



NERY, Maria de Nazaré Carvalho. A sensibilização dos profissionais de saúde no atendimento a pessoa idosa - "um novo olhar". In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

## **A SENSIBILIZAÇÃO DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE NO ATENDIMENTO A PESSOA IDOSA - “UM NOVO OLHAR”**

**Maria de Nazaré Carvalho Nery**

### **RESUMO**

"Uma coisa é alongar o tempo da vida e outra é ampliar a qualidade dela por anos a mais". A frase dita é de Renato Veras da Universidade da Terceira Idade (UNATI). O idoso sofre hoje por não existir na ponta final do Sistema de Saúde um profissional treinado especificamente para lidar com as demandas. Como sanitarista, observo que as equipes técnicas das Secretarias Municipais de Saúde precisam sensibilizar-se para um novo olhar ao atendimento da pessoa idosa a partir do seu próprio processo de envelhecer. Como especialista em Análise Bioenergética, e com vasta experiência em Saúde Pública, decidi formar pequenos grupos de Profissionais de Saúde, utilizando técnicas de grupo de movimento em bioenergética. Objetivando a sensibilização destes profissionais para o atendimento ao idoso.

**Palavras-chave:** Análise Bioenergética. Envelhecer. Profissionais de Saúde.

.....

O envelhecimento populacional faz parte da realidade brasileira. Estima-se que exista no país, atualmente, cerca de 17,6 milhões de idosos. É função das políticas públicas contribuir para que mais pessoas alcancem idades avançadas com melhor estado de saúde possível. O envelhecimento ativo e saudável é o grande objetivo nesse processo.

Sabemos que o envelhecimento pode ser compreendido como um processo natural, de diminuição progressiva da reserva funcional dos indivíduos (senescência), o que, em condições normais, não costuma apresentar problemas. No entanto em condições de sobrecarga como doenças, acidentes, stress emocional, podem ocasionar uma condição patológica que requeira assistência (senilidade)

O aumento da população idosa implica em maior utilização dos serviços de saúde com patologias crônicas que exigem intervenções custosas, envolvendo tecnologias complexas para um cuidado adequado. Esse fato acarreta crescimento das despesas em tratamento médico hospitalares ao mesmo tempo em que apresenta um desafio para as autoridades sanitárias, especialmente no que tange a implantação de novos modelos e métodos, de



NERY, Maria de Nazaré Carvalho. A sensibilização dos profissionais de saúde no atendimento a pessoa idosa - "um novo olhar". In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

planejamento, gerência e prestação de cuidados. A baixa resolutividade do modelo em curso a precariedade dos serviços ambulatoriais a escassez dos serviços domiciliares, a insuficiência de recursos intermediários como hospital dia e centro de convivências, fazem com que o primeiro atendimento ocorra em estágio avançado. Desta maneira, o idoso ainda não recebe uma abordagem médica ou psicossocial adequada nos serviços de atenção a saúde e muito menos de uma equipe transdisciplinar.

Em geral as doenças nos idosos são crônicas, a maioria (85%) apresenta pelo menos uma. Estas doenças perduram por vários anos exigindo um acompanhamento transdisciplinar constante e medicação continuada associado a várias abordagens médicas tradicional e focada em uma queixa principal:

- a) a expansão da educação profissional em geriatria e gerontologia;
- b) treinamento multidisciplinar;
- c) a formação básica e especializada sobre a saúde da pessoa idosa;
- d) a promoção de programas de educação continuada em saúde, bem estar e cuidado de pessoas idosas para profissionais da área da saúde, da assistência social e cuidadores;
- e) o estímulo para o aumento de estudantes na área e a promoção de programas de treinamento de gerontologia e geriatria nos países de desenvolvimento.

A articulação dessas ações visa nesse âmbito de atenção a permanência da pessoa idosa no meio em que vive, a autonomia e, que exerçam de forma independente suas funções de cidadania na sociedade.

Para o alcance do propósito supracitado são definidas como diretrizes essenciais:

- a) a promoção do envelhecimento saudável;
- b) a assistência das necessidades da saúde do idoso;
- c) a manutenção e reabilitação da capacidade funcional comprometida;



NERY, Maria de Nazaré Carvalho. A sensibilização dos profissionais de saúde no atendimento a pessoa idosa - "um novo olhar". In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

d) o apoio ao desenvolvimento de cuidados informais e preferencialmente;

e) a capacitação de recursos humanos especializados e o apoio de estudos e pesquisas sobre o envelhecimento humano foco central da proposta deste trabalho.

De forma complementar em 2003 foi sancionado pelo governo brasileiro o Estatuto da Pessoa Idosa a fim de direcionar ações com vistas a garantir as pessoas com idade igual ou superior a 60 anos proteção a vida e a saúde.

### **O Idoso sob a ótica da Psicanálise e da Análise Bioenergética**

É notória a parca literatura destinada especificamente das questões da velhice e do envelhecimento a partir do discurso analítico incluindo a análise bioenergética. O silêncio é ainda maior em relação a clínica. Esse silêncio ancora-se, de início na indistinção de uma clínica diferenciada na velhice.

