



e-ISSN: 2447-8180

DOI: 10.19180/2447-8180.v4n12020p228-233

Submetido em: 2 fev. 2020

Aceito em: 7 maio 2020

Vivências e Experiências Acadêmicas desfrutadas junto ao Projeto de Extensão “Recreando para Reabilitar: atividades recreativas para a reintegração escolar de portadores de transtorno mental na Escola Estadual Henrique Diniz na unidade existente no Hospital Psiquiátrico e Judiciário Jorge Vaz”

Academic Experiences and Experiences enjoyed with the Extension Project “Recreating to Rehabilitate: recreational activities for the school reintegration of people with mental disorders at the Henrique Diniz State School in the existing unit at the Psychiatric and Judicial Hospital Jorge Vaz”

Kamila de Amorim Barbosa

Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais (IFSudeste Minas) *campus* Barbacena, Barbacena, MG – Brasil. E-mail: barbosa.kamila.kb@gmail.com

Aline Godoy Damasceno

Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais Gerais (IFSudeste Minas) *campus* Barbacena, Barbacena, MG – Brasil. E-mail: alinexgames@hotmail.com

Scheila Espindola Antunes

Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais Gerais (IFSudeste Minas) *campus* Barbacena, Barbacena, MG – Brasil. E-mail: scheila.antunes@ifsudestemg.edu.br

Resumo

O presente texto visa relatar vivências e experiências desfrutadas junto ao projeto de extensão “Recreando para Reabilitar: atividades recreativas para a reintegração escolar de portadores de transtorno mental na Escola Estadual Henrique Diniz na unidade existente no Hospital Psiquiátrico e Judiciário Jorge Vaz”, o qual oferece atividades recreativas para a reintegração escolar de portadores de transtorno mental na Escola Estadual Henrique Diniz na unidade existente no Hospital Psiquiátrico e Judiciário Jorge Vaz na cidade de Barbacena/MG. Por meio de atividades recreativas buscamos auxiliar o desenvolvimento e a ampliação das condições físicas,

motoras, cognitivas e socioafetivas de nossos alunos. Embora o projeto esteja em ação há pouco tempo, através das atividades recreativas elaboradas a partir dos elementos da cultura corporal de movimento respeitando as capacidades intelectuais de cada indivíduo, é notório o progresso dos participantes na ampliação e desenvolvimento das condições físicas, motoras e cognitivas.

Palavras-chave: Recreação. Reabilitação. Transtorno Mental. Educação Inclusiva.

Abstract

The objective this paper is to relate our experiences into the extension Project “Recreating to Rehabilitate: recreational activities for the school reintegration of people with mental disorders at the Henrique Diniz State School in the existing unit at the Psychiatric and Judicial Hospital Jorge Vaz”. In this project we offer a variety recreational activities aimed at providing opportunities for the school reintegration of people with mental disorders. The project participants are patients from the Jorge Vaz Psychiatric and Judiciary Hospital in the city of Barbacena/MG. Through recreational activities we want to improve the physical, motor, cognitive and socio-affective development these people. Although the project is in action recently, through recreational activities developed from the elements of body culture of movement respecting the intellectual capabilities of each individual is notorious the progress of participants in the expansion and development of physical, motor and cognitive conditions.

Keywords: Recreation. Rehabilitation. Mental Disorder. Inclusive Education.

1. Introdução

Sabe-se que já existe um consenso na comunidade científica sobre as relações positivas existentes entre o exercício físico regular e melhoras no condicionamento físico, na saúde e na qualidade de vida das pessoas de um modo geral, assim como em pessoas com alguma patologia, crônica ou não.

Deste modo, o presente trabalho fundamenta-se no relato das experiências vivenciadas por acadêmicas do curso de Educação Física durante do desenvolvimento do projeto de extensão “Recreando para Reabilitar: atividades recreativas para a reintegração escolar de portadores de transtorno mental na Escola Estadual Henrique Diniz na unidade existente no Hospital Psiquiátrico e Judiciário Jorge Vaz”.

O referido projeto tem como objetivo a reintegração dos pacientes internos do Hospital Psiquiátrico e Judiciário Jorge Vaz (HPJJV) nas atividades da Escola Estadual Henrique Diniz. O

conjunto de atividades praticadas visa incentivar e/ou readquirir aptidões motoras e intelectuais de modo que os alunos sejam capazes de executar ações comuns do dia a dia, visto que muitos deles precisam de auxílio para tomar banho, levantar da cama e trocar de roupa, por exemplo. Isto é, promover a evolução de movimentos básicos que foram prejudicados devido a ociosidade.

