



## *Movimento Integrado de Saúde Comunitária de Minas Gerais*

### ECUMENISMO E MEIO AMBIENTE

Marlene Rodrigues Gomes da Silva<sup>1</sup>  
MISC Minas<sup>2</sup>

#### INTRODUÇÃO

Antes de iniciarmos nosso estudo, convido-os a uma reflexão sobre o tema do Curso de Férias: ECUMENISMO E MEIO AMBIENTE.

Parece adequado usar como ferramenta o recurso do filósofo grego, Sócrates, que é fazer pergunta.

1. Qual é o termo que define e apresenta claramente o ato que revela a parte humana, quando o ecumenismo acontece?

Comunicar; Conhecer; Relacionar; Viver em comunidade; Cuidar?

Cada um desses termos, quando apresentados, pede um complemento. Por exemplo: comunicar o que? A quem? Como? Quando?...

Parece que o termo mais indicado é “FAZER”.

O que podemos fazer juntos, em benefício da “Casa Comum”, mesmo quando há diferenças por razões de etnias, de classes econômicas, de níveis culturais ou religiosos?

2. Qual é o termo que define, concretamente, o local onde as pessoas podem realizar a materialidade do cuidado com o meio ambiente?

Casa; Praça; Ruas; Floresta; Rios; Ar; Solo; Estradas; Planeta?

Neste tempo que nos foi concedido para estudo, convido vocês a perceberem, sensivelmente, cada conteúdo, para que ao final, tenhamos mais clareza para escolher o que fazer para que aconteçam o ecumenismo e o cuidado com o meio ambiente.

Neste estudo, busca-se apresentar a Terapia Comunitária Integrativa e levantar possibilidades de como esse sistema de cuidado e promoção da saúde pode contribuir para as propostas desse Curso de Férias.

---

<sup>1</sup> - Psicóloga Clínica, com Mestrado em Educação e Linguagem, cuja pesquisa foi “A metáfora na linguagem da Terapia Comunitária”. Possui, ainda, graduação em Ciências Físicas e Biológicas e Matemática, Pós-graduação, em Gerência de Recursos Humanos e Psicanálise Aplicada à Saúde Mental. Especialização em Prática Colaborativa, pelo Galveston Houston Institute-USA. Presidente do Conselho de Administração e Coordenadora do Departamento de Cursos do MISC Minas. Primeira Secretária da ABRATECOM, gestão 2015-2017.

<sup>2</sup> - MISC Minas – Movimento Integrado de Saúde Comunitária de Minas Gerais, Polo Formador do Curso de Terapia Comunitária Integrativa. Encontram-se abertas as matrículas para o Curso de TCI, em Caratinga/MG. Fones: 31 3823 3357; 99615 3357 (vivo) 99988 1199 (Oi). Email: [miscminas@yahoo.com.br](mailto:miscminas@yahoo.com.br) Site: [www.miscminas.com.br](http://www.miscminas.com.br)

## 1. A TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA: UM SISTEMA DE CUIDADO E PROMOÇÃO DA SAÚDE

A Terapia Comunitária Integrativa (TCI) surgiu na região nordeste do Brasil, no Estado do Ceará, cidade de Fortaleza, em uma comunidade denominada Pirambu, no ano de 1987.

A TCI é um cuidado exercido com alteridade pelos membros de uma comunidade perante os problemas que nela se apresentam, sob a orientação de um Terapeuta Comunitário.

*Alteridade* significa ter a capacidade de apreender o outro na plenitude da sua dignidade, dos seus direitos e, sobretudo, da sua diferença. Está contido no termo alteridade o fenômeno de que a existência e razão do eu são dependentes do outro.

Esse modo de cuidado surgiu da prática do Professor de Medicina Social, da Universidade Federal do Ceará, doutor em Psiquiatria e Antropologia, Adalberto de Paula Barreto, que faz uso do termo ‘Terapia’ com o significado de “acolher, ser caloroso, servir, atender”, no sentido de alívio do sofrimento das pessoas.

A TCI permeia os múltiplos aspectos da construção social: econômico, educacional, político, saúde, e tem como objetivos (BARRETO, 2010, p. 39):

1. Valorizar e reforçar o papel do indivíduo, da família e da rede de relações para que possam descobrir seus valores, suas potencialidades, tornando-se mais autônomos e menos dependentes;
2. Favorecer o desenvolvimento comunitário, prevenindo e combatendo as situações de exclusão dos indivíduos e das famílias por meio da restauração e fortalecimento dos vínculos sociais e de encaminhamentos sócio-econômico-educacionais;
3. Melhorar a comunicação entre as diferentes formas de saberes: “saber popular”, “saber científico” e “saber político”;
4. Intervir nos determinantes sociais que influenciam a ocorrência de problemas de saúde, segundo a OMS (Organização Mundial da Saúde), em especial na redução do estresse e das dependências.

