

# PRÁTICAS CORPORAIS NO PROCESSO DE REABILITAÇÃO DE USUÁRIOS DE ÁLCOOL: A EDUCAÇÃO FÍSICA NO TRATAMENTO NOS CAPS AD

**Priscilla Pinto Costa da SILVA**

Universidade de Pernambuco/ Universidade Federal da Paraíba. E-mail: laprisci@gmail.com

**Bruno Medeiros Roldão de ARAÚJO**

Universidade Federal de Campina Grande / Universidade de Pernambuco. E-mail: bruno.rol@gmail.com

**Patricia de Jesus Costa dos SANTOS**

Universidade de Pernambuco/ Universidade Federal da Paraíba. E-mail: patriciajcs@gmail.com

**Clara Maria Silvestre Monteiro de FREITAS**

Universidade de Pernambuco. E-mail: clarasilvestre@gmail.com

## RESUMO

As práticas corporais podem auxiliar no processo de reabilitação de usuários de álcool e trazem benefícios físicos e psíquicos para o cuidado geral do corpo. O objetivo do estudo foi analisar as práticas corporais como parte do processo de reabilitação de usuários de álcool realizadas nos CAPS ad. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, descritiva, de campo, com a participação de 41 sujeitos dos CAPS ad, da cidade do Recife/PE. Como instrumentos de coleta de dados foram utilizados um roteiro de entrevista semiestruturada e um roteiro de observação das aulas de práticas corporais. Os dados foram apreciados por meio da análise de conteúdo. Os resultados indicaram que os usuários acreditam que as práticas corporais ajudam no processo de reabilitação de usuários de álcool, pois preenchem o tempo livre, e traz benefícios para o corpo e a mente. Os aspectos emocionais também foram citados predominando as sensações positivas com alegria, bem-estar e satisfação em realizar as práticas. A conclusão respalda nas práticas corporais como benefícios para os participantes, por meio da socialização e ocupação do tempo livre, esquecendo, mesmo que por um momento curto, as dependências do álcool.

**PALAVRAS-CHAVE:** *práticas corporais, reabilitação, álcool, programa de reabilitação.*

## PRATIQUES CORPORELLES DANS LE PROCESSUS DE REHABILITATION DES UTILISATEURS DE L'ALCOOL: LA ÉDUCATION PHYSIQUE DANS LES ÉDUCATION PHYSIQUE DANS LE TRAITEMENT EN CAPS AD

### RÉSUMÉ

Les pratiques corporelles peuvent aider dans le processus de réhabilitation des consommateurs d'alcool et apporter des avantages physiques et psychologiques pour le soin général de l'organisme. Le objectif de l'étude était d'analyser les pratiques corporelles dans le cadre du processus de réhabilitation des consommateurs d'alcool détenus dans CAPS annonce. Il est une recherche qualitative, descriptif, avec la participation de 41 sujets de CAPS ad, la ville de Recife / PE. Comme instruments de collecte de données ont été utilisées des entrevues semi-structurées et une route pour observer les leçons de pratiques corporelles. Les données ont été analysées au moyen de l'analyse du contenu. Les résultats indiquent que les utilisateurs

**MONT CLÉS:** *pratiques corporelles, réhabilitation, alcool, programme de réhabilitation.*

pensent que les pratiques corporelles aider dans le processus de réhabilitation de consommateurs d'alcool, pour remplir le temps libre et les avantages du corps et de l'esprit. Les aspects émotionnels ont également été cités prédominantes sentiments positifs avec joie, le bien-être et la satisfaction dans les pratiques de la scène. La conclusion appuie les pratiques du corps comme avantages pour les participants, par le biais de la socialisation et de l'occupation du temps libre, oublier, même pour un court laps de temps, dépendances à l'alcool.

## INTRODUÇÃO

O presente estudo apresenta as práticas corporais na saúde mental como mecanismo para contribuir na reabilitação de usuário de álcool, uma vez que o aumento contínuo do uso dessa substância psicoativa torna-se alarmante. Considerando os dados do II Levantamento Nacional de Álcool e Drogas (LENAD, 2013, p. 36), apresenta que 61% da população adulta consomem até 4 doses diariamente.

Para entender o cenário atual nas sociedades modernas, o relatório da Organização Mundial de Saúde (WHO, 2011) aponta que 6% da população mundial, o que corresponde a 11 milhões de sujeitos, apresentam algum tipo de transtorno em decorrência do uso de álcool e drogas.

