

6CCSDEFOUT03**EXPERIÊNCIA SENSORIAL E APRENDIZAGEM DO CORPO: INTERFACES
EDUCAÇÃO - SAÚDE DE-IDOSOS**

Luciene Roberta de Sousa (2) ; Alana Simões Bezerra (2); Dafne Souto Macedo (2); Laís Santos Castro (2); Priscila Cartaxo Pereira (2); Sandra Barbosa da Costa (3); Pierre Normando Gomes da Silva (3)
Centro de Ciências da Saúde/Departamento de Educação Física/Outros

RESUMO

Este trabalho consiste nos resultados de pesquisa, obtidos em seis meses de execução do Projeto: "Experiência Sensorial e Aprendizagem do corpo: interface educação-saúde com idosos". Trata-se de uma atividade de extensão da UFPB/DEF num dos Núcleos do Programa de Atenção ao Idoso da Prefeitura Municipal de João Pessoa. O objetivo central é ajudar a devolver ao corpo do idoso, sua função de lugar fundamental de prazer e elevar o grau de intensidade vivencial, estimulando a cognição, afetividade e sociabilidade, e assim, contribuir na educação e no cuidar da saúde comunitária. A base teórico-metodológica é a corporeidade, que quer dizer, nosso modo existencial de ser corpo na relação com os outros e com o mundo. Numa perspectiva fenomenológica de fazer pesquisa, elucidamos conhecimentos e possibilidades de valoração do ser no mundo. É uma pesquisa participante, concretizada numa prática educativa semanal, com aulas (1:30H) constituídas de dois momentos: primeiro, com vivências de sensorialidade, a partir de movimentos lúdico-expressivos e, segundo, com reflexões das vivências, por meio do Balanço de Saber e Círculo de Cultura. Numa metodologia participativa, os sujeitos da pesquisa aprendem ativamente, a partir de vivências e falas. Foram realizadas 25 horas-aula, visando nesse primeiro momento fortalecer a identidade corporal, por meio de experiências sensoriais coletivas. Os resultados iniciais apontam, através dos relatos das vivências, que esse grupo de idosos tem se entregado aos saberes do corpo: reconhecendo-se na execução dos movimentos espontâneo, tomando consciência das suas ações por meio do resgate das memórias e restabelecido o senso de dignidade, visível nos efetivos diálogos entre iguais. Conclusão, o trabalho continua na perspectiva de avançar no desenvolvimento da sensibilização, objetivando a restauração dos potenciais da vida, estimulando o contato direto com a natureza, com o prazer cinestésico do movimento e com o fortalecimento dos instintos vitais, entendendo que estes produzem efeitos de revitalização cognitivo, motora, sensorial e afetivo-social.

Palavras-chave: idoso, sensorialidade, memória.

INTRODUÇÃO

Este projeto está vinculado ao Departamento de Educação Física e ao Núcleo de Ciências do Movimento Humano e será desenvolvido pelo Laboratório de Estudos e Pesquisas

¹⁾ Bolsista, ⁽²⁾ Voluntário/colaborador, ⁽³⁾ Orientador/Coordenador ⁽⁴⁾ Prof. colaborador, ⁽⁵⁾ Técnico colaborador.

em Corporeidade, Cultura e Educação, especificamente na Linha de Pesquisa: Semiótica da Corporeidade em Práticas Lúdicas e Educativas. E destina-se a idosos da comunidade pessoense, Núcleos do Programa Atenção ao Idoso, da Prefeitura Municipal de João Pessoa.

O Resgate das experiências significativas no processo educativo exige do educador um repensar sobre o corpo e a corporeidade. Assistimos constantemente nos meios de comunicação a veiculação de matérias equivocadas sobre o uso do corpo no processo educativo, permanece ainda muito forte, na atualidade, a concepção cartesiana que separa o corpo da mente e da cultura. É freqüente imaginar que a mente não faz parte do corpo e, portanto não pensa, não sente, só se movimenta. A corporeidade apresenta-se como um caminho epistemológico e metodológico para um novo olhar sobre este corpo e sobre a educação e a saúde. (ASSMANN, 1995; 1998).

