



UFAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS
INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS, COMUNICAÇÃO E ARTES (ICHCA)

CURSO DE JORNALISMO

RELATÓRIO TÉCNICO
de Trabalho de Conclusão de Curso

**REPORTAGEM “LUGAR DE ACOLHIMENTO: SALA DE CUIDADOS ANTONIO
PIRANEMA (SCAP), PROJETO DE EXTENSÃO DA UFAL COMO
COMPLEMENTO À MEDICINA TRADICIONAL”**

Orientador

Prof. Dr. Luiz Marcelo Robalinho Ferraz

Coorientadora

Prof^ª Ms. Maria Edna Bezerra da Silva (FAMED)

Aluno

Paulo Canuto da Silva Junior

Maceió, 15 de junho de 2022

PAULO CANUTO DA SILVA JUNIOR

**RELATÓRIO TÉCNICO SOBRE A REPORTAGEM “LUGAR DE ACOLHIMENTO:
SALA DE CUIDADOS ANTONIO PIRANEMA (SCAP), PROJETO DE EXTENSÃO
DA UFAL COMO COMPLEMENTO À MEDICINA TRADICIONAL”**

Trabalho de Conclusão de Curso em Jornalismo da Universidade Federal de Alagoas (UFAL) como requisito parcial para obtenção do grau de bacharel em Comunicação Social - Habilitação em Jornalismo.

Orientador: Prof. Dr. Luiz Marcelo Robalinho Ferraz (Jornalismo/Ichca)

Coorientadora: Prof^ª Ms. Maria Edna Bezerra da Silva (Famed)

Maceió

2022

Catálogo na fonte
Universidade Federal de Alagoas
Biblioteca Central
Divisão de Tratamento Técnico

Bibliotecário: Marcelino de Carvalho Freitas Neto – CRB-4 – 1787

S586r Silva Junior, Paulo Canuto da.
Reportagem "Lugar de acolhimento : Sala de Cuidados Antonio Piranema (SCAP), projeto de extensão da UFAL como complemento à medicina tradicional / Paulo Canuto da Silva Junior. – 2022.
56 f. : il.

Orientador: Luiz Marcelo Robalinho Ferraz.
Co-orientadora: Maria Edna Bezerra da Silva.
Relatório (Trabalho de conclusão de Curso em Jornalismo) – Universidade Federal de Alagoas. Instituto de Ciências Humanas, Comunicação e Artes. Maceió, 2022.

Bibliografia: f. 22.
Apêndices: f. 23-56.

1. Sala de cuidados (Extensão universitária). 2. Terapias complementares.
3. Sistema Único de Saúde (Brasil). I. Título.

CDU: 070.378.4:374.72

Folha de Aprovação

PAULO CANUTO DA SILVA JUNIOR

**REPORTAGEM “LUGAR DE ACOLHIMENTO: SALA DE CUIDADOS ANTONIO
PIRANEMA (SCAP), PROJETO DE EXTENSÃO DA UFAL COMO
COMPLEMENTO À MEDICINA TRADICIONAL”**

Relatório Técnico submetido ao
corpo docente do Curso de Jornalismo
da Universidade Federal de Alagoas
em 21 de julho de 2022.

Banca Examinadora:

Prof. Dr. Luiz Marcelo Robalinho Ferraz (Orientador)

Profª Ms. Maria Edna Bezerra da Silva (Coorientadora)

Profª Drª Mercia Sylvianne Rodrigues Pimentel (1ª Examinadora)

Profª Drª Priscila Muniz de Medeiros (2ª Examinadora)

AGRADECIMENTOS

De todos os agradecimentos, por mais que eu possa me contradizer, não são maiores ou menores uns dos outros, todos tiveram seu peso para que eu trilhasse a estrada que me trouxe até aqui. Mas é óbvio que preciso destacar alguns, como a minha mãe e ao meu pai, *in memoriam*, que me fizeram, esse acho que é o mais óbvio, mas também por eles da forma que puderam forjaram um pouco da personalidade que me fez escolher esse caminho, às vezes até no que não fazer para as coisas darem certo. Mas todos os puxões de orelha e xingamentos que ouvi me fizeram ficar indignado com minha inércia momentânea e me esforçado a produzir mais e melhor e por isso agradeço a brilhante semi-analfabeta Maria Aparecida Dias da Silva, ou Cida, ou mais conhecida como “minha mãe”.