As práticas corporais aliadas no processo de reabilitação de usuário dependente de álcool podem ser um recurso plausível para o tratamento. O estudo de Zschucke Heinz e Ströhle (2012, p. 17) frisa que as práticas corporais se torna um mecanismo que auxiliam os usuários no processo de reabilitação, pois tais práticas trazem benefícios físicos e psíquicos para o cuidado geral do corpo. Para Casares-López et al. (2013, p. 265) no processo de reabilitação de usuários de álcool é preciso estimular as mudanças educacionais, de valores e de atitudes para que permita pensar transformações nas vidas dos usuários.

Os estudos realizados por Sousa et al. (2010), Campo-Arias e Ceballo e Herazo (2010) revelam que o aumento no consumo de álcool e drogas no Brasil realçam a necessidade não só de compreender este fenômeno social, como também o interesse de pesquisadores de diferentes áreas de conhecimento em encontrar estratégias para minimizar este quantitativo, seja em termo de reintegração do sujeito dependente, seja em formas de prevenção. Destaca-se, portanto, a importância das práticas corporais e a mudança nos modos de viver, como fator de promoção à saúde e proteção de diversas condutas de risco, que vêm sendo evidenciadas ao longo dos últimos anos. Cabe ressaltar que as diferenças entre modos de vida é histórica e específica de determinada tradição (ELIAS, 1994). Contudo, a liberdade individual de escolha aumenta a responsabilidade sobre as consequências podendo ser positiva ou negativa, em que o sujeito se torna responsável por suas atitudes.

Nesta concepção, as práticas corporais se torna um elemento do processo civilizador, como ressaltam os estudos de Elias e Dunning (1994) e Elias (1994), pois tais práticas se tornam relevantes para as relações sociais, sendo um processo para construção de identidade, significados e condutas sociais. É neste sentido que o presente estudo acredita no potencial das práticas corporais como mecanismo alternativo no processo de reabilitação de usuário de álcool e/ou drogas, dentro do tratamento convencional. Geberovich (2003) frisa o vício como um fenômeno indissociável do ambiente, e para cuidar do dependente químico deve apoiar-se em uma rede de profissionais de diversas áreas, desde os da saúde como também os de prática educacional.

Um marco nesse processo de tratamento para usuários de álcool e drogas, concebe a inserção da prática corporal como forma terapêutica orientada a reinserção social de usuários de substâncias psicoativas. Com a implantação da reforma psiquiátrica no Brasil, surgiu os Centros de Atenção Psicossocial – CAPS, com o objetivo de aproximar os sujeitos com sofrimento psíquico ao convívio social e familiar (BRASIL, 2004; ABIB et al., 2010). Nessa direção, os CAPS estabelecem relações entre as práticas corporais e as políticas públicas em saúde psíquica como estratégia para reforma psiquiátrica (WACHES, 2008). É nesse sentido, que o estudo abrange as práticas corporais como meio que auxilia o processo de reabilitação de usuários em tratamento.

Assim, os CAPS que atendem usuário de álcool e drogas (CAPS ad) a partir de um trabalho multiprofissional oferecem serviços de reabilitação de usuários de álcool e outras drogas, e nas cidades acima de 200.000 habitantes, o profissional de educação física está inserido na equipe. Assim, o objetivo do estudo é analisar as práticas corporais como parte do processo de reabilitação de usuários de álcool realizadas nos CAPS ad.

## METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de campo de caráter qualitativo, por permitir a compreensão do conhecimento de uma realidade social por meio das informações relativas a um problema, na descoberta de novos fenômenos e nas relações de um determinado fato, aproximando o pesquisador às experiências com o

cenário pesquisado (BANKS, 2009).

Participaram 41 sujeitos dos gêneros masculino e feminino, dos cinco CAPS ad, da cidade do Recife, Pernambuco, Brasil. Foram adotados como critério de inclusão sujeitos maiores de 18 anos, sem distinção de gênero, usuários de álcool, que estavam em processo de reabilitação nos CAPS ad. Os sujeitos foram selecionados de modo acidental, considerando a não interrupção das atividades dos CAPS ad, utilizando o critério de saturação das falas para definir o tamanho da amostra.

Como instrumentos de coleta de dados foi utilizado um roteiro de entrevista semiestruturada. Neste instrumento, o entrevistador tem a liberdade de introduzir perguntas ou fazer intervenções que visam abrir o campo de explanação do entrevistado ou aprofundar o nível de informações ou opiniões (BANKS, 2009). Além disso, foi utilizado um roteiro de observação das aulas de práticas corporais, proposto por Spradley (1980). As falas advindas das entrevistas foram transcritas e a apreciação por meio da análise de conteúdo de Bardin (2002, p. 38) auxiliada pelo *software* AQUAD 6, a partir da codificação dos dados.

