



32º CONGRESSO  
DE SECRETÁRIOS  
MUNICIPAIS DE  
SAÚDE DO  
ESTADO DE  
SÃO PAULO

15ª Mostra de  
Experiências  
Exitosas dos  
Municípios

8º Prêmio  
David  
Capistrano

"30 anos de SUS: SUStentabilidade para garantia do Direito à Saúde  
Aumento do financiamento federal e estadual!"

## *Promoção em Saúde e Práticas Integrativas*

### **MOVIMENTO VITAL EXPRESSIVO: SENSIBILIZANDO OLHARES, FORTALECENDO REDES**

Maria Goretti N. Medeiros, Adriana Cristina D'orásio

1 Prefeitura Municipal De Campinas - Prefeitura Municipal De Campinas

#### INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

O Movimento Vital Expressivo é um dos instrumentos utilizados pelo sistema de terapia psicocorporal Rio Abierto e por ser uma prática coletiva, está inserido na rede pública de saúde. Sua inclusão no SUS se deu a partir da lógica da Clínica Ampliada e pelas diretrizes das Práticas Integrativas e Complementares (Ministério da Saúde, 2006), a qual tem buscado incorporar-se na atenção primária em saúde como práticas mais humanizadas ao cuidado à saúde. Trata-se de uma prática corporal, realizada em grupos, que tem como principais elementos: a roda, a música, a imitação e o movimento do próprio corpo. O MVE trabalha com a música e utiliza o corpo como veículo e foco de ação transformadora, na busca do equilíbrio físico e mental. Desde 2008, em parceria com a Clínica Movimento: Centro de Estudos e Terapia, a prefeitura de Campinas oferta cursos de capacitação e supervisão em MVE para profissionais com diferentes formações. Atualmente, a Secretaria de Saúde conta com aproximadamente quarenta e oito instrutores capacitados. O MVE teve início na unidade em 2005 com três rodas, compostas por no mínimo, quarenta pessoas, em cada uma delas. Atualmente o grupo acontece uma vez por semana, às sextas-feiras, contando com o apoio do espaço de instituição parceira. A atividade tem duração de sessenta minutos e conta com aproximadamente trinta participantes. O registro de frequência é feito por meio de registro na planilha do E-SUS e com a distribuição de crachás.

**JUSTIFICATIVA** O interesse na prática e a vivência dos benefícios para a saúde da população no âmbito biopsicossocial, a participação das usuárias e os constantes relatos positivos trazidos por elas mantém acesa a chama de trabalhar com atividades que favorecem a promoção da saúde, a prevenção de doenças e o cuidado integral, assim como prevê a Política Nacional da Atenção Básica (PNAB) e o Programa de Práticas Integrativas e Complementares.

#### OBJETIVOS

Contribuir com as ações de promoção da saúde e cuidado integral aos usuários do Centro de Saúde Contribuir para a melhoria da qualidade de vida e socialização dos (as) usuários (as) do território do Centro de Saúde

#### METODOLOGIA

Foi elaborado um questionamento que representasse por meio da escrita e desenho a percepção desta prática, comparando antes de participar do grupo e após a prática.

#### RESULTADOS

Participaram vinte e seis usuárias, mulheres na faixa etária de 50 a 84 anos. Com o objetivo de preservar a identidade das participantes, os desenhos foram numerados e um sorteio aleatório



32º CONGRESSO  
DE SECRETÁRIOS  
MUNICIPAIS DE  
SAÚDE DO  
ESTADO DE  
SÃO PAULO

15ª Mostra de  
Experiências  
Exitosas dos  
Municípios

8º Prêmio  
David  
Capistrano

“30 anos de SUS: SUStentabilidade para garantia do Direito à Saúde  
Aumento do financiamento federal e estadual!”