Esse sistema age sob os pressupostos das orientações epistemológicas - complexidade, instabilidade e intersubjetividade, calcadas na autorreferência, no poder generativo da linguagem e na organização autopoietica dos sistemas humanos com ênfase na construção de significados, nos modelos dialógicos e nas metáforas narrativas e hermenêuticas - como uma ação inter e, ao mesmo tempo, transdisciplinar, que busca uma nova forma de compreender a realidade, articulando elementos que passam entre, além e através das disciplinas.

As disciplinas, aqui, se referem aos eixos teóricos da TCI, concebidos como as urdiduras, que são os fios longitudinais, através dos quais se constrói a trama da linguagem da TC. São eles: o Pensamento Sistêmico, a Teoria da Comunicação, a Antropologia Cultural, a Pedagogia de Paulo Freire e a Resiliência.

A pessoa que participa de uma Roda de TCI traz consigo um comportamento verbal metafórico e encontra nesse ato terapêutico de grupo uma linguagem que induz à metáfora<sup>3</sup> e a faz sentir-se confortável ao ser compreendida nessa linguagem. À medida que a pessoa continua participando da TCI, sua expressão verbal e, mesmo, não verbal, revelam uma mudança conceitual, porém a linguagem metafórica permanece.

---

<sup>3</sup> - A linguagem metafórica ocorre quando se designa um objeto por outra palavra ou expressão que não a própria, em virtude da semelhança. (p.ex., ao dizer “minha mente é um céu azul, tem lugar para o beija flor e para o urubu”. O sentido dessa expressão é: eu tenho uma mente aberta para acolher o diferente, seja ele branco ou negro, rico ou pobre, estudado ou analfabeto. Reconheço no outro a sua dignidade como pessoa humana.

Essa trama complexa incita todos a se envolverem num relacionamento colaborativo e conversacional, num esforço mútuo com o propósito de cuidar daquela pessoa presente à Roda de TCI e possibilitar-lhe o alívio do próprio sofrimento.

Quando se fala de TCI, teoria e prática se interconstituem. A proposta é pensar a teoria a partir da prática. Este fato favorece: primeiro, uma atitude coerente para o profissional refletir sobre sua ação com o objetivo de gerar um sistema de inteligibilidade que organize a prática de forma adequada e própria com a realidade onde atua; segundo, para gerar uma ação consistente e que, ao mesmo tempo, promova mudanças, tanto no sistema de ideias, quanto da prática dela derivada.

Segundo Marilene Grandesso (2007, p.186), a TCI pode ser compreendida como uma prática de intervenção social de caráter transformador, preventivo e de cuidado, tendo como cliente a comunidade. Essa autora esclarece que não se trata da terapia pública de um indivíduo na comunidade, mas da terapia da comunidade a partir de um assunto trazido por um indivíduo e escolhido pela comunidade para tema gerador da conversação, onde cada um pode evidenciar sua competência ao apresentar estratégias de superação. “A rede como desenho apresenta-se como um contexto de trocas laterais, não hierárquicas” (GRANDESSO, 2007, p. 186). Também não se assume uma linearidade pura e simples, pois a cada momento, um participante se evidencia. Da mesma forma, o Terapeuta Comunitário, que conhece os procedimentos do protocolo e os pressupostos subjacentes à prática, coloca-se como co-construtor do processo, sem tomar uma proposição de lugar privilegiado de especialista, sua função é de organizar o contexto de terapia como uma prática de conversação que se desenvolve com uma base inter e transdisciplinar.

A TCI tem se constituído numa ferramenta utilizada por todos aqueles que lideram grupos em que haja demanda de maior integração e autonomia, independente de credo, profissão, partido político, classe econômica, raça ou gênero.

A TCI funciona como elemento autorregulador do sistema social ao qual pertencem as pessoas que participam das Roda de TCI, uma vez que suas propostas emergem do próprio grupo e possibilitam aos seus participantes compreenderem as implicações que regulam ou perturbam o equilíbrio desse sistema social, que favorece ou dificulta a vida pessoal e que reflete, novamente, no social. A TCI, apresenta-se como um contexto de trocas entre os diversos pontos desse sistema e favorece o despertar do potencial de cada participante.