Também tive incontáveis pessoas que me ajudaram nessa estrada, algumas delas não vou citar, mas me ajudaram até quando me abandonaram, me fazendo mais forte, mas aqueles que ficaram eu destaco Aldo Holanda, Brother do curso de Relações Públicas, que ajudou de forma que nem familiares conseguiram, até dando abrigo para que eu pudesse estagiar, Nathalia Fernandes, essa me emprestou a primeira câmera que me fez chegar ao fotojornalismo, até a prêmio eu concorri, mas estar ao meu lado e apoiar e me fazendo não desistir também, a Thamires Ribeiro e Pedro Quirino (Petros Kirinu), que riam das minhas loucuras, se compadeceram das minhas dificuldades e apoiaram e apoiam minhas “doidiças” o Pedro ainda hoje publica minhas matérias em seu blog. A Magda Suely, uma surpresa, porque foram poucas matérias, na verdade uma que pagamos e de cara já “chegou chegando”, dando dicas, indicando profissionais, estágios, ajudando com trabalhos e apoiando na minha jornada.

Sobre amigos eu vou parar por aqui, porque não posso fazer o relatório todo só de agradecimentos, mas tenho que citar mais dois “itens”, todos os professores foram importantes, até os “ruins”, mas alguns deles me fizeram enxergar que eu não estava mais no ensino médio como, Carlos Gusmão e os debates acalorados e quase intermináveis sobre tudo, Rui Matos com sua frase “O conhecimento tem um preço e se você não estiver disposta a pagar, então...” e olhe que a frase nem foi para mim, Ronaldo Bispo o “carrasco” que metia medo em todo mundo mas com a estética, melhorou meu olhar e muitas coisas e despertou para tantas outras e sim ele dá medo, mas inerte ninguém fica em suas aulas, a professora Magnólia Santos, com sua doçura e conhecimento absurdo, Janayna Ávila e sua “faca de veludo” que sempre me deixava atento e tantos outros que nem posso mais citar aqui.

A Deus e sua permissão diária para que eu sempre pudesse continuar tentando, respeitando meus processos, me indignando com minhas paralisias, me mostrando tudo aquilo que me tirava o chão nessa profissão e que me faziam doar até mais do que deveria por ela, ao ponto de perguntarem “Tu não acha que está doando demais não?” ainda não tenho a resposta para essa pergunta, mas quem sabe um dia, mas de tudo Deus tem um senão o papel fundamental para essas palavras estarem aqui, porque desde a permissão da inscrição no vestibular, escolha de curso e ir para as aulas, até as minhas piores crises de ansiedade, porque sim temos que falar dessa condição do universitário, ele estava sendo minha base.

Tenho que abrir um espaço para as pessoas que me ajudaram fora da sala de aula, umas dentro e outras fora do muro da Ufal, Giselle Amado que me ajudou, ajuda e ensinou muito durante minha primeira experiência como estagiário/bolsista, assim como Jailson Albuquerque que me deu vários toques e hoje até arrisco em criações de peças gráficas, Cristiane Honorato que puxa minha orelha com força, mas não me larga de mão e apoia demais, Hannah Copertino que meu Deus, me ensinou tanto e me deu um network incrível, virou parceira de vida, e a mais recente chegada nessa família Kamylla Lima, que não só chegou como minha chefe mas já chegou fazendo parte da minha jornada ensinando o que toda sua experiência de carreira pode passar.