A partir das atividades executadas e das intervenções realizadas, foram alcançados resultados promissores até o momento, oferecendo aos pacientes melhores condições de movimento e minimizando suas limitações, evidenciando sobretudo a qualidade de vida dessas pessoas.

2. Desenvolvimento

Diferentes estudos têm demonstrado que a prática regular de exercícios físicos, dentre os inúmeros benefícios já comprovados, pode auxiliar também na redução de sentimentos de ansiedade e estresse, que são sintomas muito comuns em patologias classificadas como transtornos mentais, trazendo reflexos positivos às atividades da vida diária das pessoas com esses transtornos (KAISER, 2001). A melhora da atenção, da memória, do raciocínio e da criatividade também podem ser observadas como resultados favoráveis nas pessoas com tais impedimentos e praticantes de exercícios físicos regulares (COELHO *et al.*, 2009; GODOY, 2002; MUOTRI; NUNES; BERNIK, 2007; WACHS, 2008).

Os transtornos mentais são geralmente caracterizados por uma combinação de pensamentos anormais, emoções, comportamentos e relações com os outros. Podemos citar como exemplos a esquizofrenia, a depressão, o atraso mental e distúrbios ocasionados pelo uso de entorpecentes (OMS, 2019). Segundo Amarante (2007), a saúde mental passou por várias mudanças ao longo dos tempos influenciadas pelas transformações sociais. Mas, a que de fato tornou-se a mais significativa, mobilizada por manifestações e debates nos diferentes setores da sociedade em prol dos direitos civis e políticos do paciente psiquiátrico em busca de um tratamento mais humanizado, foi a Reforma Psiquiátrica. Esta é definida por Amarante (2007) como uma consequência natural de uma transformação da própria ciência, destacando-se que os serviços passaram a lidar com as pessoas e não mais com as doenças. Os reflexos desse processo foram igualmente importantes para as instituições de custódia, ou os chamados hospitais psiquiátricos e judiciários, antigamente nomeados manicômios judiciais.

A sequência de transformações sociais e políticas que possibilitaram os processos de mudanças no tratamento do paciente psiquiátrico em custódia possibilitaram a oferta de um tratamento mais humanizado por meio da atuação de uma equipe multiprofissional. Mesmo assim, ainda é escassa ou inexistente a presença do professor de educação física nessa equipe. O que de fato torna-se um problema, uma vez que a inatividade presente na rotina dos pacientes ocasiona uma elevada ocorrência do sedentarismo, que por sua vez, pode conduzir ao desenvolvimento de doenças como obesidade, diabetes, pressão arterial elevada, etc. A ociosidade também pode

provocar agravamento na redução das capacidades cognitivas das pessoas com transtornos mentais. No caso do Hospital Psiquiátrico e Judiciário Jorge Vaz, instituição de custódia para pacientes com diferentes associações psicológicas, a situação não é diferente.

Contudo, o diferencial dessa Instituição, localizada na cidade de Barbacena/MG, é a existência de uma unidade escolar dentro de suas dependências. No entanto, o maior número de pacientes sob custódia não apresenta condições mínimas para frequentar as aulas na unidade. Foi nesse sentido que nosso projeto de extensão surgiu, com a intenção de tentar recuperar condições físicas, motoras e cognitivas favoráveis para que esses pacientes com transtornos mentais possam ser reintegrados à escola e, assim, tenham mais uma ocupação/atividade integrada às suas rotinas.

As atividades do projeto iniciaram em junho/2019 e têm atendido desde então, um total de 22 pacientes, 16 do sexo masculino e 06 do sexo feminino, com idades distintas. A seleção dos participantes foi realizada através de entrevistas respeitando especialmente critérios como indicação, avaliação médica e o desejo de participar das aulas, sempre com orientação e supervisão direta do psicólogo da Instituição. Também foram consideradas recomendações dos demais integrantes da equipe multiprofissional do Hospital.

A esse grupo de pacientes são oferecidas duas horas semanais de práticas recreativas, sempre às quartas e sextas-feiras no horário de 09h às 10h. O repertório de atividades que desenvolvemos com esse grupo de alunos visa estimular a recuperação de capacidades físicas e competências motoras bem como, reativar capacidades e habilidades cognitivas como memória, atenção, raciocínio lógico. Também entram em nossos objetivos de ação melhorar a aptidão de nossos alunos em lidar com estressores psicossociais, melhorar a ocorrência de sintomas relacionados à doença mental, aumentar a autoestima, a autoimagem, o humor e a prática de interação social.