Falar da velhice suscita inúmeras indagações porque ela expõe o limite ao qual todos nós somos submetidos. O real difícil de suportar da velhice ancora-se na negação própria do inconsciente, "velho" é sempre o outro no qual não nos reconhecemos. A velhice expondo faces do real exige certa acomodação dos traços, um trabalho de luto das perdas e novas transcrições, a velhice traz ainda a representação dos pais. Encontram-se aí as raízes das dificuldades em se falar da sexualidade dos idosos. Quando os adultos o fazem, é sempre sobre a cobertura da pilhéria ou da piada, falar da sexualidade dos idosos representa de alguma forma exibir a sexualidade dos pais que ninguém quer saber.

A velhice desacomoda, incomoda, principalmente nesse mundo permeado de máscaras do novo. Culturalmente pensar na velhice assemelha-se a castração, a morte, e a finitude.

Na teoria freudiana a pulsão visa o prazer, que é alcançado quando se descarregam as tensões geradas por excitações internas. Para evitar o desprazer o indivíduo se afasta de situações que possam gerar acúmulo de tensões sem possibilidade de descarga. A pulsão mobiliza o aparelho



NERY, Maria de Nazaré Carvalho. A sensibilização dos profissionais de saúde no atendimento a pessoa idosa - "um novo olhar". In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

psíquico, assim como a motricidade, o que gera um comportamento cujo o objetivo é a descarga existente no corpo. Reich identificou-se com as primeiras idéias de Freud e levou adiante a busca das raízes das neuroses no campo biofísico (busca que foi abandonada por Freud) Lowen e outros neo-reichianos por sua vez também assimilaram os conceitos iniciais de Reich, quanto as pulsões, energia libidinal e fluxo energético dando primazia ao trabalho com os bloqueios da sexualidade. Seus esforços foram na direção de complementar o estudo do caráter a fim de melhor compreender a forma e o funcionamento das defesas tanto no corpo como no psiquê. Assim como a psicanálise, a análise bioenergética não demonstra pesquisas e trabalhos clínicos específicos com idosos. (WEIGAND, 2006, p.26 e 27)

### **A Experiência com o Grupos de Profissionais de Saúde e Exercícios de Análise Bioenergética**

É a partir da década de 70 com Alexander Lowen, que se **efidencia** **exercícios bioenergéticas** como separação e complemento da psicoterapia ou como meio de manutenção dos efeitos desbloqueadores, destacando-se Leslie Lowen como a pessoa que criou e divulgou o trabalho corporal da Análise Bioenergética em grupo com a parceria do esposo Lowen que afirma: “Fazer exercício em grupo dá sempre mais prazer e, desta forma, fica mais fácil fazê-los” (LOWEN; LOWEN, 1985, p. 191)

Observa-se que há uma certa semelhança dos grupos de exercícios de bioenergética com certas propostas de terapia grupal. Entretanto diferem delas pela ênfase no trabalho corporal como meio de influência no psiquismo. O grupo de exercício em geral não é grupo de psicoterapia, o objetivo é obter resultados terapêuticos sem criar um setting de psicoterapia, pois não se trabalha com transferência e contra-transferência, interpretações, nem se encoraja a expressão verbal de conflitos pessoais, evitando-se assim a exposição dos membros no grupo.

Na Análise Bioenergética há uma diferença entre exercício e movimento. exercício expressa atividade física, enquanto



NERY, Maria de Nazaré Carvalho. A sensibilização dos profissionais de saúde no atendimento a pessoa idosa - "um novo olhar". In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

movimento inclui a consciência nesta atividade, grupo de exercício de Bioenergética. (WEIGAND, 2006, p. 77)

A postura do líder é a chave mestra para desenvolver a confiança e a participação espontânea do grupo e sua capacidade de criar empatia e de quanto se sente a vontade com seu próprio corpo e seus sentimentos. É importante a participação do líder realizando os exercícios servindo de modelo ao mesmo tempo que observa e encoraja a postura dos membros do grupo.

A rede grupal oferece suporte social, trocas afetivas, cuidados mútuos, comunicação aberta e solidária. O suporte social é sobretudo um suporte afetivo.

Em nossa experiência com profissionais de saúde, constatamos a necessidade de sensibilizar esses profissionais a atender a pessoa idosa com um novo olhar a partir de um olhar interiorizado do seu próprio processo de envelhecimento. Utilizar palestras trabalhando essencialmente com o neocórtex percebemos que informa mas não transforma, enquanto que a vivência através dos grupos de movimentos de exercícios bioenergéticos, possibilitam esses profissionais a trabalhar com o sistema límbico e o neocórtex.

