

EDUCAÇÃO POPULAR EM SAÚDE ATRAVÉS DA AUTOMASSAGEM E MEDICINA CHINESA NO BRASIL

MARCOS FREIRE JR. e cols. NÚCLEO DE MEDICINA NATURAL E TERAPIAS DE INTEGRAÇÃO – NUMENATI / SES / GDF (atenção básica) marcos.freire.jr@terra.com.br

A população brasileira, assistida pelo sistema público de saúde, assim como os seus servidores, ainda pensam e agem, em grande parte, com hábito no velho paradigma de tratar a doença já estabelecida. A despeito do esforço de correção desse paradigma, através da implantação do Sistema Único de Saúde (SUS) e do Programa de Saúde da Família (PSF), a porta de entrada do sistema público de saúde ainda encontra-se deslocada para os serviços de emergência.

É clara a necessidade da introdução de novas práticas, onde a hierarquia da assistência priorize a promoção da saúde e a prevenção de doenças, como preconizado pelo SUS.

A milenar medicina tradicional chinesa (MTC), com sua linguagem teórica simples, permite o acesso da população a um valioso conhecimento sobre a saúde do ser humano. Esse conhecimento, aliado à prática de exercícios físicos e mentais, respiratórios, posturais e de automassagem nos pontos de acupuntura, também tradicionais da MTC, e adaptáveis às variáveis de idade e estados de saúde, habilita o praticante a ser um agente ativo no gerenciamento da própria saúde.

Propõe-se, então, a formação de grupos educativos, abertos à população em geral, reunidos em torno do tradicional cultivo à saúde preconizado pela MTC. Os grupos são conduzidos por profissionais de saúde devidamente habilitados em MTC e também nos conhecimentos ocidentais de anatomia, fisiologia e patologia humanas e de ecologia. Para realização desses encontros, precisa-se apenas de um local apropriado, amplo e ventilado. Tecnologias são dispensáveis, mas podem ser bem-vindas como materiais de apoio didático.

A realização desses encontros em grupos, de forma regular e semanalmente, oferecidos desde 1988, no sistema público do Distrito Federal, atualmente com mais de sessenta grupos, e também em Pernambuco, Santa Catarina e outros estados, comprovam a sua viabilidade.

A participação crescente dos usuários nesses grupos, assim como os seus relatos, atestam uma melhora significativa da qualidade de vida, da função respiratória e dos órgãos em geral, da movimentação e da consciência corporal, da auto-estima, da capacidade de lidar melhor com os agravos à saúde e de como fazer para manter-se saudável. Aliada a estes

resultados está uma maior participação em outros programas de promoção da saúde e de prevenção de doenças, bem como uma diminuição na demanda por procedimentos de maior complexidade.

Os encontros em grupo e a MTC trazem para os participantes uma visão integral do ser humano e de sua interação com a sociedade e com a natureza. Isto contribui decisivamente para a reformulação dos serviços de saúde, onde todos se tornam agentes da própria saúde e da saúde da coletividade.