

# DANÇANDO A VIDA EM HOSPITAL PSIQUIÁTRICO

Maria Ismênia Reis Pereira\*

À memória de Gracinha e Conceição, companheiras de caminhada e auxiliares preciosas desta experiência.

## Resumo

O artigo relata uma experiência de três anos com Biodança desenvolvida na cidade de Teresina, entre outubro de 1984 e maio de 1987, no Hospital Dia, setor do Hospital Psiquiátrico Areolino de Abreu, instituição pública mantida pelo Governo do Estado do Piauí.

Apresenta inicialmente fundamentos teóricos que justificam a aplicação de Biodança como método capaz de favorecer o resgate da saúde do indivíduo. Em seqüência, faz o relato da experiência, intercalada com algumas reflexões e informações teóricas, justificando e explicando os fatos relatados. Conclui-se com os efeitos provocados nos participantes pela utilização do Sistema Biodança.

**Palavras-chave:** Biodança, hospital psiquiátrico, transtorno mental, saúde.

## Abstrat

This article recounts a three-year experience with Biodance carried out in the city of Teresina, between October of 1984 and May of 1987, in the

---

\* Mestre em Letras  
Professora Universitária (aposentada) – UFPI  
Facilitadora Didata de Biodança

"Hospital Dia," a section of the Psychiatric Hospital "Areolino de Abreu", a public institution maintained by the Government of the State of Piauí.

The article introduces, initially, theoretical basis that justify the application of Biodance as a method capable of recovering individual's health. In sequence, it talks about the experience, inserting some reflections and theoretical information, justifying and explaining the facts recounted. As a conclusion, we show the resultant effects on participants by using the Biodance system.

**Keywords:** Biodance, psychiatric hospital, mental disorder, health.

## 1. INTRODUÇÃO

Biodança nasceu dentro de um hospital psiquiátrico, onde Rolando Toro desenvolvia, com outros profissionais, experiências visando ajudar no tratamento de pessoas com transtornos mentais. Foi nessa experiência que descobriu o poder da dança, do contato, da música no interior do ser, promovendo mais ordem onde o caos havia se instalado.

*Danço:*

*a vida pulsa*

*e expulsa*

*a opressão*

Para Toro (2002, p. 13), em seu sentido original “a dança surge das profundezas do ser humano: é movimento de vida, de intimidade: é impulso de união à espécie.”

É a expressão de vida presente no ser humano, independentemente de sua situação existencial. A falta de condições favoráveis à manifestação e conservação da vida e uma cultura centrada na dominação promovem a opressão, a solidão, a desintegração, a violência,

reduzindo a potência vital e favorecendo o surgimento ou o agravamento de doenças tanto de ordem mental quanto orgânica.

Entretanto, o potencial permanece latente e é capaz de gerar a dança da vida quando estimulado pela metodologia de Biodança, que produz efeitos nos participantes para além dos sintomas das patologias. Assim, apesar de toda a opressão, eis que se manifesta em dança a vida. Apesar de todos os entraves da couraça caracterológica, os potenciais se expressam na dança. E à medida que a saúde se expande, a patologia perde sua força de conduzir o destino do ser.

*Vale a pena remover  
uma travanca enferrujada  
e abrir uma janela:  
o Sol é a recompensa.*

Pela dança-vivência vai-se resgatando progressivamente o nível de saúde. Vivência compreendida como “algo revelado no complexo psíquico dado na experiência interna de um modo de existir a realidade para um indivíduo” (Diltey, apud Toro, 2002:29). Toro a define

como a experiência vivida com grande intensidade por um indivíduo no momento presente, que envolve a cenestesia, as funções viscerais e emocionais. A vivência confere à experiência subjetiva a palpitante qualidade existencial de um viver o “aqui e agora”. (p.30).

Deste modo, à metodologia compete possibilitar a via de acesso à vivência; não a garante e nem prescreve comportamentos ou atitudes a serem seguidos.