## **2. O DESPERTAR DO POTENCIAL DE CADA SER HUMANO NA CONSTRUÇÃO DA “CASA COMUM”**

Parece necessário refletir sobre a natureza humana, onde cada um possa se perceber e perceber os recursos disponíveis para a obtenção dos resultados para a concretização de um projeto.

Considerando a natureza humana, pode se concebê-la em 4 dimensões: física, mental, social e espiritual.

Neste estudo, optou-se por trazer alguns esclarecimentos sobre a mente e sua relação com as demais dimensões.

### **2.1. Mente**

O termo ‘mente’ é um conceito bastante utilizado para descrever as funções superiores do cérebro humano relacionadas à cognição e comportamento e, etimologicamente, o termo vem do latim *mentem*, que tem o significado de pensar, conhecer, entender, e, significa também medir, visto que alguém que pensa não faz outra coisa senão que medir e/ou ponderar as idéias. Os gregos utilizavam o termo *nous* para indicar a mente, a razão, o pensamento, a intuição.

Mente é o estado da consciência ou inconsciência que possibilita a expressão da natureza humana.

Refere-se a algo interior e subjetivo dos seres humanos, na medida em que o nosso mundo interior, os nossos pensamentos e desejos, os nossos medos e sentimentos são algo que não se pode ver, mas que existe em cada indivíduo.

Existe uma relação entre a mente e o mundo interior de cada ser humano, na medida em que se apresenta uma relação entre o que pensamos e sentimos e o que fazemos, assim como também existe uma relação entre o nosso comportamento, as condições em que nos encontramos e o que sentimos e pensamos.

O termo mente refere-se a um sistema de controle e de comunicação entre o ser espiritual que é a própria pessoa e o seu ambiente.

A mente é constituída de quadros de imagens mentais, que são gravações de experiências passadas. Ela é composta de duas partes ou se comporta com duas propriedades, ou seja, uma parte é analítica e a outra parte é reactiva.

A mente analítica é o racional, a mente com a ciência. Ciente de que pensa, observa os dados, se lembra e procura resolver problemas.

A mente reactiva é a parte da mente que trabalha totalmente numa base de estímulo-resposta. Ela não está sob controle volitivo e exerce força e poder de comando sobre a consciência, propósitos, pensamentos, corpo e ações.

A mente reactiva é, como a própria designação diz, reactiva. Ela recebe um estímulo e reage a ele. Se o estímulo está ruim, muda. Se o estímulo está bom, permanece. Portanto, o estímulo da mudança é o negativo. O positivo não estimula a transformação. Ao contrário, o positivo é dica para a acomodação.

A mente analítica atua de forma diferente. O positivo é a motivação da mudança contínua. Quanto mais satisfação, mais a pessoa cria condições para que a vida se transforme.

Em seu funcionamento, a mente pode usar as propriedades de raciocinar, pelos modos: Dedução, Indução, Retrodução ou Abdução e Analogia. É próprio do ser humano, também, ser sensível.

A propriedade de ser sensível serve para captar os dados percebidos pelos estímulos externos que chegam aos sentidos físicos, provocando no cérebro, o raciocínio.

Na nossa mente existem os modelos mentais e a nossa percepção deles. Nossa resposta a qualquer experiência depende em grande medida de “em que” e “como” estamos prestando atenção.

## 2.2 - As formas

Nosso cérebro, em vez de decifrar cada parte da forma visual, lê a soma do todo. Isso porque, para o cérebro o todo é mais importante que a parte.

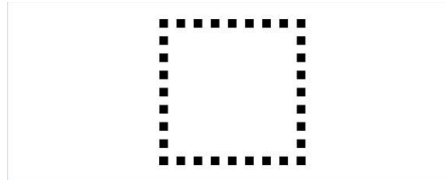
Por isso, quando vemos uma árvore, não reparamos em *tronco+galhos+folhas+frutos* e sim no objeto do conjunto final que é a *árvore*.

A Gestalt ("forma", em alemão) refere-se a um processo de dar forma, de configurar "o que é colocado diante dos olhos, exposto ao olhar".

A seguir, apresentaremos sucintamente, algumas leis desse processo de dar formas e que podem se constituir em recursos para resolver as questões do dia-a-dia ou empecilho.

### 2.2.1 - Unidades e leis da Unificação, da Segregação

A unidade e a unificação junto à segregação são princípios distintos da Gestalt, contudo, podem ser perfeitamente observadas no gráfico abaixo. Tendemos a observar, primeiramente, um quadrado grande (unificação) e depois observamos que, na verdade, ele é formado de vários e vários quadradinhos menores (segregação) dispostos de tal forma a dar a impressão de um quadro grande.