Nos propomos uma educação que esteja orientada para a sobrevivência e o restabelecimento das funções originárias da vida, particularmente para com os idosos. Uma “educação biocêntrica”, no dizer de Toro (2006), que cultive as forças organizadoras e conservadoras da vida. Uma educação que restaure os potenciais da vida no homem e inicie uma civilização para a vida, estimulando o contato direto com a natureza, com o prazer cinestésico do movimento, fortalecendo os instintos e estimulando a capacidade sensorial. Uma educação, como espaço democrático, que possa contribuir também para a emancipação social-coletiva. Um espaço propulsor do restabelecimento do humano, sua saúde corporal e mental, devolvendo a vivacidade dos sujeitos.

Nesse trabalho de extensão, decorrendo em pesquisa participativa e programa de ensino inovador, nossa atenção estará voltada especificamente para a estimulação da capacidade sensorial dos idosos. Uma prática educativa que possibilite o reaprender a viver, enquanto corpo sensitivo, a desfrutar do prazer corporal em sua relação consigo mesmo e com o mundo. Escolhemos os sentidos, porque em nossa sociedade há uma valorização enorme sobre o intelecto, produzindo, com isso, pessoas desequilibradas, entre corpo e intelecto. Perdemos a conexão com o nosso corpo: tato e inteligência de discriminar; olfato e respiração; visão e compreensão do mundo; audição e sentimentos sonoros; paladar e experiência cultural. (MONTAGU, 1988). Séculos de negação reduziram nossa experiência corporal, toda sua riqueza e sensualidade, a algo mecânico. Vivemos, contraditoriamente, uma civilização de repressão ao corpo, não no sentido moral, porque o corpo é o maior objeto mercadológico, mas em termos de potencialidade viva, de redescoberta da própria pessoa: sua unidade restaurada (cognição e afetividade), sua intimidade, socialidade e criatividade. Pessoas capazes de tornar as atividades cotidianas mais dinâmicas e desenvolverem sua “inteligência natural”. (APOSHYAN, 2001).

É através dos sentidos que experienciamos a nós mesmos ao mesmo tempo que estabelecemos contato com o mundo. Todavia, no percurso, muitos de nós perdemos a consciência plena dos nossos sentidos; estes se tornam embotados e nebulosos, e parecem operar automaticamente, desligados de nós. Diz Oklander (1980, p.131) “Chegamos a

funcionar na vida quase como se os nossos sentidos, nossos corpos e nossas emoções não existissem”. Para combater essa estrutura social, particularmente em relação aos idosos, que muitas vezes têm sua capacidade sensorial desinvestida, segundo suas histórias de vida, resolvemos propor uma prática educativa que tem sua interface na saúde, que é a experiência sensorial e a aprendizagem do corpo. Primeiro destacamos que nossa proposta educativa e investigativa é centrada na experiência (TORBERT, 1975), ou seja, tanto o processo educativo de conscientização (aprendizado em ser mais humano), quanto a pesquisa-ação tem um comprometimento entre o perguntar e o responder, conciliando vida pessoal, profissional e social.

Portanto, essa experiência sensorial possui uma interface entre educação e saúde, entre a consciência cognitiva e a consciência de si, entre a memória do corpo e o reencontro da identidade pessoal (HERMANT, 1988), entre a saúde biológica-individual e a saúde coletiva, em termos de “integralidade do cuidado” (CARVALHO, 2006 p.162). Assim, estaremos valorizando a dimensão corporal (sensorial), tal como as dimensões subjetivas (emoções e espiritualidade - VASCONCELOS, 2006) e sociais (potencializar a vida, não só da pessoa, mas também do grupo de trabalhadores).