Quero estender minha gratidão aos meu orientadores, Marcelo Robalinho e Edna Bezerra, por aceitarem fazer parte dessa jornada, porque graças a eles eu fiz um trabalho que me deu prazer em fazer, me trouxe experiências, pessoas e vou poder usar o que aprendi para ajudar outras pessoas, nem que seja conhecendo esse espaço incrível que é a SCAP, sem contar que graças a ele, esse procrastinador de “marca maior”, como diria no interior, não será jubilado.

Agora, como quase sempre na vida eu fico por último, mas você que está lendo não pense que eu me considero menos importante, mas como um bom cara dos bastidores, eu preciso só aparecer nos créditos, porque fui forjado graças a tudo isso que descrevi antes, porque primeiro mostramos o processo, para depois o resultado, não é mesmo? Pois bem, lutei, escrevi, falei, debati, fui e sou feliz e agradeço a cada ação, cada uma mesmo, que me fez ver o jornalismo por trás da cortina e mesmo assim ainda continuar nessa luta.

GRATIDÃO

RESUMO

O presente relatório é resultado do trabalho de reportagem que busca tratar das ações/benefícios do projeto de extensão Sala de Cuidados Antonio Piranema (SCAP), realizado no âmbito da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Alagoas (Famed/UFAL). Apesar de já existirem materiais jornalísticos sobre o espaço e suas ações, eles costumam ser pouco abrangentes ou segmentados. Sendo assim, o nosso produto jornalístico busca aprofundar o trabalho desenvolvido na SCAP, tratando de vários elementos sobre o projeto. Em pesquisa prévia apenas matérias que abordavam um aspecto ou outro da Sala de Cuidados foi produzido, dito em outras palavras, uma matéria sobre uma ação ou sobre os números e não uma material mais abrangente. Sendo assim, um trabalho intenso de pesquisa, tanto *in loco*, quanto em bibliografias e documentos do projeto, fizeram nascer esse material jornalístico, uma reportagem densa de informações, mas que intenta passar de forma clara e concisa tanto informações gerais sobre o projeto, como seu início, motivações, unidade acadêmica a qual está ligado e afins e sua contribuição para a sociedade alagoana, respondendo assim à premissa geral da extensão universitária, que é ser ou fazer o elo de ligação do conhecimento produzido pela academia com a sociedade na qual ela tem por obrigação atender. O material ainda faz menção a práticas integrativas, ou terapias holísticas, que, apesar de estarem sendo difundidas há anos, ainda são pouco conhecidas e/ou exploradas. Também conhecido como “medicina alternativa”, esse tipo de prática já teve comprovação da literatura médica e atualmente, assim como a “irmã” medicina tradicional, já faz parte da realidade dos cuidados com a saúde, estando inserida tanto no âmbito da saúde pública (SUS), quanto na saúde privada. O propósito, com isso, é que as pessoas possam conhecer um pouco mais sobre a Sala de Cuidados Antonio Piranema como espaço público e gratuito, acessível a todos, através dos relatos de pessoas que tiveram e têm a experiência com as práticas no dia a dia, seja terapeuta e/ou paciente.

Palavras-chave: Sala de Cuidados; Práticas Integrativas; SUS.

ABSTRACT

The present report is the result of the reportage work that seek to address the actions/benefits of the Antonio Piranema Care Room extension project (SCAP), carried out within the scope of the Faculty of Medicine of the Federal University of Alagoas (Famed/UFAL). Although there are already journalistic materials about the space and its actions, they are usually not very comprehensive or segmented. Therefore, our journalistic product seeks to deepen the work developed at SCAP, dealing with multiples elements about the project. In previous research, only articles that addressed one aspect or another of the Care Room was produced, in another words, an article about the actions or numbers and not a wider material. Therefore, an intense research work, both in loco and in bibliographies and the files of the project, gave rise to this journalistic material, a dense report of information, but that tries to communicate in a clear and solid way both general information about the project, as well the initial motivations, academic unit to which it is connected and the like, as well as its contribution to Alagoas society, thus responding to the general premise of university extension, which is to be or to make the link between the knowledge produced by the academy and society in the which she is obliged to attend. The material also mentions integrative practices, or holistic therapies, which, despite being widespread for years, are still poorly known and/or explored. Also known as "alternative medicine", this type of practice has already been proven in the medical literature and currently, like the "sister" is already part of the reality of health care, both of which are included both in the scope of public health (SUS), as well as private, clinics and the like. The purpose, with this, is for people to know a little more about the Antonio Piranema Care Room, as a public and free space, accessible to all in a way, in addition to this other alternative of health care, from a common element to us all, which are the reports of people who have had and have experience with day-to-day practices, whether therapists and/or patients. Future materials, whether journalistic or research, are also being taken into account, since it is not just telling a story through the human element, but also putting technical information to serve as reference material, information gathering and the like, but having the human element as a mediator.