A metodologia, segundo Góis (2002, p. 97-99), conjuga “as consignas, as músicas, os movimentos semi-estruturados e o outro-

no-grupo, com as linhas de vivência”.\* Essa estrutura viabiliza “a liberação do mundo pré-reflexivo, espontâneo e instintivo”.

A partir da vivência são atingidos dois outros níveis de aprendizagem: o cognitivo e o visceral, resgatando a integração e a unidade do ser. Biodança propõe, assim, uma inversão epistemológica. Nas terapias cognitivas,

o processo vai dos significados às emoções. A meu ver a compreensão dos significados não modifica as respostas imediatas frente à vida, não podendo influir senão no âmbito da decisão. A Biodança, por isso, baseia-se no processo inverso: aquele que vai das vivências aos significados. (Toro, 2002 p.30)

No programa desenvolvido no Hospital Dia, coordenado pelo Psicólogo Flávio Morais, em que se conjugavam procedimentos terapêuticos distintos, predominava um processo em que os participantes tornavam-se ativos (e não pacientes) em sua recuperação. Esse modo de participação se inseria desde o planejamento à avaliação das ações desenvolvidas.

Tratou-se, portanto, de um trabalho que mais se aproxima de uma pedagogia do que uma terapia: de uma pedagogia do oprimido, conforme proposto por Paulo Freire, ou ainda conforme a psicoterapia do oprimido, concepção segundo a qual a “saúde mental implica a recuperação, no resgate da identidade pessoal do paciente, negada e degradada nos hospícios”. (MOFFATT, 1986, p. 9)

Em Biodança a identidade é entendida como originária de um “solo mais antigo e natural, biológico em vez de social ou psíquico” (GOIS, 2002, p.53).

Do sentir-se vivo é que surge a percepção de si mesmo, de um sentimento de vida, do que emerge um processo antigo de desdobramento da vida em sensações corpóreas. A identidade

---

\* Vitalidade, sexualidade, criatividade, afetividade e transcendência.

vem daí, da Biologia em direção à Psicologia, da transformação do animal em espírito enraizado ou corporeidade vivida, do desdobramento do selvagem em linguagem e o seu retorno a um lugar antigo, primal, fonte de sua aparição e concretude em mundo natural e espontâneo – a vida animal. (p. 52)

A vivência possibilita a revelação, criação e recriação da identidade, semelhante à fotossíntese, conforme os versos de Caetano Veloso, em Luz do Sol

*Luz do sol  
Que a folha traga e traduz  
em verde novo em folha  
em graça, em vida, em força, em luz*

## **2. O CONTEXTO DA EXPERIÊNCIA**

Em outubro de 1984, o Psicólogo Flávio Moraes convidou-me a desenvolver um trabalho de Biodança junto a Associação Comunitária de Saúde Mental do Piauí. Ainda não era facilitadora, mas recebi a autorização de Rolando Toro para desenvolver a experiência.

Conforme era prática do Flávio e do grupo, o primeiro passo foi apresentar Biodança aos possíveis participantes, que assim puderam fazer sua opção consciente.

A Associação, nessa época, desenvolvia uma série de atividades destinadas a ex-pacientes, pacientes do Hospital Dia. Participavam também do encontro, familiares e amigos dos portadores de transtornos mentais. Passavam essas pessoas, em período de crise, o dia no Hospital, retornando à tardinha às suas residências.

Além de Biodança, a Associação mantinha, aos sábados, no espaço hospitalar, grupos de teatro, de terapia verbal, grupo de jo-

vens, AA e Al-Anon Essas ações funcionavam como linha auxiliar ao processo curativo dos pacientes e proporcionavam integração entre estes e seus familiares

A proposta da Associação – que ia além dessas atividades internas ao hospital – objetivava sobretudo favorecer uma mudança de atitude das pessoas (inclusive do próprio paciente) em relação ao doente mental, sempre visto de forma preconceituosa, considerado um incapaz, um transtorno para a família e a sociedade.