O planejamento das aulas é realizado semanalmente em reunião de estudo com nossa professora orientadora, a qual coordena as atividades do projeto. Nesses encontros, temos a oportunidade de analisar minuciosamente os avanços observados no desenvolvimento de nossos alunos e as dificuldades ainda não sanadas, bem como as novas que se apresentaram. Além da observação sistematizada em que registramos em diário de campo, após cada aula, aspectos identificados no desenvolvimento físico, motor, cognitivo e socioafetivo de nossos alunos, também realizamos periodicamente (a cada três meses de aulas), uma pequena avaliação física mensurando peso e altura. Essa avaliação nos pareceu necessária uma vez que identificamos a obesidade como um problema comum na maior parcela do grupo. Após colhermos os dados, realizamos o cálculo de índice de massa corporal (IMC) para mensurar aqueles pacientes que perderam ou ganharam peso dentro dos três meses.

Utilizamos durante as aulas materiais cedidos pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sudeste de Minas Gerais – *Campus* Barbacena, além daqueles confeccionados e comprados pelas voluntárias, uma vez que o HPJJV não possui materiais para a prática das aulas de Educação Física. Contamos com bolas de borracha, cordas, arco e cones. Foram adquiridos também (através de doações) tênis esportivos para melhor garantir uma prática segura para os pacientes, visto que a eles é permitido somente a utilização de chinelos, o que prejudicaria a prática nas atividades propostas.

Embora o projeto tenha pouco tempo de ação, já conseguimos observar progressos significativos em todos os participantes, tanto nos aspectos físico-motores, quanto nos cognitivos e socioafetivos. A citar como exemplos temos o caso de um paciente autista que já consegue realizar boa parte das atividades coletivas com visíveis melhoras na aceitação de breves contatos/interações com bolsistas e colegas de grupo; um paciente esquizofrênico que apresentou redução de peso corporal; diversos pacientes que melhoraram a condição física a ponto de conseguirem realizar tarefas simples como calçar o próprio tênis sem auxílio (algo que no início das atividades do projeto não ocorria pela falta de mobilidade e destreza motora); e pacientes que conseguem recordar atividades realizadas em aulas passadas mostrando melhoras na retenção de informações – memória de curto e médio prazo.

Diante do exposto, apesar de ainda não ter conseguido reintegrar nenhum dos participantes às atividades escolares, acreditamos que estamos no caminho certo para alcançar esse objetivo. Outro fato que nos serve como argumento válido na defesa de que o projeto tem promovido impactos positivos nos participantes é a recente solicitação, do psicólogo da instituição, para que estudemos a possibilidade de aumentar o número de aulas semanais, passando a atuar na instituição três vezes por semana, pois foram potencializados aspectos motores e sociais dos alunos após um período de atividades.

3. Considerações finais

O trato e manejo nas ações de promoção, prevenção e proteção da saúde do paciente psiquiátrico permanecem em processo evolutivo, ações políticas e sociais são discutidas para criação de alternativas de ressocialização. O desenvolvimento das atividades que vêm sendo realizadas no Hospital Psiquiátrico e Judiciário Jorge Vaz têm alcançado os objetivos propostos. Em pouco tempo de atuação já é possível notar melhora no quadro evolutivo de alguns pacientes nos quesitos cognitivos, motores, de habilidades da vida diária, saúde e físicos, proporcionando melhor qualidade de vida e facilitando a reintegração destes no meio em que estão inseridos neste momento e com a pretensão de favorecer essa mesma reintegração quando alcançarem a liberdade. Portanto, o projeto de extensão vem alcançando de forma gradual o que tem sido proposto.

Referências

AMARANTE, P. **Saúde Mental e Atenção Psicossocial**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2007.

COELHO, F. G. M. *et al.* Atividade física sistematizada e desempenho cognitivo idosos com demência de Alzheimer: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira Psiquiatria**, São Paulo, v. 31, n. 2, p. 163-170, 2009.

GODOY, R. F. Benefícios Físicos sobre a área emocional. **Movimento**, Porto Alegre, v. 8, n. 2, p. 7-17, 2002.

KAISER, R. C. Saúde Mental. *In*: FRONTERA, W. R.; DAWSON, D. M.; SLOVIK, D. M. **Exercício Físico e Reabilitação**. Porto Alegre: Artmed, 2001. p. 311-330.

MUOTRI, R. W.; NUNES, R. P.; BERNIK, M. A. Exercício aeróbio como terapia exposição a estímulos interoceptivos no tratamento do transtorno de pânico. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v.13, n. 5, p. 327-330, 2007.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **A Atividade Física**. Disponível em: https://www.who.int/topics/physical_activity/es/. Acesso em: 19 abr. 2019.

WACHS, F. **Educação física e saúde mental**: uma prática de cuidados emergentes em Centros de Atenção Psicossocial (CAPS). 2008. 145 f. Dissertação (Mestrado Ciências do Movimento Humano) - Escola de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2008.