Aprender a envelhecer é uma forma de promover a saúde na vida das pessoas. Homens e mulheres, as vezes, tarde demais preocupam-se com essa questão inclusive os profissionais de saúde demoram a perceber que as transformações sociais e psicológicas que sofrem os afasta de uma vida normal. Frequentemente, sentem que não mais apreciam os encantos do cotidiano, não enxergam nem desfrutam situações que poderiam ser agradáveis. Falta a essas pessoas acreditar que o amanhã será realmente outro dia com a possibilidade de proporcionar fatos positivos e favoráveis. Não percebem que o medo de envelhecer traz desânimo, melancolia e, muitas vezes, rancor diante de algo imutável. Estar vivo é envelhecer e envelhecemos porque estamos vivos.



NERY, Maria de Nazaré Carvalho. A sensibilização dos profissionais de saúde no atendimento a pessoa idosa - "um novo olhar". In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

## **O processamento dos grupos**

As reuniões iniciavam com exercícios de alongamento e respiração, um processo de expansão e contração que envolve todo o corpo é ao mesmo tempo consciente e inconsciente. A respiração sadia é em grande parte inconsciente mas através das sensações no organismo que surgem uma respiração profunda e completa, torna-se consciente devido a pulsação aumentada no corpo.

Os profissionais do grupo não fazem exercício físico de forma sistemática, nos parece que possuem a musculatura encurtada no trapézio e na panturrilha, assim os exercícios de alongamento exigem um tempo maior do que em outros grupos.

A respiração é conduzida de uma forma profunda. A onda respiratória se inicia dentro do ventre, move-se para cima em direção a garganta e a boca. A onda expiratória procede na direção oposta. Estas ondas podem ser observadas passando pelo corpo tanto com movimentos completos e livres ou como restritos e espasmos (movimentos involuntários e brusco consequência de musculatura contraída). Cada área de tensão bloqueia a onda e distorce a percepção de pulção. A onda respiratória do indivíduo estressado é interrompida por bloqueios, que precisam ser liberados para obter um bom resultado. Procuramos levar o grupo a tornar consciente o significado dessas tensões e efeito que causa no seu comportamento e que papel a tensão exerce na economia energética do corpo. Observamos que vários profissionais apresentam reações controladoras, aumentando o nível de tensão no pescoço na musculatura do trapézio, a medida que a tensão é percebida são reduzidas as queixas de dores musculares nos braços e pescoço, assim como queixas de tonturas, percebem-se a diferença no humor e no corpo dos profissionais. Uma luminosidade marcante do rosto e dos olhos indicam um fluxo maior de excitação. Mais cor e calor nos pés resultante da circulação e maior carga energética. Selecionamos técnicas para promover o grounding. O traço caracteriológico do grupo são pessoas orais insatisfeitas, desejo de experimentar contato corporal, fala excessiva, ostentação (compras



NERY, Maria de Nazaré Carvalho. A sensibilização dos profissionais de saúde no atendimento a pessoa idosa - "um novo olhar". In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

compulsivas de revendedoras nos locais de trabalho) gastam acima dos seus proventos profissionais, uso abusivo de ansiolíticos, antidepressivos, antiácidos.

A finalidade dos exercícios é mobilizar o organismo como um todo. Para o trabalho corporal foram direcionados exercícios de acordo com o estado energético que o grupo apresentava no dia, baseados nas técnicas de Análise Bioenergética, Vegetoterapia, danças, acompanhadas de instruções de carga e descarga promovendo a consciência corporal. Utilizamos a música para dar ritmo e ajudar como instrumento na mudança do estado energético do grupo. As letras das músicas servem para transmitir mensagens que ajudam a dar significados aos exercícios considerando o momento afetivo do grupo.

Para que as tensões sejam liberadas é necessário uma compreensão da sua origem (entender as relações das suas atitudes corporais, seus padrões de tensões com as experiências de sua vida). No final de cada reunião, solicitamos que os participantes coloquem com uma palavra a avaliação do trabalho do dia.

## Conclusão

Este trabalho é um relato de experiência com grupos de exercícios de bioenergética. Evidentemente não é um trabalho acabado e não pretendemos esgotar as possibilidades de reflexão sobre os temas abordados e vivenciados, mas a partir dele provocamos uma nova percepção e reflexão sobre a Humanização e um novo olhar dos profissionais de saúde participantes do grupo no atendimento a pessoa idosa.

.....

## REFERÊNCIA

LOWEN, A.; LOWEN, L. **Exercícios de Bioenergética**. 2ª ed. São Paulo: Agora, 1985

WEIGAND, Odila. **Grounding e autonomia: a terapia corporal bioenergética revisada**. São Paulo: Pearson, 2006.



NERY, Maria de Nazaré Carvalho. A sensibilização dos profissionais de saúde no atendimento a pessoa idosa - "um novo olhar". In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

## **AUTORA**

**Maria de Nazaré Carvalho Nery/PR** – Graduada em serviço social. Mestre em saúde mental. Coordenadora Regional de saúde da pessoa idosa da SESA Paraná. Especialização em Saúde Pública, Planejamento em Saúde, Psicoterapias Corporais, Psicodrama e Gerontologia.

**E-mail:** [nazanery@yahoo.com.br](mailto:nazanery@yahoo.com.br)

---

---

