa, foi o encontro com o profissional de Educação Física. À medida que a conversa sobre saúde fosse fluindo, embora que em um primeiro momento concentrássemos a participação do profissional convidado com dicas de exercícios, outros aspectos da saúde humana iam surgindo. Dentre estes aspectos, destacamos a saúde mental.

Certamente, a necessidade dos participantes em falarem sobre sua saúde mental está diretamente ligada ao contexto pandêmico que vivemos. Entre suas diversas queixas, a dificuldade em gerir o tempo era comum a todos os participantes. A dificuldade de conciliar o trabalho e/ou estudos com as atividades rotineiras da casa foi muito comentada durante o encontro.

O fato de o diálogo migrar por este caminho traz à tona uma outra perspectiva da Educação Física. A Educação Física contribuiu aos participantes, não exclusivamente a partir de dicas de exercícios que visem apenas a saúde biológica, mas através de reflexões que auxiliam na saúde mental das pessoas. Este tipo de contribuição da área nos lembra Gonçalves e Azevedo (2009) que, por sua vez, evidenciam na Educação Física seu papel primordial na busca por concepções que visem a emancipação corporal e sua ressignificação, por meio de um discurso crítico da realidade em que o indivíduo está inserido.

Assim, à medida em que a conversa fluía, o profissional construía reflexões que poderiam nos auxiliar no alívio das tensões. Com isso, a Educação Física se mostrava efetiva e eficiente nas dificuldades do dia a dia. Lembramos que os corpos são educados por toda a realidade que os circunda, por todas as relações que se estabelecem, pela materialidade do mundo (SOARES; ZARANKIN, 2004).

Através deste encontro, confirmamos o que Gonçalves e Azevedo (2008) destacam: cabe aos professores, em suas práticas pedagógicas, ressignificar o corpo através da conscientização crítica das pessoas para uma posterior emancipação, transformando o corpo de objeto social em sujeito.

4.2 A saúde na perspectiva da Psicologia

Conforme citado anteriormente, a dificuldade de gerir e organizar o tempo era uma preocupação de todos participantes do projeto. Ao longo do encontro com a psicóloga convidada, ouvimos vários relatos sobre a aflição das pessoas em não conseguir conciliar o trabalho remoto com a vida rotineira da casa. Certamente, estávamos diante um problema crescente devido ao momento pandêmico vivido.

Uma possível explicação para a aflição dos participantes do projeto, ao nosso olhar, pode ser encontrada nas contribuições de Han (2015). Para o sociólogo, em sua obra *Sociedade do Cansaço* (Han, 2015), estamos diante uma violência da superprodução. Hoje, naturalizamos uma super produtividade onde estamos escravizados ao fato de que devemos sempre estar produzindo algo. Nos raros momentos de descanso, muitas vezes, nos sentimos culpados por não estarmos trabalhando e produzindo.

Em um exercício de compreender a dificuldade dos participantes do projeto a partir do pensamento de Han (2015), nos parece evidente que estamos nos sentindo culpados por não conseguirmos produzir na mesma intensidade em um trabalho remoto. Certamente esta sensação cria angústia nas pessoas que, por sua vez, encontraram no projeto um ambiente favorável para dividirem suas aflições com a psicóloga convidada.

Após o acolhimento realizado pela psicóloga, refletimos sobre que alternativa teríamos para desviarmos deste sentimento de culpa. Uma das maneiras citadas, também pode ser encontrada na obra de Han (2015). Para o sociólogo, devemos exercitar nossos olhos ao descanso e a paciência. De forma prática, trata-se de escolhermos alguns momentos do dia para nos desligarmos das atividades produtivas exigidas no dia. Este é um caminho sugerido e, juntos, decidimos percorre-lo.

4.3 A saúde e a felicidade na Educação

Ainda na intenção de dialogarmos sobre a gestão do tempo, convidamos participantes de um grupo de pesquisa que, por sua vez, investigam a temática da felicidade. Assim, em uma conversa bastante produtiva, buscamos outras alternativas para as aflições do grupo. A forma como encaramos o trabalho e/ou estudo foi um dos pontos mais discutidos no encontro.

Na perspectiva de Bauman (2008), embora

vivemos em um momento de instabilidade e fragilidade no que concerne às relações, sempre é possível nos moldarmos. Nas palavras do próprio autor, somos artistas de nossas vidas. Com isso, embora, muitas vezes, construímos relações conflituosas e sobrecarregadas com o nosso trabalho, cabe a nós moldarmos esta relação.