Keywords: Care Room; Integrative Practices; Brazilian National Health System.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	8
OBJETIVOS.....	11
FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	12
PROCESSO DE PRODUÇÃO JORNALÍSTICA	15
RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	18
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	20
REFERÊNCIAS	21
APÊNDICE A.....	22
APÊNDICE B.....	23
APÊNDICE C.....	24
APÊNDICE D.....	25
APÊNDICE E.....	28
APÊNDICE F.....	29
APÊNDICE G.....	31
APÊNDICE H.....	35
APÊNDICE I.....	39
APÊNDICE J.....	43
APÊNDICE K.....	47
APÊNDICE L.....	49
APÊNDICE M.....	53

INTRODUÇÃO

A extensão universitária é um dos três pilares que constitui uma instituição de ensino superior, tão importante quanto o ensino e a pesquisa. É a extensão o elo direto de ligação do conhecimento produzido dentro dos muros da universidade, com a sociedade, tanto a comunidade que a cerca, como a população como um todo. O conceito ao qual conhecemos de “extensão universitária” pode ser encontrado, nos 27º e 28º Fórum de Pró-Reitores de Extensão das Instituições Públicas de Educação Superior Brasileiras (FORPROEX), respectivamente em 2009 e 2010, a partir da seguinte ideia:

A Extensão Universitária, sob o princípio constitucional da indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão, é um processo interdisciplinar, educativo, cultural, científico e político que promove a interação transformadora entre a Universidade e outros setores da sociedade. (FORPROEX, 2009/2010 [on-line])

O projeto de extensão da Universidade Federal de Alagoas (UFAL) “Sala de Cuidados Antonio Piranema (SCAP)” é desenvolvido pela Faculdade de Medicina (FAMED) em parceria com diversos outros cursos da própria Universidade Federal de Alagoas (UFAL), oferecendo diversas terapias holísticas como Reiki, Auriculoterapia, Quiropraxia, Constelação Familiar, Yoga, Massagem e meditação.

O projeto iniciou suas atividades em 2011, a partir de uma articulação com um coletivo de terapeutas holísticos que, em processo de formação junto com a faculdade de Medicina e o Movimento Popular de Saúde, discutiam a necessidade de um lugar para assistir a população, para desenvolver as práticas aprendidas nos processos de formação, inicialmente o Reiki e a massoterapia. O grupo precisava de um espaço para que pudesse aprimorar as práticas e estudá-las, como também outras técnicas de cuidado, a exemplo do uso das plantas medicinais e bioenergética e concomitantemente atender as pessoas.

Na época a sala era usada pelo professor Antonio Piranema, professor de Saúde Coletiva da FAMED, para aplicação das terapias. Ele tinha um trabalho muito intenso com a população do entorno do campus, com vários projetos sociais, e em sua homenagem, *in memorian*, a sala recebeu seu nome. A partir daí, começou um trabalho de mobilização de terapeutas que tivessem interesse de, voluntariamente e de forma solidária, doar seu tempo de trabalho à sala e aperfeiçoar seus conhecimentos com práticas integrativas e complementares, as chamadas PICs.