DESCRIÇÃO METODOLÓGICA

Método de abordagem

Pensando numa abordagem metodológica que assume a imanência do sujeito na trama concreta e imediata das atividades sensoriais, elegemos a Fenomenologia, como método epistêmico de abordar o problema, porque é a fenomenologia que une o sensível e o inteligível como formas da consciência atribuir significado ao mundo, daí porque a relação não é sujeito-objeto, mas a consciência de mundo-vivido. Tomando a facticidade e as experiências vividas como o lugar da reflexão (redução fenomenológica), escolhemos essa abordagem porque dá conta das nuances implícitas do vivido, tais como, a beleza, a relação entre o sensível e o inteligível, o conhecimento pré-objetivo e os vínculos emocionais, elementos que são desconsiderados nas análises causais.

Método de procedimento

Trata-se de uma pesquisa participante (BRANDÃO; STRECK, 2006) porque partimos da realidade concreta do trabalho que desenvolvemos no grupo de Idosos - Núcleo Vida Nova, desde junho/2007. Também é participante porque estabelecemos uma relação horizontal e antiautoritária entre educadores/pesquisadores e idosos. A pesquisa é participante porque estimulamos a aprendizagem coletiva, através de práticas grupais, e o reconhecimento das implicações político-ideológicas contrárias a realidade social vivida. Por fim, devido nossa

preocupação com a expressividade corporal damos ênfase à produção e comunicação de conhecimentos.

Sujeitos da pesquisa

Os sujeitos da pesquisa são 18 idosos, sendo 17 do gênero feminino e apenas 01 do gênero masculino, na faixa etária entre 61 e 85 anos de idade, participantes do projeto de extensão “Experiência sensorial e aprendizagem do corpo” da Universidade Federal da Paraíba, vinculado ao Departamento de Educação Física e ao Laboratório de Estudos e Pesquisas em Corporeidade, Cultura e Educação. Esses idosos que freqüentam este grupo tem condições adequadas de inserção social na comunidade e gozam de um estado de saúde que lhes permite manter atividades sociais e intelectuais.

Instrumento

Foram utilizadas para análise dos resultados as fichas de anamnese e as fichas de avaliação individual, aplicadas durante a realização de cada atividade para cada sentido trabalhado (visão, audição, tato, olfato e paladar). Na qual constam as falas de cada participante em relação a cada atividade desenvolvida.

Procedimentos

A metodologia de trabalho estruturou-se a partir de 26 aulas práticas, centralizadas nas experiências sensoriais. Todas as aulas foram conduzidas pelo objetivo de elevar o grau de intensidade vivencial, aprofundando a: cognição-motricidade-afetividade-sociabilidade. Essas aulas, com duração de 1H30M, foram divididas em dois momentos: vivências de sensorialidade, a partir de movimentos lúdico-expressivos, e reflexões das vivências, por meio de Círculo de Cultura.

Vivência de sensorialidade diz respeito à estimulação de um ou mais sentidos, por meio de manipulação de óleos essenciais, saches de condimentos, gêneros alimentícios e movimentos lúdico-expressivos. Estes movimentos são ações motoras não performáticas, mas que ofertam prazer/descontração e capacidade de comunicação (expressividade). Em todas as aulas estivemos estimulando todos os sentidos, mas em cada aula demos ênfase a um dos sentidos.

Círculo de Cultura é um método desenvolvido por Freire (1980) dentro do contexto da alfabetização de adultos. É uma técnica, adaptada aos objetivos do trabalho, que trabalha diretamente com a fala e tem como objetivo a conscientização do grupo sobre a vivência. É círculo porque todos estiveram à volta do tema vivenciado no dia, coordenado por um facilitador de debates (pesquisador), também participante da atividade comum.

A análise e interpretação das falas emergidas nos ciclos de cultura, bem como das respostas na anamnese feita no início do processo, foram realizadas com base na novas configurações da corporeidade que percebemos terem sido acrescidas.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

No decorrer do projeto observou-se uma crescente ressensibilização dos sentidos, explicitado pelas transformações ocorridas na relação que cada idoso passou a ter com seu próprio corpo, seus sentidos e sentimentos, e na relação sensitiva que passou a ter com os outros idosos do grupo.