O trabalho de Biodança desenvolveu-se em duas fases: a primeira iniciada em outubro de 1984 e encerrada em junho de 1985, com um intervalo no período das festas natalinas. A segunda fase começou em agosto de 1986, concluindo-se em maio de 1987.

### **3. O GRUPO PARTICIPANTE**

Além dos integrantes já descritos, participavam do grupo de Biodança profissionais e estagiários do hospital e de membros do Grupo de Biodança do Piauí.

Era um grupo semi-aberto, fechando-se em algumas ocasiões, por três ou quatro sessões, de acordo com o número de membros e das circunstâncias. Caso um novo paciente se internasse, um amigo ou familiar o acompanhasse, o grupo os acolhia.

Assim, o número de participantes variava muito: entre sete a vinte membros. Dentre estes havia:

- a) os constantes - que acompanharam todo o processo – em torno de sete pessoas;
- b) os semi-constantes - pacientes, ex-pacientes, familiares ou amigos que participavam de algumas sessões, ausentavam-se e retornavam mais adiante
- c) os transitórios, constituídos de:

- pacientes externo, que a conselho dos psicólogos ou psiquiatras participavam de algumas sessões;
- pacientes internos, muitos deles de outras cidades;
- membros da família que acompanhavam o interno;
- participantes de outros grupos que ocasionalmente variavam de atividade, e
- estagiários do hospital que desejavam conhecer a proposta de Biodança.

Essas pessoas, em sua expressiva maioria, eram muito pobres, dependendo para sobreviver, em muitos casos, de sua aposentadoria ou da licença para tratamento de saúde. Mulheres de alcoólatras, carregadas de filhos; viúvas desamparadas; mulheres abandonadas; homens desempregados, explorados. Todos vítimas de uma sociedade desigual. Todos famintos de dignidade. Suas idades variavam entre trinta e sessenta anos; escolaridade precária. Corpos rígidos, tensos, nervosos. Pessoas simples, ingênuas, afáveis, sofridas, esperançosas.

Alguns desses pacientes eram internados, anteriormente, no pavilhão dos psicóticos e, depois da fundação do *Hospital Dia*, foram transferidos, o que, segundo eles mesmos, representou a possibilidade de cura.

Vê-se aí um testemunho daquilo que afirma Moffati (1986, p.15):

A primeira observação que podemos fazer sobre a vida nos hospícios diz respeito a seu enorme e brutal empobrecimento. Em todos os níveis se produzem amputações; não existe qualquer tipo de tarefa, o paciente não possui nada que possa ser sentido como próprio, nem sequer sua própria roupa; é um mundo unisséxual e os dormitórios com camas alinhadas em longas fileiras não permitem a reconstrução de grupos primários. Contudo, e fundamental-

mente, a amputação mais dolorosa é a amputação da dignidade pessoal: no mais íntimo do seu Eu, o internado se sente desqualificado e coisificado. Qualquer mensagem emitida (pelos internos) é reinterpretada pelo pessoal do hospital como “coisa de louco”, o que deteriora o sentimento de autonomia, de auto-respeito do paciente.

Isto faz com que a forma adaptativa mais comum seja a de aceitar o meio manicomial e começar a comportar-se “como louco”, ou seja, a cumprir as expectativas da instituição. Acrescente-se aqui que nem todas as condutas loucas são permitidas, mas apenas as de “louco adaptado”, obediente e respeitoso para com os enfermeiros, os diagnósticos e o regulamento.

Se permanecessem no pavilhão dos psicóticos, com certeza seria este o destino daqueles que foram transferidos para o Hospital Dia.

Foram me apresentadas como neuróticas. Mas no fundo eram pessoas extremamente oprimidas. Ao serem tratadas como doentes mentais, ocultavam-se as verdadeiras causas de seus transtornos: a pobreza, a alienação, a dominação, a exploração.