Outro ponto que vale destaque nesse trabalho, além do longo tempo de atuação, é a gratuidade no atendimento e os impactos positivos na comunidade, além do projeto sair dos muros da universidade e se tornar uma realidade fixa em outros espaços, a exemplo da implantação da Scap na Feira Agroecológica no bairro Novo Jardim, parte alta de Maceió. Todos esses fatores despertaram a necessidade de um trabalho imersivo para entender junto aos usuários, terapeutas e gestores como funciona a sala de cuidados e como é na prática e nas palavras dos próprios o benefício que esse projeto traz.

É um viés diferente no aspecto que não fica preso apenas na questão técnica, porque saber da existência do projeto, quais são as terapias que lá oferece e números é uma forma “fria” de conhecer o projeto e que, de certa forma, já existem materiais jornalísticos nesse sentido. É diferente quando colocamos as mesmas informações, pela ótica de pessoas que vivem essa realidade, que recebem e oferecem os cuidados.

E com esse nível de detalhamento, visto de uma ótica mais empírica, o presente trabalho procura incentivar a identificação das pessoas com problemas que elas nem conseguem entender e que procuram soluções muito invasivas ou caras, sendo que a ajuda está ao seu alcance sem ter que desembolsar grandes quantias de dinheiro.

Este trabalho jornalístico foi realizado ao longo de cinco meses, entre pesquisa, escrita, revisão e apresentação. A ideia desse trabalho/produto é divulgar a SCAP, dando uma maior visibilidade, que é muito merecida, porque apesar de funcionar há alguns anos o projeto não tem a projeção que merece e muita gente ainda não sabe nem que ele existe. Muitos costumam ouvir falar de uma terapia ou outra. O que muitos não sabem é que essas terapias são ofertadas de forma gratuita há anos e é essa divulgação que o presente trabalho busca empreender sobre a Sala de Cuidados Antonio Piranema.

Para tanto, foi feito um trabalho de imersão, fazendo uso das práticas, observando os atendimentos e também uma série de entrevistas foram feitas para captar tanto as histórias que compõem esse trabalho, mas também para entender a dinâmica da Scap. Além disso, pesquisas em outros materiais jornalísticos, documentos do próprio projeto, livros e artigos, tendo eu mesmo escrito em 2019 uma matéria sobre os número da SCAP naquele ano, com mais de 3 mil atendimentos, levando em consideração a subnotificação, já que até hoje o registro de atendimentos é feito por assinatura em livro, sendo que muitas pessoas, por desatenção ou porque qualquer outro motivo, por vezes não assinam o livro, o que dificulta em se ter um número exato de atendimentos.

Todos esses dados foram compilados para produzir uma reportagem abrangente, mas com dinamicidade, até porque, mesmo se tratando de um trabalho acadêmico, ele visa não dialogar só com a universidade, mas também com as pessoas que o projeto visa a atender e sociedade de forma geral. Outro fator que reforça a importância deste trabalho é a possibilidade de reunir todas as informações em um único produto jornalístico, ou pelo menos a maioria delas, facilitando tanto o conhecimento pelo público em geral no sentido de conhecer o projeto e suas ações, assim como para a pesquisa propriamente dita, porque esse material busca estar robusto de informações, numa linguagem a que grande parte da população está acostumada.

OBJETIVOS

GERAL:

Produzir uma reportagem para divulgar o trabalho desenvolvido pela Sala de Cuidados Antonio Piranema (SCAP) de forma mais ampla, assim como as práticas integrativas que lá são realizadas.

ESPECÍFICOS:

- Abordar alguns tipos de problemas mais recorrentes que são atendidos pela SCAP e seus efeitos na vida dos usuários;
- Informar quais práticas integrativas foram usadas para ajudar a resolver as questões vividas pelos usuários e o tempo de tratamento;
- Tratar da Sala de Cuidados Antonio Piranema do ponto de vista dos usuários, dos terapeutas e também dos gestores.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Neste trabalho jornalístico experimental, vamos nos aprofundar no projeto de extensão “Sala de Cuidados Antonio Piranema”, tratando do seu funcionamento, sua história e as histórias das pessoas que compõem esse espaço, nesse caso os terapeutas e os usuários internos à Universidade (como corpo docente, técnicos, terceirizados e alunos) e sociedade civil, todos eles público-alvo e uma das finalidades de o projeto existir.

