



O JIU-JITSU COMO FERRAMENTA TERAPÊUTICA EM USUÁRIOS DE UM CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

Eduardo Nogueira Peres¹, Gustavo Cassol¹, Leticia Ferreira Pires¹, Matheus Baneiro Cardoso¹, Raquel Cristina Braun da Silva², Nelson Francisco Serrão Junior².

¹Residente Multiprofissional em Saúde Mental Coletiva, Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguai

²Docente, Universidade Federal do Pampa

e-mail primeiro autor - enogueiraperes@gmail.com

Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) surgiram como instituição substitutiva aos hospitais psiquiátricos, buscando garantir o cuidado ao usuário de saúde mental. Os CAPS oferecem serviços como atendimento às famílias, atendimentos individualizados, visitas domiciliares, oficinas terapêuticas, entre outros. Uma das principais ferramentas de ação destes serviços são as oficinas terapêuticas. Estas atividades grupais ocorrem monitoradas por técnicos especializados focadas nos interesses dos usuários, tendo em vista a maior integração social e familiar, explorando o desenvolvimento de habilidades corporais, bem como a realização de atividades produtivas e o exercício coletivo da cidadania. Cabe ressaltar que os usuários de saúde mental possuem dificuldades relacionadas à sua consciência corporal e o seu autoconhecimento. Aliado a isso, o uso de múltiplas medicações trazem um prejuízo grande com inúmeros efeitos colaterais e adversos, incluindo a dificuldade em manter o equilíbrio, discinesias e alterações posturais. Desta forma, foi ofertado um grupo terapêutico de jiu-jitsu, modalidade baseada em técnicas de equilíbrio e movimentações corporais. O objetivo deste trabalho é relatar como foram organizadas e constituídas as práticas corporais de um grupo terapêutico aberto de jiu-jitsu e seus efeitos comportamentais a usuários de um CAPS. O período de realização da atividade foi de março a julho de 2019. É importante ressaltar que o jiu-jitsu é uma modalidade de arte marcial e para este trabalho foi adaptada, focando nos movimentos básicos e não no combate propriamente dito. As técnicas utilizadas eram realizadas de forma individual, focando em aperfeiçoamento motor, eficiência mecânica, expressividade e consciência corporal, além da presença da sua essência: trabalho em equipe, a socialização, o respeito e a confiança mútua. As movimentações eram realizadas com auxílio dos profissionais do serviço de acordo com o nível de motricidade de cada usuário. Ao final de cada atividade, os usuários eram questionados sobre a participação no grupo e o seu impacto em suas vidas, além da condição física e das sensações percebidas durante e após a sua realização. Como resultado das práticas, os usuários relataram que sentiram-se mais confiantes, com autoestima elevada, além da melhora de sua autoimagem e consciência corporal. Portanto, percebemos que a inserção de novas abordagens para os usuários de saúde mental contribuem para motivação e interação social através de práticas corporais, como neste caso, o jiu-jitsu.

Agradecimentos: UNIPAMPA; MEC.

Palavras-chave: Fisioterapia; Saúde mental; Jiu-jitsu; Autonomia; CAPS.