Ainda nesta perspectiva de repensar a nossa relação com o trabalho e/ou estudo, somamos a esta discussão as reflexões de Alves (2014). Para o educador, em seu livro intitulado *Variações sobre o Prazer* (2014), devemos sempre buscar o prazer nas relações que construímos. Seja relações com outras pessoas, com nossa casa ou nosso trabalho. Para ele, nunca devemos perder o prazer de nosso horizonte.

5. CONCLUSÕES

Certamente estamos em um período delicado, sobretudo, quando pensamos em nossa saúde. As incertezas que uma pandemia traz resultam, naturalmente, em angústias para a vida das pessoas. Olhar atentamente para esta questão é fundamental para cuidarmos da nossa saúde em sua complexidade. A partir desta compreensão, este projeto atuou buscando pensar a saúde das pessoas de uma maneira ampliada.

Nesta maneira ampla de se pensar, destacamos a importância de gerenciarmos o nosso tempo. Quando conseguimos organizar melhor nosso dia a dia, conseguimos manter o prazer em realizar as atividades do dia a dia.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Felipe Quintão; GOMES, Ivan; SAMPAIO, Amanda; MARINOTTE, Arielle. O corpo como tema da produção do conhecimento: uma análise em cinco periódicos da Educação Física brasileira. **Revista Movimento**. v. 24, n. 1, p. 133 – 146, 2018. Disponível em: <<http://eduem.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/viewFile/3793/2608>> Acesso em: 9 de maio de 2018.

ALVES, RUBEM. **Variações sobre o prazer**. São Paulo, SP: Planeta, 2014.

BAUMAN, Zygmunt. **Medo líquido**. 1 edição. Rio de Janeiro - RJ. Zahar, 2008.

BAUMAN, Zygmunt. **A arte da vida**. 1 edição. Rio de Janeiro - RJ. Zahar, 2009.

BICUDO, Maria Aparecida Viggiani. A pesquisa qualitativa olhada para além dos seus procedimentos. In: BICUDO, Maria Aparecida Viggiani. **Pesquisa qualitativa segundo a visão fenomenológica**. São Paulo: Cortez, 2011, p. 11-28.

GINCIENE, Guy; MATTHIESEN, Sara Quenzer. Estratégias para o ensino dos valores em aulas de educação física. **Revista Pensar a Prática**. v. 21, n. 1, p. 156 – 167, 2018. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fef/article/view/44055/pdf>. Acesso em: 29 de maio de 2018.

GONÇALVES, Andréia Santos; AZEVEDO, Aldo Antonio. O corpo na contemporaneidade: a educação física escolar pode ressignificá-lo? **Revista da Educação Física – UEM**. Maringá, v.19, n. 1, p.119 – 130, 2008. Disponível em: <<http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/viewArticle/4322>>. Acesso em: 10 de junho de 2014.

HAN, BYUNG-CHUL. **Sociedade do cansaço**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.

MOREIRA, Virginia. O método fenomenológico de Merleau-Ponty como ferramenta crítica na pesquisa em psicopatologia. **Psicologia: reflexão e crítica**. v. 17, n. 3, p. 447 – 456, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/prc/v17n3/a16v17n3.pdf>. Acesso em: 25 de julho de 2017.

NÓBREGA, Terezinha Petrucia. Corpo, percepção e conhecimento em Merleau-Ponty. **Estudos de psicologia**. Natal, v. 13, n. 2, p. 141 – 148, 2008. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-294X2008000200006&script=sci_arttext. Acesso em: 25 de maio de 2015.

NÓBREGA, Terezinha Petrucia; ANDRIEU, Bernard. Corpo, educação física e esporte: estudos franceses e brasileiros no período de 1970 - 1990. **Revista Movimento**. Porto Alegre. v. 24, n. 1, p. 305 – 3018, 2018. Disponível em: <http://www.seer.ufg.br/index.php/Movimento/article/view/75177/47812>. Acesso em: 11 de julho de 2018.

NÓBREGA, Terezinha Petrucia; MENDES, Maria Isabel Brandão de Souza; GLEYSE, Jacques. Compreensões de corpo na educação física: análise de conteúdo das revistas EPS (França) e RBCE (Brasil). **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. v. 38, n. 3, p. 227 – 234, 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S010132892016000300227&lng=p&tlng=pt. Acesso em: 18 de julho de 2018.

SOARES, Carmen Lúcia; ZARANKIN, Andrés. Arquitetura e educação do corpo: notas indiciais. **Revista do Laboratório de Estudos Urbanos do Núcleo de Desenvolvimento da Criatividade**. Campinas. v.10, n. 1, p. 23 – 35, 2004. Disponível em: <http://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/rua/article/view/8640763/8302>. Acesso em: 5 de julho de 2016.