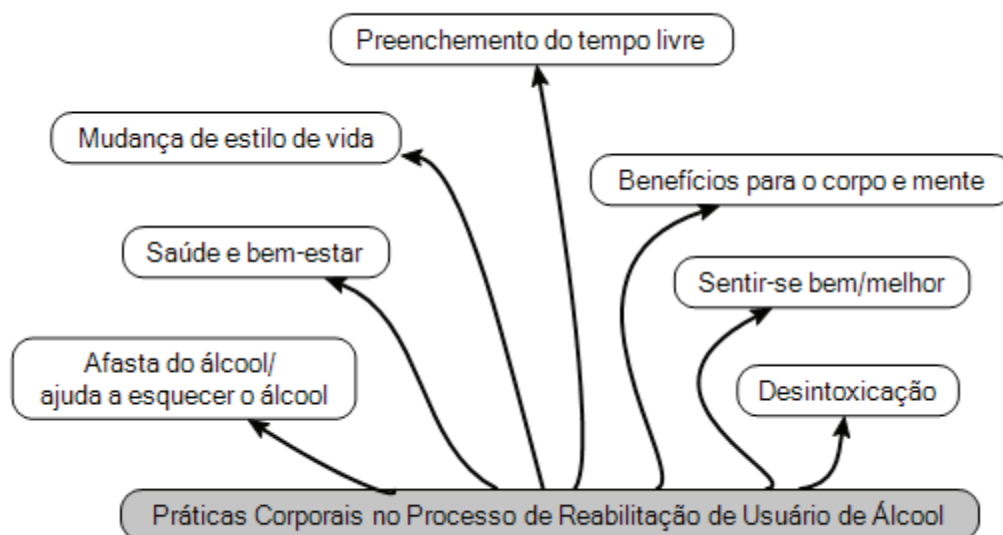
Após essa fase, foram elaboradas *a posteriori* as categorias temáticas. Para ilustrar as categorias estabelecidas foi utilizado o *software* GoDiagram Express 2.6.2 para a construção dos diagramas.

Este projeto de pesquisa foi submetido e aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade de Pernambuco, com o identificador o CAAE: 23424613.4.0000.5207. Todas as diretrizes estabelecidas na resolução 466/12, do Conselho Nacional de Saúde, foram observadas no delineamento deste estudo. Considera-se bastante reduzida a possibilidade de danos à dimensão física, psíquica, moral, intelectual, social, cultural ou espiritual dos atores sociais da pesquisa, em qualquer fase deste estudo.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

A maioria dos usuários é solteiro e desempregado. Os usuários relataram que nas aulas de educação física nos CAPS ad são realizadas com foco no alongamento e na ginástica, de forma coletiva e individual. Ainda são realizados passeios terapêuticos, em que as aulas de educação física são realizadas em parques, contudo a socialização é trabalhada apenas no grupo do CAPS. Ravindran e Silva (2013, p. 710) informam que os exercícios aeróbicos e não aeróbicos podem ajudar a melhorar a aptidão física e aliviar o estresse, e outras práticas como a terapia da luz e acupuntura trazem benefícios para o humor, quando aplicados como alternativas para a terapia na saúde mental.

Os usuários acreditam que as práticas corporais ajudam no processo de reabilitação de usuários de álcool, pois preenchem o tempo livre, e traz benefícios para o corpo e a mente. Mahoney e Stattin (2000, p. 119) ressaltam que a estruturação do tempo, torna-se importante para usuários que estão em processo de reabilitação, e a inclusão das práticas corporais auxilia em buscar hábitos saudáveis para mudança de estilo de vida, como está ilustrado no diagrama 1.



## **Diagrama 1: Práticas corporais no processo de reabilitação de usuários de álcool**

O diagrama 1 apresenta a categoria, Práticas Corporais no Processo de Reabilitação de Usuário de Álcool, destacada na cor cinza, e conduz a sete variáveis, assinaladas na cor branca, que tiveram maior frequência a partir das falas dos participantes. O entrevistado 06 quando fala das práticas corporais, ressalta que “[...] é uma maneira de ocupar a mente, desenvolver outras atividades”.