Somos capazes de distinguir duas unidades muito distintas no gráfico acima: o quadro grande, e cada um dos quadrinhos pequenos.

### 2.2.2 - Lei da Semelhança

A lei da semelhança defende que coisas que possuem algum tipo de semelhança parecem estar agrupadas. O agrupamento pode ocorrer tanto nos estímulos visuais quanto nos auditivos.



Itens que são similares tendem a ser agrupados juntos. Na imagem acima, a maioria das pessoas vê colunas verticais de círculos e quadros.

### 2.2.3 - Lei da Pregnância

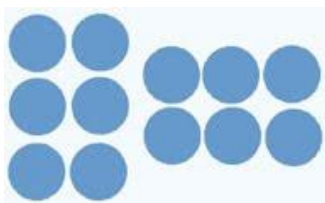
A lei da pregnância é referida como lei da boa forma ou a lei da simplicidade. Esta lei defende que objetos no ambiente são vistos de modo que se constituam o mais simples possível.



A realidade é organizada ou reduzida à forma mais simples possível. Por exemplo, nós vemos a imagem acima preferivelmente como uma série de círculos, ao invés de uma forma muito mais complexa.

### 2.2.4 – 2.2.4 - Lei da Proximidade

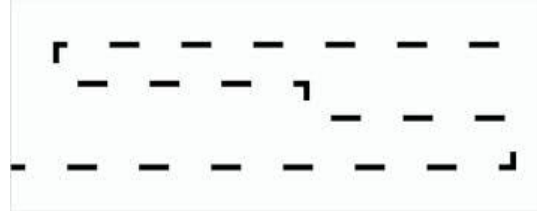
De acordo com a lei da proximidade, as coisas que estão próximas umas das outras parecem formar um grupo só.



Objetos próximos um do outro tendem a ser agrupados. Os círculos da esquerda parecem estar agrupados em colunas verticais, enquanto os da direita aparentam estar agrupados em fileiras horizontais.

### 2.2.5 - Lei da Continuidade

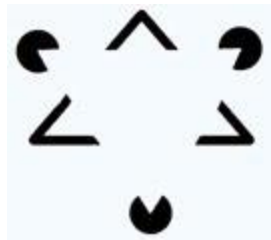
A lei da continuidade defende que pontos que estão conectados por linhas retas ou curvas são vistas de modo que sigam o caminho mais suave. Ao invés de ver linhas e ângulos separados, as linhas são vistas como estando agrupadas juntas.



As linhas são vistas seguindo o caminho mais suave. Na imagem acima, o ramo superior é visto como continuando o primeiro segmento da linha. Isto nos permite ver as coisas como um fluxo suave, sem romper a linha de cima em múltiplas partes.

### 2.2.6 - Lei da Clausura

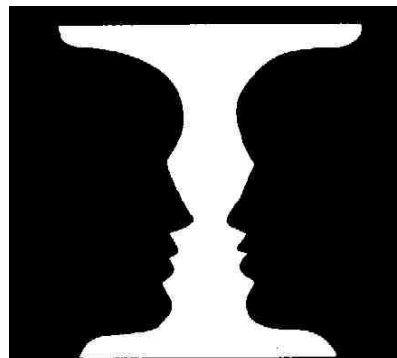
De acordo com a lei da clausura, as coisas são agrupadas juntas se elas parecem completar alguma entidade. Nossa mente freqüentemente ignora informações contraditórias e completa um fechamento na informação.



Objetos agrupados juntos são vistos como um todo. Nós tendemos a ignorar lacunas e completar linhas de contorno. Na imagem acima não há triângulos ou círculos, mas nossas mentes completam os espaços vazios para criar formas e imagens familiares.

### Figura e fundo

O que você vê?



A figura se distingue do fundo pela atenção que desperta no observador. A figura é o que tem significado enquanto o fundo é o pouco significativo.

3 –

## A TCI, O CEREBRO, AS EMOÇÕES E A CONSCIÊNCIA



Paul Maclean (1970) distinguiu 3 fases no processo de evolução do ser humano. A partir dessa constatação, esse autor desenvolveu a teoria do cérebro “Triúnico” ou Cérebro Trino, segundo a qual o cérebro humano está dividido em três partes, ou seja, são três cérebros num só.

### 3.1 - Cérebro reptiliano

A primeira parte é o ‘cérebro reptiliano’. Ela é responsável pelas necessidades básicas e essenciais como por exemplo fazer a digestão, o sono, respirar ou assegurar o batimento cardíaco. Estas ações são de caráter mecânico e instintivo.