Também identificamos uma notória reafirmação da identidade pessoal apresentada por cada um dos idosos a partir da memória corporal que era continuamente rerepresentada. E eles faziam isso não só relembando as experimentações corporais antigas, quanto tomando consciência de suas possibilidades atuais e futuras de reanimarem o prazer corporal.

Chegamos a tais resultados a partir das falas obtidas nas fichas de avaliação individual, que são aplicadas a cada participante do projeto durante a realização de cada atividade proposta. Bem como a partir das falas espontâneas que foram emersas durante a vivência ou no momento do círculo de cultura. Nestas falas, decorrentes das vivências sensoriais, são evidenciados memórias, emoções, saudades e sentimentos peculiares de cada sujeito e do grupo. Como demonstração de alguns dos sentimentos encontrados nas falas destacamos para cada sentido.

Para a audição foram desenvolvidas atividades de sensibilização através de músicas, de sons do ambiente (arrastar de sandálias, de choro de criança, de ruídos de automóveis), de sons da natureza (pássaros e vento) e de ritmo (danças). Realizamos todas essas atividades, a partir da capacidade delas de silenciarem e se concentrarem nos sons que estavam acontecendo. Destas vivências obtivemos os seguinte depoimentos:

- No silêncio senti saudades da minha família;
- Chorei, porque o silêncio lembrou quando vou dormir, que sempre sinto saudades do meu marido que faleceu;
- Lembrei da minha adolescência quando se escutava boas músicas;
- O som me acalmou e me “desestressou”, pois fez esquecer de minha casa;
- Me lembrou a época que morava no interior, pois não tinha essa poluição sonora.

Para o olfato foram desenvolvidas atividades como sentir o cheiro de diversas ervas, óleos essenciais, condimentos e material limpeza do uso diário. Destas vivências surgiram as falas:

- O cravo e o alho me lembraram a comida do interior;
- O alho lembrou a comida da mãe, em especial o feijão, que somente a mãe ela sabe fazer;
- O cheiro da manga me lembrou do tempo de infância porque roubava manga;
- O mastruz me fez lembrar de quando era pequena, minha mãe fazia mastruz com leite e mel para curar a tosse.

Para o paladar foram desenvolvidas atividades que faziam sentir o gosto de frutas (manga, mamão, amendoim...), sucos (limão, acerola...), café, chás e biscoitos, entre outros.

- O mamão me lembrou a época de criança;
- Me lembrei do final do ano que reunia a família ao redor da mesa;
- A manga me lembrou do interior quando subia nos pés de manga para tirar a fruta;
- O mamão é doce e me faz lembrar da casa de meu pai, onde ele plantava mamão. Ele jogava e cantava enquanto comia o mamão;
- O café me lembrou do meu pai que gostava de café. Ele cozinhava o café e tomava um copo de café e fumava;
- O limão tocou minha vida! Pois depois da morte do marido me tornei uma pessoa azeda.

Para o tato foram desenvolvidas atividades como tocar a própria face e a dos outros, ao som de música suaves; tocar as próprias mãos e as dos outros; lavar os pés, uns dos outros; tocar em diferentes materiais para identificar: temperaturas (quente, frio) e texturas (áspero, macio, fofo, seco, úmido). Das experiências do toque, no momento de verbalização, obtivemos os seguintes depoimentos dos idosos:

- A carícia no rosto me fez lembrar de minha mãe, quando cuidava da minha mão doente, no interior;
- Gostei do toque das mãos, o que fez me lembrar do meu primeiro bebê, que alisava e colocava talco;
- Gostei muito das atividades porque nunca tinha feito, principalmente, da carícia no rosto, porque ninguém nunca fez em mim;
- A carícia me lembrou quando meus filhos eram pequenos e os acariciava, hoje me lembro dos netos;
- Me lembrou bastante de uma amiga que estava próximo de morrer, ela fez o mesmo carinho que recebi;
- Lembrei de minha avó, ela era a única pessoa que lhe me dava carinho;
- O lava-pés me recordou Cristo e também meu irmão, que trabalhava e chegava à noite, ela lavava os pés dele com água morna e sabão.