Mas além disso, para este trabalho, houve a necessidade e o cuidado de dar atenção às Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde (SUS). Também denominadas pela sigla PICs, são terapias ofertadas pela SCAP no dia a dia. Sendo assim, não haveria como produzir este material sobre a Sala de Cuidados sem que nós tivéssemos nos debruçado sobre essas práticas, que também são chamadas de Terapias Holísticas, assim como também Medicina Tradicional Alternativa.

Numa tentativa de dar respostas ao olhar ampliado do processo saúde-doença que rompa com o paradigma do domínio da área da enfermidade, do tecnicismo e do biologismo, e tensionado por experiências e terapeutas holísticos distribuídos por todo o país, o Ministério da Saúde criou no ano de 2006 a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no SUS, cujo processo de inserção dessas práticas nos serviços envolve justificativas de natureza política, técnica, econômica, social e cultural.

Segundo o Ministério da Saúde (MS), em seu portal, as PICs são definidas como:

As Práticas Integrativas e Complementares (PICS) são tratamentos que utilizam recursos terapêuticos baseados em conhecimentos tradicionais, voltados para prevenir diversas doenças como depressão e hipertensão. Em alguns casos, também podem ser usadas como tratamentos paliativos em algumas doenças crônicas. (BRASIL, 2020 [on-line])

Segundo dados disponíveis no portal do MS, sendo sua última atualização feita no dia 19 de abril de 2022, as PICS estão presentes em mais de 54% dos municípios brasileiros, sendo presente em 100% das capitais e já somam mais de 2 milhões de atendimento das PICs nas Unidades Básicas de Saúde (UBS). Esses números fazem do Brasil referência mundial nesta área da atenção básica. A implantação de práticas integrativas complementares nas ações de atenção e gestão em saúde tem dado bons resultados, o que contribui para a legitimação das PICS como política pública, já que ela responde aos três princípios que regem o SUS que garantem a efetividade das ações e seus resultados, como a Universalidade, a Equidade e a Integralidade, que são definidos pelo MS da seguinte forma:

Universalidade: saúde é um direito de cidadania de todas as pessoas e cabe ao Estado assegurar este direito, sendo que o acesso às ações e serviços deve ser garantido a todas as pessoas, independentemente de sexo, raça, ocupação ou outras características sociais ou pessoais; Equidade: o objetivo desse princípio é diminuir desigualdades. Apesar de todas as pessoas possuírem direito aos serviços, as pessoas não são iguais e, por isso, têm necessidades distintas. Em outras palavras, equidade significa tratar desigualmente os desiguais, investindo mais onde a carência é maior; Integralidade: este princípio considera as pessoas como um todo, atendendo a todas as suas necessidades. Para isso, é importante a integração de ações, incluindo a promoção da saúde, a prevenção de doenças, o tratamento e a reabilitação. (BRASIL, 2020 [on-line]).

Resumindo, os três princípios dos SUS e da SCAP são os mesmos, pois ambos enxergam o cidadão como um ser humano na sua totalidade que tem o direito a ter suas necessidades em saúde atendidas, mesmo que para tal seja necessária uma gama maior de atendimentos. Nesse caso, não apenas no tocante à medicina convencional, como também fazendo uso das diversas terapias que compõem as Práticas Integrativas Complementares. Sem discriminar qualquer cidadão que seja, por qualquer que seja a sua subjetividade, todos têm o direito de acesso à saúde, sendo um dos direitos fundamentais garantidos na constituição.

