



RECUPERAÇÃO DE MULHERES VULNERÁVEIS PELA BIODANZA

CARMEN LÚCIA DOS SANTOS

Psicóloga em formação e Mestra em Ciências das Religiões (UFPB)

Facilitadora de Biodanza

O presente artigo contém excertos de nossa Dissertação de Mestrado. Nossa pesquisa investigou a difícil situação de mulheres que vivem nas ruas de Maceió e foram acolhidas pela Casa Betânia, e ainda como a Biodanza pode contribuir para sua reintegração social.

A Casa Betânia está situada na Chácara Santo Antônio, Loteamento Aracauã, lote 10, Qd C, no bairro de Benedito Bentes, Maceió, AL. É uma entidade voltada para o acolhimento e tratamento de mulheres em situação de vulnerabilidade social, vinculada à Igreja Católica, sob a coordenação e cuidados da Arquidiocese de Maceió, sem fins lucrativos, tendo seu representante legal o Cônego Walfran Fonseca dos Santos. A casa tem como finalidade, prestar serviços assistenciais de proteção social básica e também especial a pessoas em situação de exclusão social, aqui incluídas mulheres dependentes de substâncias psicoativas e alcoolistas.

A dependência química gera um processo de degradação do ser humano em todos os seus aspectos: fisiológico, psicológico, social e afetivo, causando um vazio existencial e um estado de desolação, isolamento e tristeza, pelo impacto da substância química no corpo, gerando mal-estar e alguns sentimentos como: culpa, medo, abandono, inutilidade e baixa autoestima. A dependência química (DQ) é uma doença crônica de natureza multifatorial e complexa que atinge os mecanismos biológicos, fisiológicos e cerebrais causando várias comorbidades entre transtornos psiquiátricos (ansiedade e mudança de humor). (CHAIM, BANDEIRA, ANDRADE, 2015, p. 257-8).

A ação da Biodanza por meio das vivências afetivo-motoras atinge o sistema integrador-adaptativo límbico-hipotálamo, centros reguladores das emoções, tais como raiva e medo, como também dos desejos sexuais e dos instintos de sobrevivência, provocando estimulação de certas áreas do hipotálamo, gerando sensações de prazer (TORO, 2005, p.58).



O sistema de recompensa cerebral (SRC) é uma estrutura responsável pelas sensações prazerosas e pelo aprendizado, por meio de repetição de um comportamento, sendo ativado “naturalmente” por atividade sexual e alimentação... e de forma mais intensa, quando são consumidas drogas de abuso (CHAIM, BANDEIRA, ANDRADE, 2015, p. 258).

O principal neurotransmissor que atua neste processo é a dopamina (DA) e o trato que essencialmente compõe esse sistema é o mesolímbico-mesocortical, em que os neurônios são projetados da área tegmentar ventral para o córtex pré-frontal e hipocampo (funções psíquicas superiores) e para o núcleo accumbens, que por sua vez também está conectado à amígdala e participam da composição do sistema límbico (emoções). O sistema de Recompensa Cerebral (SRC) funciona a partir do nível de sensibilidade para todas as drogas de abuso, cujo limiar pode ser modulado através da plasticidade sináptica, ou seja, conforme ocorrem os episódios de intoxicação e uso compulsivo, a sensibilidade aos efeitos tende a diminuir, provocando progressão na intensidade (quantidade e frequência) do uso e contribuindo para o desenvolvimento da DQ. (CHAIM, BANDEIRA, ANDRADE, 2015, p. 258).

Fez-se necessário, em nossa proposta de atuação com Biodanza, levar em consideração a heterogeneidade do grupo de mulheres, atendidas na Casa Betânia, suas impossibilidades e fragilidades expostas, devido ao consumo do álcool e outras drogas, como também suas inúmeras possibilidades de integração na vivência individual e grupal, e ainda a progressividade nos seus mecanismos de ação neurofisiológica, psicológica, mediante exercícios-chaves aplicados de acordo com as linhas de vivência (SANTOS, 2013).