de dez pessoas foi realizado. É apresentado a seguir o resultado da atividade proposta, expresso em palavras e imagens (os desenhos das participantes foram expostos no Pôster) construídas pelas participantes, antes e após a inserção no grupo MVE. Os relatos demonstram e confirmam os benefícios que o MVE é capaz de trazer pra vida de cada uma das participantes. 1. Tinha o corpo parecia preso. O corpo ficou mais leve, mais disposto. 2. Era uma pessoa que tinha dor. Me sinto outra pessoa e capaz de trabalhar. Muita coisa mudou. 3. Vivia tomando remédios para dores. Tinha sinusite e dores na face. Não conseguia trabalhar direito. Mesinto outra pessoa, quase não tomo remédios. Não fico desanimada. Melhorou dores nos braços e coluna e sinusite. 4. Tinha depressão. Me sentia caída. No grupo de MVE fiz muitos amigos. Muitas risadas. Comemoro aniversário junto ao grupo. 5. Me sentia cansada, desanimada, travada. Sem vontade de sair de casa. Durmo melhor, diminuiu o colesterol, melhorou meu desempenho para a caminhada. 6. Tinha dores por todo o corpo. Desanimada. Me sentia gorda e triste. Emagreci. Continuo mantendo o peso. Conheci novas pessoas. 7. Vivia deprimida, sem ânimo. Chorava muito, muita tristeza, vivia doente. Me sinto feliz, menos depressiva, quero viver muito para curtir o neto. Com menos dor e mais ágil. 8. Muita indisposição, dores no corpo, insônia. Mais alegre e disposta, com mais energia. Estou sem dor. MVE mudou a minha vida para melhor. 9. Veio a velhice, o corpo vai endurecendo. Um pouco de insônia e cansaço físico. Me sentia indisposta. Me sinto mais leve, mais solta e mais alegre. 10. Me via uma pessoa amarga. Dores por todo o corpo. Trabalho. Equilibrada e me sinto feliz. Não sinto mais as dores nas articulações. A satisfação das participaantes deste grupo é expresso diariamente. São apresentados a seguir trechos de duas letras de músicas compostas por uma participante do grupo. Esse momento de expressão artística envolve todo o grupo. MOVIMENTO VITAL EXPRESSIVO – Música 1 GRUPO MOVIMENTO VITAL EXPRESSIVO FAZ BEM PARA O NOSSO EQUILÍBRIO GRUPO MOVIMENTO VITAL EXPRESSIVO FAZ BEM É SAUDÁVEL E É PRECISO ENTRA NA RODA COM A GENTE E JUNTOS VAMOS DAR AS MÃOS VENHA A LONGAR O SEU CORPO AQUECER AS ARTICULAÇÕES CADA UM FAZ NO SEU LIMITE NÃO PRECISA SE PREOCUPAR TEM MUSICA E MUITA ALEGRIA PARA O CORPO SE MOVIMENTAR. . . . MOVIMENTO VITAL EXPRESSIVO – Música 2 MOVIMENTO VITAL EXPRESSIVO É UM SHOW BALANÇA MEU CORPO E ME ANIMA EQUILIBRA AS EMOÇÕES COM MAIS QUALIDADE DE VIDA TODO DIA EU ACORDAVA COM MUITA INDISPOSIÇÃO SENTIA DOR NAS COSTAS ACHAVA SER O COLCHÃO FOI AI QUE EU DECIDI UM MEDICO PROCURAR FUI AO CENTRO DE SAÚDE PARA UMA CONSULTA AGENDAR NÃO DEMOROU MUITO TEMPO COM O DOUTOR EU FUI FALAR ELE DISSE MUITA CALMA EU VOU TE ENCAMINHAR. . . .

#### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Finaliza-se este relato com agradecimentos à rede de apoio, a qual se constitui de todos os colegas que compõe a equipe do Centro de Saúde; as pessoas da comunidade; todas e todos participantes do grupo; as instituições parceiras que cedem os espaços para a realização das atividades e a certeza de que o MVE se constitui em uma ferramenta potente para a Promoção da Saúde.