Como material de consulta para ajudar a entender e explicar, de modo geral, cada terapia que é oferecida na SCAP, foi usado o livro “Práticas Integrativas e Complementares no SUS - O (re)conhecimento de técnicas milenares no cuidado da saúde contemporânea” (FREITAG; BADKE, 2019). A obra trata de 27 das 29 PICs oferecidas pelo SUS, através da definição das práticas integrativas e relatos de experiências delas na prática.

O tipo de produto jornalístico escolhido como suporte para essas histórias foi a reportagem, um gênero muito dinâmico e que provoca debates entre teóricos acerca do seu conceito. Um que é amplamente usado e citado em artigos sobre o assunto é o dos estudos do jornalista e primeiro doutor em jornalismo José Marques de Melo (2003) que diz o seguinte: “(...) a reportagem é o relato ampliado de um acontecimento que já repercutiu no organismo social e produziu alterações que já são percebidas pela instituição jornalística” (apud ADVINCULA et al, 2018, p.7).

Dito de outra forma, no tocante ao jornalismo produzido pelos magazines, Thais Furtado, por sua vez, em seu artigo “O aprofundamento como caminho da reportagem de revista”, traça um conceito do que é uma reportagem e da sua importância quando diz:

A reportagem é a forma jornalística discursiva mais adequada para quem quer oferecer algo além da instantaneidade. É a partir da análise de causas, da contextualização e das consequências de um acontecimento que podemos compreender melhor os sentidos nele presentes. (FURTADO, 2013, p. 151)

Esse aprofundamento nos fatos, dinâmica na escrita, olhar para além da pauta, juntamente com outros aspectos da reportagem exaltam a importância desse “gênero” jornalístico, como Nilson Lage (2001) descreve:

O trabalho de reportagem não é apenas o de seguir um roteiro de apuração e apresentar um texto correto. Como qualquer projeto de pesquisa, envolve imaginação, insight: a partir dos dados e indicações contidos na pauta, a busca do ângulo (às vezes apenas sugerido ou nem isso) que permita revelar uma realidade, a descoberta de aspectos das coisas que poderiam passar despercebidos. (LAGE, 2001, p.15)

Sendo assim, podemos entender que uma reportagem caracteriza-se como um produto jornalístico com mais aprofundamento em determinado assunto, ou seja, em vez de tratar do acontecimento em si, como numa matéria que fala sobre uma explosão de bomba por exemplo, a reportagem vai em busca dos desdobramentos, motivações por trás da explosão, o grupo ou pessoa que está por trás dessa explosão e afins.

Pela liberdade que esse produto oferece possibilidade de imersão, ele se encaixa perfeitamente na proposta deste trabalho, que é mergulhar na Sala de Cuidados Antonio Piranema e seus diversos e dinâmicos atores, assim como abraçar as particularidades envolvidas, até certo ponto, tanto dos procedimentos, como das histórias que surgiram ao longo do processo de investigação.

O engraçado é que, olhando para esse material pronto, isso me remeteu a um dos motivos por eu ter escolhido o Curso de Jornalismo. Foi justamente por uma ou algumas reportagens numa certa revista que decidi enveredar por esse caminho da comunicação. Apesar de esse não ter sido o único motivo, esse mundo da comunicação me atraiu, porque eu quis saber como fazer, onde eu poderia ir com o Jornalismo. Confesso que comecei a me desejar ter experiência na TV, fazendo cobertura de eventos, como festivais e afins. E agora eu pude ter o “gostinho” do fazer desse jornalismo mais imersivo, indo atrás de personagens, entrevistando, vivendo o meu material de pesquisa e quase ou literalmente a consolidação da vontade, estudo e agora profissão.

PROCESSO DE PRODUÇÃO JORNALÍSTICA

O processo jornalístico do nosso trabalho começou na primeira quinzena de janeiro de 2022, mais precisamente no dia 15. E esse começo foi muito interessante, porque apesar de já conhecer o projeto como usuário, pude ver com outros olhos, agora os olhos de um pesquisador, o quão interessante e necessário ele é. Naquele dia, eu fui captar as primeiras entrevistas na Feira Agroecológica, que acontece no bairro Novo Jardim, Cidade Universitária, localizado na parte alta de Maceió. Foi uma experiência para além do jornalismo, pois lá, além das entrevistas, eu pude conhecer pessoas, participar de roda de conversa e degustar a comida feita por quem vive de fato a vida no campo.