La fusión entre música y danza se produce el cuerpo vivo del danzarín concebido en su condición más visceral, procesos que dependen del estado cenestésico global y de la emoción central que en ese momento afecta al organismo (estímulos límbico-hipotalámicos y corticales) (TORO, 2014, p.77).

A música influi na estrutura do organismo do indivíduo e é capaz de produzir efeito revitalizador e de reeducação afetiva, permitindo uma satisfação emocional e de integração neurológica, por meio dos estímulos motores e das expressões corporais e da conexão com os sentimentos em torno das experiências vividas em Biodanza:



[...] la multiplicidad de los efectos de la música sobre la psiquis humana puede resumirse en el siguiente esquema: cenestésico, evocación de imágenes y colores, evocación de recuerdos, cambios de estados de conciencia, despertar de emociones, modificación de estados orgánicos, neurovegetativos, endocrinos e inmunológicos (TORO, 2014, p.79-80).

Nesse sentido a Biodanza permite o despertar do sentimento no indivíduo de estar vivo, de pertencimento ao universo, de sentir o gosto e o prazer de viver, experiências estas que levam-no a conectar com a essência da sua identidade e de criar vínculos harmoniosos consigo e com o cosmo, integrando a dança e a música por meio das vivências:

La drogadicción emerge como consecuencia de un trastorno de la identidad y en la necesidad de “sentirse otro”, de escapar de sí mismo para estar bien en el mundo. La falta de incentivos existenciales vinculados a la vida y el síndrome motivacional son típicos en personas que no se han contactado con su identidad (TORO, 2014, p. 165-6).

Em nossa proposta, foram selecionados exercícios, escolhidos do catálogo oficial da Biodanza (TORO, 2009, p.7-20), considerando as particularidades destas mulheres excluídas socialmente. Eis alguns exemplos: Sincronização Rítmica em Pares, Caminhar Fisiológico, Movimentos segmentar dos ombros e pescoço, Fluidez e Roda de embalo.

Após algumas vivências, as mulheres vão experimentando, em seu corpo, uma maior percepção e consciência, sentem o prazer e a necessidade de tomar um bom banho, de ajudar outra companheira quando chega na casa, com uma palavra de ânimo, despertam para a convivência mais harmoniosa com as companheiras, se sentem mais solidárias para cuidar dos bebês que chegam acompanhados de algumas mães.

Elas começam então a desenvolver o sentido de uma maior consciência corporal, cuidando da alimentação, do jardim, da limpeza da casa, da preparação da comida, na cozinha, e assume outras responsabilidades tais como: conduzir uma a outra acompanhando-a ao posto de saúde, no serviço de acolhimento do portão, no trabalho com a terra, dentre outras práticas que dinamizam as relações interpessoais.



Constatou-se, em conclusão, o caráter terapêutico da Biodanza. Para aprofundamento da temática recomendamos a leitura do texto integral de nossa Dissertação de Mestrado.

Referências

CHAIM, Carolina Hanna; BANDEIRA, Kercya Bernardes; ANDRADE, Arthur Guerra de. **Fisiopatologia da dependência química**. Rev. Med.: São Paulo, 2015.

SANTOS, Carmen Lúcia dos. **ESPIRITUALIDADE E SAÚDE NO PROCESSO DE RECUPERAÇÃO DE MULHERES, EM SITUAÇÃO DE DEPENDÊNCIA QUÍMICA, POR MEIO DA BIODANZA**. Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-Graduação em Ciências das Religiões. UFPB. Linha de Pesquisa: Espiritualidade e Saúde. João Pessoa, 2020.

SANTOS, Maria Lúcia Pessoa (org.). **Biodanza Clínica: Atenção à saúde e cuidado com a vida**. Belo Horizonte: Edição dos autores, 2013.

TORO, Rolando. **Biodanza**. São Paulo: Olavobrás/EPB, 2005.

TORO, Rolando. **La inteligencia afectiva. La unidad de la mente con el universo**. Chile: Cuarto Propio, 2014.

TORO, Rolando. **Lista oficial de ejercicios, músicas y consignas de Biodanza**. International Biocentric Foundation. Escuela de Biodanza Sistema Rolando Toro. Curso de Formación para profesores de Biodanza. Chile, 2009.