Em um dos depoimentos, um senhor declarou ter tido sua primeira crise após dias e noites de trabalho extenuante em uma fábrica, em que fazia hora extra para melhorar o salário.

Góis (1994, p. 70-73) estabelece a diferença entre o caráter neurótico e o do oprimido. Diz, citando Reich, que “a formação do caráter neurótico é produzida pela repressão da energia libidinal, pela fixação das situações pré-genitais”. Não se restringe a uma classe específica, mas a toda sociedade.

Continua Góis: “para Reich, a repressão atuaria para impedir o fluxo natural da energia libidinal”; para Biodança “atuaria para impedir a expressão dos potenciais evolutivos de vitalidade, sexualidade, criatividade, afetividade e transcendência”.

O caráter do oprimido, ao contrário, nasce de condições específicas a uma classe. É fruto de um mundo subdesenvolvido: da miséria, da fome, da falta de esperança. “Enquanto a estrutura psíquica da classe dirigente se forma e se desenvolve fora da sobrevivência sócio-econômica, na classe oprimida ela está submetida a essas condições”. Portanto o caráter do oprimido “é formado pelo bloqueio do potencial evolutivo ou núcleo de vida” – pelas condições acima descritas – e “reforçado por uma ideologia de submissão e resignação. Não é um caráter neurótico e sim um caráter alienado (...) fruto do subdesenvolvimento e não de uma psicopatologia”.

O caráter do oprimido forma-se, constrói-se e se mantém pela e para a sobrevivência. “É uma tentativa de resistir ao **caminho de vida** imposto pela classe dirigente, cujo final é representado pela penitenciária, manicômio ou cemitério”

#### **4. Dançando a vida... Recriando o destino**

O grupo reunia-se semanalmente aos sábados, entre 9:00 e 11:00 horas, em uma das salas do hospital. As sessões se organizavam em dois momentos, conforme se propõe em Biodança: intimidade verbal e vivência.

A princípio havia muita dificuldade de se falar, uma ou outra pessoa comentava algo e, mesmo diante de nossas perguntas, o silêncio persistia. E o silêncio tanto pode revelar o não ter nada a dizer ou o medo à expressão. O medo de assumir a palavra em público é outro componente que revela a força da opressão sobre o indivíduo: o medo de não ser entendido, o medo de falar “errado”, o medo de ser desqualificado. Assim, para estimular a fala foram propostas declamações de quadras populares, guardadas na memória desde a infância.

Aos poucos as pessoas passaram a relatar sobre suas vidas e efeitos das vivências em seu cotidiano. Percebia-se no grupo uma profunda necessidade de falar de suas dificuldades, de seus problemas.

Os temas giravam em torno das relações familiares: brigas com maridos ou filhos; traições, doenças. Havia também espaço para o sonho: viúvas que desejavam se casar, mulheres casadas com desejo de liberdade, mulheres separadas reconstruindo uma vida mais feliz. A partir dos depoimentos ficávamos sabendo dos efeitos das vivências sobre a vida de cada um.

Quanto às vivências, utilizamos, no princípio do processo, os exercícios de regulação corporal e de integração do grupo: caminhar fisiológico, carreira sinérgica, variações rítmicas, exercícios segmentários, elasticidade integrativa, danças de fluidez, coordenação e sincronização em par, exercícios de eutonia, rodas de integração, de comunicação, rodas de embalo.

Na seleção dos exercícios, tínhamos em mente, sobretudo, a necessidade de despertar no grupo a alegria, o prazer de viver, o valor pessoal; de reforçar o sentimento de solidariedade, a auto-estima e a confiança, em si e nos outros. A sessão, também, era um momento de repouso, de relaxamento das tensões cotidianas.

