

UM SIMPLES TOQUE DE AMOR

Beatriz Salek Fiad

Médica do Trabalho e Pediatra da Prefeitura Municipal de Campinas – Secretaria de Recursos Humanos - Escola de Governo e Desenvolvimento dos Servidores; e da Prefeitura Municipal de São José dos Campos – Hospital Clínica Sul.

End: Rua Major Solon, nº 441, aptº 22 – Cambuí – Campinas/SP – CEP: 13024-091
E-mail: beatriz_fiad@yahoo.com.br

Introdução e justificativa do trabalho para a humanização da saúde

“Um simples Toque de Amor” surgiu do que há de mais humano no ser humano, que é a capacidade de se colocar no lugar de seu próximo, emocionar-se, tocar-se, compadecer-se e compartilhar a dor e o amor. Ele foi construído no decorrer de muitos anos de trabalho e observação, na prática da Pediatria aliada à da Medicina do Trabalho. Esta possibilidade de mais de um olhar, a experiência de mãe e cuidadora em todos os sentidos. Uma imensa vontade de ver revertido o processo de adoecimento, agravado pela violência das relações nos ambientes de “Saúde”. Não era mais possível calar-me diante do aumento no número das doenças ocupacionais, da crescente demanda de atendimento em todas as unidades de saúde e do custo emocional e financeiro deste quadro. O gasto desmedido com medicamentos e procedimentos e a ineficácia em tantos casos, me levaram a buscar novas possibilidades. Apresentei eu mesma, um quadro de esgotamento físico-emocional e após ter me submetido a inúmeros tratamentos convencionais, fui lembrada pela vida, de práticas muito familiares, que eu havia abandonado pela correria do dia a dia. Retornei à Ioga, relaxamento, dança, meditação (figura 1). Fui apresentada ao Reiki, à Auriculoterapia, à Reflexologia, à Shantala (figura 2) e tantas outras técnicas. Tamanho foi o benefício, que passei a recomendar essas técnicas aos meus pacientes e tão grande foi o retorno que dediquei-me a esse trabalho.



Figura 1 - Meditação



Figura 2 – Shantala com bebês

Metodologia

Campinas - Aproveitando a estrutura da EGDS (Escola de Governo e Desenvolvimento dos Servidores) na Prefeitura de Campinas, formamos grupos onde, através da leitura, música, dança, meditação, exercícios respiratórios, dinâmicas de grupo, Reiki, auto-massagem, reflexões sobre filmes, fundamentos da Física Quântica e Técnicas Transpessoais, ministramos cursos. Focamos a capacidade criativa do ser humano. Visamos devolver a cada participante um pouco de alegria e tranquilidade, para que seja possível que cada um visualize o leque de possibilidades que lhe é oferecido, todos os dias, pela vida.

São José dos Campos - O trabalho vem sendo realizado num outro formato, adequado às instalações do serviço e à disponibilidade de tempo dos colaboradores.. Optamos pelo atendimento individual, também com a vivência das práticas de relaxamento, meditação, automassagem, Reiki, Shantala, aromaterapia e musicoterapia..

Resultados e discussão

O que temos observado é uma mudança principalmente do entendimento do verdadeiro significado de ser-se humano. A possibilidade de sair da impotência contra a violência e construirmos a paz dentro de cada um de nós, através de uma simples e constante observação de nossos pensamentos, nosso modo de agir e reagir. A transformação interna e a conseqüente mudança no padrão de comportamento estão promovendo novos quadros em nossos ambientes de trabalho. Observamos recentemente, após o surgimento da “Gripe Suína”, como é possível, através da conscientização mudar o rumo dos acontecimentos. Porque não fazemos isto em relação às outras afecções como a hipertensão, o diabetes, as doenças osteomusculares e tantas outras? Estamos nos perdendo na discussão sobre quem seria o responsável em dar o primeiro passo.

Conclusões

Temos desperdiçado tempo, energia, recursos materiais e muito dinheiro. Penso que o caminho é o da conscientização do ser humano, da sua verdadeira natureza, do seu real valor, da sua genuína capacidade, da sua responsabilidade com suas escolhas na vida.

Com “**Um simples Toque de Amor**” ao nos olharmos com carinho, ao nos tocarmos e ao nosso próximo com cuidado e respeito, ao tomarmos conta do tom de nossa voz, estaremos fazendo a nossa parte, dando o nosso exemplo, dando o primeiro passo a caminho de sermos mais humanos.

Referências

Disponível em

<<http://www.senado.gov.br/sf/senado/portaldoservidor/jornal/jornal64/imagens/automassagem.pdf>>. Acesso em 29 set 2009.

Disponível em <<http://pt.wikipedia.org/wiki/Reiki>>. Acesso em 29 set 2009.

Disponível em

<http://www.google.com.br/url?q=http://pt.wikipedia.org/wiki/Ioga%23O_voc.C3.A1bulu_io ga&ei=eTvCSqz->>. Acesso em 29 set 2009.

Disponível em <<http://pt.wikipedia.org/wiki/Medita%C3%A7%C3%A3o>>. Acesso em 29 set 2009.

Disponível em

<http://www.elicfilhos.com.br/site/display_materia.jsp?titulo=Shantala,+um+ritual+de+carinho>. Acesso em 29 set 2009.

Disponível em <<http://pt.wikipedia.org/wiki/Musicoterapia>>. Acesso em 29 set 2009.