Para a visão foram desenvolvidas atividades como, numa ciranda cantando, olhar uns para os outros, caminhada individual e em dupla, desenho cujo tema era a representação da própria vida e pintura espontânea. Destas vivências obtivemos diversas falas, das quais destacamos:

- Observei minhas amigas com os cabelos pintados, está querendo rejuvenescer e também está mais cheia de vida;

- Quando eu chego em casa, faço com meu neto todas as atividades que são feitas aqui no grupo;
- Gostei de olhar nos olhos das pessoas me passaram amor e bondade.
- Desenhei uma pessoa com a roupa na cabeça, sou eu, que na infância tinha que ajudar minha mãe a lavar roupa;
- Pintando lembrei quando era pequena e bordava, usei as cores rosa e azul porque quando era pequena os meus vestidos eram nessas cores.

A partir dos relatos mnemônicos, trazidos pelas vivências sensoriais, podemos reafirmar a relação existente entre a memória do corpo e a revitalização. A memória, confirmamos com Bernard (2003, p.6), têm três funções distintas, compreendendo três formas heterogêneas de temporalidade: primeiro, a função de conservação que, neste caso, confunde-se com a persistência da marca da inscrição reticular de uma passagem quimioelétrica no seio de uma região neuronal do cérebro. Essa inscrição só tem uma duração para aquele que constata a repetição de um estado da matéria, invocando-a como explicação de uma experiência que é totalmente subjetiva e puramente psicológica. Em outras palavras, a temporalidade aí, é uma temporalidade projetada, extrínseca, construída por uma racionalidade a *posteriori*.

Segunda função, a memória não é conservação apenas, é também rememoração ou reprodução. Ao contrário da anterior, esta segunda função provém de um desejo de transgredir a vivência psicológica do instante e, como tal, aciona, não a simples duração percebida e gravada, mas a imagem ou a ficção mais ou menos narcísica que esse desejo se dá, para se tranquilizar e se confortar, em seu poder fantasmático de domínio do tempo. Em outras palavras, a potência de retrospectão implicada pela rememoração é apenas um efeito de um jogo do imaginário consigo mesmo.

Terceira função, como corolário, a memória pressupõe o reconhecimento da lembrança como sendo a identificação da vivência passada, que se pretendeu rememorada. Este reconhecimento pode ser fruto da combinação ou associação das qualidades sensoriais específicas, das intensidades e das durações da percepção impostas pela taxa de volatilização dos eflúvios, combinação ou associação que resulta, na realidade, de um efeito de cristalização imaginária.

A lembrança corporal não tem outra identidade, além da que lhe é atribuída pela configuração de imagens a ela vinculadas. Assim, a memória corporal é o produto, não da materialidade corporal, mas sim da idealidade ou da abstração da imagem, de um caráter virtualmente anárquico e subversivo.

Nessa perspectiva da temporalidade da rememoração corporal podemos chegar a algumas reflexões. O sentido do olfato está estreitamente relacionado com o paladar. Em ambos, a vitalidade despertada dos idosos foi o do prazer de degustar. O gosto esteve

relacionado com a aventura, com experimentar o novo. Também traz a lembrança da mesa, da relação com a família, da afetividade com as figuras parentais. As vivências do tato despertaram o sentimento de acolhimento, o carinho, a necessidade de amar e ser amado. Despertou a espiritualidade, valores de humildade, solidariedade e pureza. A visão aparece relacionada com o tato, pois emerge sentimentos de acolhida, valores da bondade e solidariedade. Também aparecem sentimentos: de inveja, de acolhimento na casa e de vínculos parentais. As vivências auditivas relacionam-se com a saudade de pessoas que não estão mais presentes, ao retorno a um lugar ou um tempo idílicos, de um tempo de não-estresse, de morte e de vigor.