Os profissionais na área da saúde mental podem trabalhar com diversos fatores relevantes para os modos de vida, como a promoção do bem estar individual e social, o tratamento de várias psicopatologias e a preservação e otimização cognitiva (WALSH, 2011). O autor acredita que a terapia de mudança de modos de vida pode ser utilizada por meio de práticas corporais, nutrição, tempo na natureza, relacionamentos, lazer, relaxamento, gestão do estresse, envolvimento religioso ou espiritual e outros, os quais podem ser tão eficazes quanto os fármacos. Os fatores relacionados aos modos de viver podem determinar a saúde física e mental, assim o consumo abusivo de álcool ou drogas, se torna um fator determinante pelo modo de vida. É nesse sentido que Walsh (2011) acredita que a terapia de mudança de modo de vida pode reverter situações de dependência de substâncias psicoativas e outras doenças.

Nesse contexto, o profissional de educação física pode motivar os atores sociais no processo de recuperação do abuso e dependência de álcool, além de promover o bem-estar por meio das práticas corporais (KREMER; MALKIN; BENSHOFF, 1995). Essas práticas, desenvolvidas como forma de intervenção preventiva e terapêutica podem contribuir na prevenção de distúrbios à saúde psíquica (ZSCHUCKE; HEINZ; STRÖHLE, 2012). Além disso, o estudo de Ströhle et al.(2007) aponta que a dependência de álcool e outras drogas é menor em sujeitos fisicamente ativos.

Os aspectos emocionais também foram citados predominando as sensações positivas com alegria, bem-estar e satisfação em realizar as práticas, como frisa o entrevistado 26: “Eu me sinto bem, me sinto muito bem, tranquilo, tranquilo.” A construção da emoção por meio das práticas corporais é um fenômeno social (ELIAS; DUNNING, 1992, p. 16), visto as trocas de experiência durante tais práticas são realizadas de forma mútua, auxiliando também a integração social.

O uso recreativo de álcool pode permitir ao usuário conseguir alguma subjetividade em que no estado normal não se torna possível. Para Becker (1967; 2008) experimentar os efeitos subjetivos produz um desvio na percepção a partir das experiências externas, envolvendo distorções na percepção do tempo, espaço, mudanças comportamentais e significados. Elias e Dunning (1994) colocam que o uso do álcool em festas, por exemplo, permite ao consumidor reduzir as barreiras da impessoalidade e apresenta uma relação mais próxima entre si, contudo os limites da socialização são encobertos e excedidos pela bebida, distorcendo a natureza do lazer. O uso de substâncias psicoativas de forma recreativa está associado também às práticas corporais tanto para induzir novas experiências subjetivas dos expectadores, como também dos praticantes.

Uma revisão sistemática, desenvolvida por Stathopoulou et al. (2006), sobre intervenções por meio de práticas corporais e saúde mental, apresentou vários benefícios no tratamento para o abuso do álcool. Dentro deste contexto, as práticas associadas ao processo de reabilitação, em regime de internamento, relacionadas ao desejo de ingerir álcool significativamente mais baixo, bem como os níveis de ansiedade e depressão. Além disso, as taxas de usuários que entraram em abstinência do álcool foram maiores entre os que participavam de programa envolvendo práticas corporais com foco no condicionamento físico em conjunto ao tratamento, em comparação aos usuários em tratamento regular. Foi identificado também que a prática da corrida resultou em redução significativa no consumo de álcool entre os usuários.

## **CONCLUSÃO**

Foi analisado que as práticas corporais como parte do processo de reabilitação de usuários de álcool realizadas nos CAPS ad na cidade do Recife. De acordo com os relatos dos usuários estas práticas trazem benefícios para os participantes, por meio da socialização e ocupação do tempo livre, esquecendo, mesmo que por um momento curto, as dependências do álcool.

Desta forma, a relação entre as práticas corporais e o uso de álcool e drogas deve ser reconsiderada no que concerne às ações de caráter preventivo. A prática corporal pode ser um meio de encontrar novas formas de vida, quando associadas a práticas educativas e que o sujeito possa vivenciar experiências significativas e

perceber os aspectos positivos as implicações para os modos de vida relacionados à saúde.