### 3.2 - Sistema límbico

A segunda parte é o ‘sistema límbico’, que é comum a todos os mamíferos. Este é responsável pela proteção, emoções e sentimentos. Este sistema é capaz de aprender e transformar as emoções em memória.

### 3.3- Neocórtex

Finalmente, Paul Maclean defende a formação de um terceiro cérebro, o neocórtex, que é a parte maior e mais evoluída do cérebro. Este cérebro deu-nos uma consciência e um raciocínio lógico ou argumentativo, distingue os humanos dos outros animais dando ao ser humano o estatuto de ser superior.

Esta terceira parte do cérebro permite que os seres humanos sejam socioculturais e tenham um papel interventivo na sociedade, sendo que, o homem é também produto dessa mesma sociedade e da sua cultura.

Quando ativado, o neocórtex é responsável pelo pensamento analítico racional-criativo-espiritual.

Estimular o neocórtex permite a pessoa sair de uma experiência traumática passada e voltar para o presente, reduzindo assim a ativação do tronco cerebral e do sistema límbico.

Diante de uma situação de grande perigo real ou imaginário, no indivíduo que não pode fugir nem lutar, os cérebros reptiliano e emocional são hiperativados, o acesso ao neocórtex é bloqueado, podendo gerar “congelamento” ou “inundação” ou “dissociação”.

Congelamento, inundação e dissociação, acontecem quando há hiperativação dos dois cérebros mais primitivos (tronco cerebral, sistema límbico). Quando estes são hiperativados, bloqueiam o acesso ao 3º cérebro, o neocórtex, e perde-se a capacidade de pensar e agir normalmente. É a nossa criança que reage.

Na TCI, as músicas, piadas, provérbios, histórias, humor e a partilha de experiências estimulam o neocórtex, e possibilitam as pessoas a pensar e resignificar o seu sofrimento e restaurar a normalidade.

Em ambiente acolhedor, caloroso, as regras estabelecidas oferecem um quadro seguro. Quando um indivíduo identifica um ambiente como seguro ou como ameaçador terá uma reação no seu sistema nervoso que facilita o engajamento social ou desencadeia a fuga, a luta ou o congelamento.

Segundo a teoria Polivagal (2007), defendida por Stephen Porges, quando o Sistema Nervoso detecta que o ambiente é saudável, acolhedor, o Sistema Vagal Ventral (Parassimpático) entra em ação, ficamos relaxados, confiantes, conscientes e socialmente interconectados. Quanto mais interconectados, maior é o sentimento de integração e desejo de participação. Pessoas mais calmas e relaxadas conseguirão mais facilmente narrar suas histórias, estabelecer diálogos construtivos e relações sociais saudáveis.

#### **4. NEURÔNIOS-ESPELHOS**

Assim como a mente tende para a boa forma, tende também, para espelhar o que vê e capta do ambiente.

Por que, uma pessoa sorri quando vê alguém sorrir; fica com olhos marejados quando vê outra chorar; o corpo se contrai quando percebe alguém com dor e, também, sente uma vontade incontrolável de bocejar quando alguém boceja?

A pergunta a ser feita é: o que leva um ser humano a agir de acordo com o que as outras pessoas fazem? Seria esse mesmo mecanismo o que ocorre nos espaços de encontros de TCI?

Os estudos em neurociências mostram que, quando uma pessoa vê alguém fazendo algo, ocorre uma ação no cérebro, é como se ela estivesse realizando aquele gesto. Segundo Giacomo Rizzolatti (1996), um neurocientista da Universidade de Parma, Itália, células nervosas espelham o ambiente no cérebro do observador. Isso significa que ensaiamos ou imitamos mentalmente toda ação.

O cérebro humano tem múltiplos sistemas de neurônios-espelho especializados em executar e compreender não apenas as ações dos outros, mas suas intenções, o significado social do comportamento deles e suas emoções.

Rizzolatti afirma que “Somos criaturas requintadamente sociais. [...] Os neurônios-espelho nos permitem captar a mente dos outros, não por meio do raciocínio conceitual, mas pela simulação direta. Sentindo e não pensando.”

A história contada por Roberto Carlos Ramos mostra o que ele fez para vencer o concurso e ficar entre os 10 melhores contadores de história do mundo. (Ver vídeo)



Ao final das reflexões feitas:

- O que eu decido fazer para cuidar da água?
- O que eu decido fazer para manter a rua limpa?
- O que eu decido fazer para ser uma pessoa mais alegre?
- O que eu decido fazer para ..... ?
- O que eu decido fazer para ..... ?
- O que eu decido fazer para ..... ?

Boa Sorte!