Como todas essas vivências foram dadas conjuntamente percebemos no grupo uma formação afetiva despertada nos aspectos da partilha, da fraternidade, da demonstração pelo interesse pelo outro e da espiritualidade. Essas vivências sensoriais produziram uma unidade no grupo que não existia, os vínculos se tornaram cada vez mais fortes. Eles relatavam que os momentos de reunião do grupo passaram a ser definidos como algo de primeira importância. Mas não só entre os membros do grupo, ficou perceptível também que os vínculos sociais foram ampliados em relação às demais pessoas (parentes e pessoas do convívio social), pois a participação deles na comunidade passou a ser mais efetiva.

CONCLUSÃO

Concluímos a partir das considerações anteriores que a temporalidade é constitutiva nos reconhecimentos, não é apenas identificação mnemônicas artefato de uma racionalidade explicativa, mas a rememoração é também um desejo de transgredir a vivência presente. Ela é ao mesmo tempo uma permanência objetiva de uma forma sensorial, e simultaneamente, um dever, uma afirmação implícita do poder de um Sujeito de julgamento.

Assim, nesse processo educativo que temos desenvolvido com os idosos temos percebemos como é ambíguo não só o conceito de corpo, mas também o de memória ou de temporalidade mnemônica. Visto que as falas dos idosos, longe de lembrar o peso orgânico de uma corporeidade primitiva e animal, a sensorialidade da memória, desconstrói a imagem de seu referente anatômico, que ela faz estilhaçar. Da mesma forma e simultaneamente, mais do que me impor a continuidade temporal de uma vivência sensorial, ela trai as artimanhas do imaginário e do desejo que tentam fazer crer nela. Na memória corporal do idoso há uma dupla teatralidade: a da vivência temporal e a do imaginário corporal. É nessa atitude que continuaremos reinvestindo nos sentidos como uma forma de fazer o corpo lembrar e potencializar a consciência com a vontade de viver.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

APOSHYAN, Susan. **Inteligência natural**: integração corpo-mente e desenvolvimento humano. SP: Manole, 2001.

ASSMANN, Hugo. **Paradigmas educacionais e corporeidade**. 3.ed. Piracicaba: UNIMEP, 1995;

BOHN, David; PEAT, David. **Ciência, ordem e criatividade**. Lisboa: Gradiva, 1989.

CARVALHO, Yara Maria. **Saúde, sociedade e vida**: um olhar da educação física. **Revista brasileira ciências do esporte**. Campinas, v.27, n.3, p.153-168, maio 2006.

CHARLOT, Bernard. **Da relação com o saber**: elementos para uma teoria. Porto alegre: Artes Médicas Sul, 2000.

DANTAS, Estélio (org.) **Corpo e movimento**. SP: Sharp, 1999.

DORIA, Francisco Antônio. **O corpo e a existência**: uma psicanálise do cotidiano. Petrópolis: Vozes, 1972.

DUARTE JR., João Francisco. **Fundamentos estéticos da educação**. Campinas: Papiros, 1988

FERNANDES, Maria Helena. **Corpo**: clínica psicanalítica. SP: casa do psicólogo, 2003.

FREIRE, Paulo. **Educação como prática da liberdade**. 11.ed. SP: Paz e Terra, 1980.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia Da Esperança**. 7.ED. rj: Paz E Terra, 2000.

GARDNER, Howard. **Inteligências múltiplas**: a teoria na prática. Porto Alegre: Artmed, 2000.

GOMES DA SILVA, P.N. Da cultura corporal à corporeidade: por uma inversão epistêmica na educação física. In. **Educação em questão**, Natal, v.19, n.5, p.69-87, jan./abril, 2004.

GONÇALVES, E.; FORASTIERI, R.; SINFRÔNIO, Lima (Orgs.) **Trajetórias entrelaçadas**. Entrevistas. Coleção Poéticas da Vida.v.2. João Pessoa: Scanner, 2007.

HERMANT, G. **O corpo e sua memória**. SP: Manole, 1988