Utilizamos bastantes brincadeiras de roda, jogos de espelho, brincadeiras de contato, danças de animais (passarinho, sapo, cavalo, gato); dança de valor, dança yang, valsas; regressão ao estado de criança, embalos, contatos de mãos. Muitos jogos e brincadeiras foram induzidos pelo forró, que era o estilo preferido do grupo: dança do bastão, dança do chapéu, passos de quadrilha, além do forró a dois. Algumas vezes o próprio grupo indicava as danças preferidas. Era uma forma de lhe estimular a autonomia e de respeitá-lo em suas preferências e necessidades.

Ressaltemos que o processo nem sempre fluiu como um rio cristalino. No meio do caminho também havia dificuldades: dias em que o grupo estava reduzido, exigindo do facilitador maior carga de energia; dias em que um ou mais participantes provocavam mais ansiedade do grupo, dificultando a harmonização; dias em que a depressão era tamanha que provocava desânimo. Dias em que eu saía intranquã e desanimada e precisava me harmonizar e reabastecer minhas forças às margens do rio Poty. Mas apesar das pedras, o rio flui... e fluiu...

## **5. Dos efeitos... Para além do salão**

Os efeitos das sessões se faziam notar já no início: o grupo saía alegre e descontraído. À medida que o trabalho avançava, efeitos mais profundos eram relatados pelos participantes ou pelo Flávio – o psicólogo que acompanhava o grupo

Diminuía-se a quantidade de remédios; houve dois casos de impotência sexual resolvidos (um transtorno passageiro), segundo relato posterior do Flávio. Interpreta-se essa cura pela diminuição do estresse e da ansiedade possibilitada pelo trabalho corporal e vivencial. A auto-estima das pessoas crescia à medida que descobriam a mobilidade e o prazer do corpo.

A dança foi descoberta como terapêutica por uma das pacientes, que afirmou dançar em casa quando se sentia “agoniada”; outra se descobriu mais bela, quando percebeu que atraía os olhares por onde passava. A viúva ganhou flexibilidade corporal, demonstrado pela sinuosidade de seu corpo ao caminhar. Um casal de idosos descobriu o prazer de dançar juntos.

Conforme depoimentos dos participantes, os encontros favoreceram a saúde em termos gerais: dormiam melhor, sentiam-se mais serenos, potentes, com mais vigor.

Entretanto os efeitos da Biodança e do programa da Associação geraram vida para além do que supúnhamos.

Em 1992, em um encontro casual com a enfermeira que acompanhava o grupo, perguntei por uma das participantes que tinha uma longa história de internações (vinte anos) Informou-me que ela continuava com bom nível de saúde, sem outras internações, livre dos tranqüilizantes e que reconstruía a sua vida ao lado dos filhos.

Cinco anos depois (1997), em um novo encontro, tomei conhecimento de que o grupo que havia participado de todo o processo coordenado pelo Psicólogo Flávio Moraes mantinha-se em bom estado de saúde e longe do hospital psiquiátrico.

Ressalto que não é fácil traduzir em palavras todo o encantamento e força que Biodança produz em quem a faz ou facilita o encontro; que nem sempre é possível explicar teoricamente o que se

sente ou se percebe durante e após as vivências; somente aliando o pensamento científico ao poético é viável uma aproximação entre vivência e palavra. Mas através dos efeitos provocados, não resta dúvida do bem que o sistema produz nas pessoas que se abrem e se comprometem com a vivência e o seu autodesenvolvimento.

## **BIBLIOGRAFIA**

GÓIS, Cezar Wagner de Lima. **Noções de Psicologia Comunitária**. 2ª Edição. Fortaleza: Edições UFC, 1994

\_\_\_\_\_. **Biodança: identidade e vivência**. Fortaleza: Edições Instituto Paulo Freire do Ceará, 2002

MOFFATT, Alfredo, **Psicoterapia do oprimido: ideologia e técnica da psiquiatria popular**. Trad. Paulo Esmanhoto. 6ª ed. São Paulo: Cortez, 1986

TORO, Rolando. **Biodanza**. Trad. Eliane Matuk. São Paulo: Olavobrás/Escola Paulista de Biodança, 2002.