Contudo, vale salientar que o CAPS ad desenvolve um tratamento a partir de uma abordagem de multiprofissionais, e o presente estudo trabalhou apenas no contexto da educação física. Assim, sugere-se outros estudos envolvendo outras áreas e também com usuários dependentes de outras substâncias psicoativas.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. ABIB, L. T. et al. Práticas Corporais em Cena na Saúde Mental: potencialidades de uma oficina de futebol em um Centro de Atenção Psicossocial de Porto Alegre. *Pensar a Prática*, Goiânia – GO, v. 13, n. 2, p. 1-15, 2010.
2. BANKS, M. Dados visuais para pesquisa qualitativa. Tradução J. Fonseca. Porto Alegre, 2009.
3. BARDIN, L. Análise de conteúdo. Tradução. Luís Antero Reto e Augusto Pinheiro. Lisboa: Edições 70, 2002.
4. BECKER, H. S. Outsiders. Estudos de sociologia do desvio. Rio de Janeiro: Zahar, 2008.
5. BECKER H., History, culture and subjective experience: an exploration of the social bases of drug induced experiences, *Journal of health and social behavior*, n. 8, 1967.
6. BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde Mental no SUS: os Centros de Atenção Psicossocial. Brasília: Ministério da Saúde, 2004.
7. CAMPO-ARIAS, A.; CEBALLO, G. A.; HERAZO, E. Prevalence of pattern of risky behaviors for reproductive and sexual health among middle- and high-school students. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, Ribeirão Preto – SP, v.18, n. 2, p. 170-4. 2010.
8. CASARES-LÓPEZ, M. J. et al. Predictores of retention in a drug-free unit/substance abuse treatment in prison. *International Journal of Law and Psychiatry*, Montreal – Canada, v. 26, n. 3-4, p. 264-272, 2013.
9. ELIAS, N.; DUNNING, E. A busca da excitação. Lisboa: DIFEL, 1992.
10. ELIAS, N.; DUNNING, E. Sport et civilisation: la violence maîtrisée. Paris: Fayard, 1994.
11. ELIAS, N. O processo civilizador. Tradução de Ruy Jungman. v 1. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1994.
12. GEBEROVICH F. No satisfaction. *Psychanalyse du toxicomane*. Paris, Albin Michel, 2003.
13. KREMER, D.; MALKIN, J. M.; BENSHOFF, J. Physical activity programs offered in substance abuse treatment facilities. *Journal of Substance Abuse Treatment*, New York – USA, v. 12, n. 5, p. 327-333, 1995.
14. MAHONEY, J. L.; STATTIN, H. LEISURE ACTIVITIES AND ADOLESCENT ANTISOCIAL BEHAVIOR: THE ROLE OF STRUCTURE AND SOCIAL CONTEXT. *JOURNAL OF ADOLESCENCE*, V. 23, N. 2, P. 113-127, 2000.
15. LENAD. INSTITUTO NACIONAL DE CIÊNCIA E TECNOLOGIA PARA POLÍTICAS PÚBLICAS DO ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS. INPAD II Levantamento Nacional de Álcool e Drogas – Lenad (2013).
16. RAVINDRAN, A. V.; SILVA, T. L. Complementary and alternative therapies as add-on to pharmacotherapy for mood and anxiety disorders: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, v.150, n.3, p.707–719, 2013.
17. SOUSA, T. F. et al. Autoavaliação de Saúde e Fatores Associados em Adolescentes do Estado de Santa Catarina, Brasil. *Revista Paulista de Pediatria*, São Paulo – SP, v. 28, n. 4, p. 333-339, 2010.
18. SPRADLEY, J. P. Participant Observation. Orlando: Harcourt Brace Jovanovich College Publishers, 1980.
19. STATHOPOULOU, G. et al. Exercise Interventions for Mental Health: A Quantitative and Qualitative Review, *Clinical Psychology: Science and Practice* [0969-5893] Stathopoulou, Georgia v.13, n. 2, p. 179-193, 2006.



20. STRÖHLE, A. et al. Physical activity and prevalence and incidence of mental disorders in adolescents and young adults. *Psychological Medicine*, Virginia – USA, v.37, n. 11, p.1657–1666, 2007.
21. WACHES, F. Educação física e mental: uma prática de cuidado emergente em Centros de Atenção Psicossocial (CAPS). Dissertação (mestrado). Porto Alegre: Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2008.
22. WALSH, R. Lifestyle and mental health. American Psychological Association, Washington – USA, v. 66, n. 7, p. 579-592, 2011.
23. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global Status Report on Alcohol and Health, 2011.
24. ZSCHUCKE, E.; HEINZ, A.; STRÖHLE, A. Exercise and physical activity in the therapy of substances use disorders. *Scientific World Journal*, New York – USA, v. 2012, p. 1-19, 2012.