Todas as entrevistas, apesar de haver um roteiro prévio de perguntas, ocorreram de maneira leve, basicamente como uma conversa aberta e despretensiosa, já que a ideia era ter uma norte, mas que, no decorrer da entrevista, novas perguntas fossem surgindo e assim dando uma dinâmica maior ao conteúdo. Todas foram relativamente curtas, girando em torno de 10 minutos cada, mas esse tempo não era pré-estabelecido. Em termos metodológicos, esse tipo de entrevista que segue um roteiro de perguntas, porém abre possibilidade de inserir outras questões no decorrer da conversa, caracteriza-se como semiestruturada. É uma técnica que tem como benefício uma maior proximidade entre o entrevistador e o entrevistado, com liberdade e espontaneidade, sem perder o foco.

[...] a entrevista semi-estruturada (sic) é aquela que parte de certos conhecimentos básicos, apoiados em teorias e hipóteses, que interessam à pesquisa, e que oferece amplo campo de interrogativas, fruto de novas hipóteses que vão surgindo à medida que se recebem as respostas do informante. Desta maneira, o informante, seguindo espontaneamente a linha de seu pensamento e de suas experiências dentro do foco principal colocado pelo investigador, começa a participar na elaboração do conteúdo da pesquisa. (TRIVINÕS, 1987, p. 146, apud ANDRADE, 2010, p. 38)

Já na primeira delas, fui agraciado com a oportunidade de entrevistar um dos terapeutas mais antigos em atividade da Sala de Cuidados, o José Ferreira, ou Mestre Ferreira, como é popularmente conhecido. Durante a entrevista, quando ele contava sobre sua experiência, formação e histórias em torno dos atendimentos, pude notar de forma empírica a força das práticas integrativas. Também pude observar durante a sua atuação na SCAP a satisfação em muitas pessoas e a surpresa do resultado do atendimento por uma prática que por eles era desconhecida.

Usei o meu celular como equipamento para captar as entrevistas. Como era a minha primeira vez, contei com a ajuda da minha coorientadora, a Professora Edna Bezerra, para que fizesse a “ponte” entre os entrevistados. Por ter sido coordenadora do projeto e atualmente uma das organizadoras da feira, ela conhecia todas as pessoas que frequentam a feira e a Sala de Cuidados. Isso facilitou o meu acesso às pessoas, tanto usuários, quanto terapeutas para as entrevistas.

É importante dizer que a Sala de Cuidados funciona apenas em um dos dias da programação de três dias da feira, realizada uma vez por mês na sede da Associação de Moradores do Novo Jardim, entidade civil que promove ações de discussões e também uma programação cultural.

O tipo de entrevista usada foi mais como uma conversa aberta, apesar de ter um roteiro de perguntas, foi decidido em conversa com meus orientadores que, durante a captação das histórias, a condução seria de forma mais livre. O fato de ter passado o dia no ambiente, ajudou também a entender como a SCAP funciona fora da UFAL, a relação dos terapeutas com os pacientes, a atenção que os usuários recebem no pré e no pós-atendimento, além de fazer uso das práticas integrativas para ter uma ideia ainda mais profunda do seu poder e eficácia.

Nesse primeiro momento, consegui entrevistar apenas um terapeuta e três alunas da UFAL de diferentes cursos e momentos. Depois desse momento, por motivos pessoais, os trabalhos de pesquisa ficaram parados até abril de 2022, ficando apenas na leitura de materiais.

Após um longo hiato por questões pessoais do pesquisador, o segundo dia de entrevistas ocorreu ainda na Feira Agroecológica, no dia 2 de abril, quando pude entrevistar mais terapeutas e também uma usuária que não faz parte da UFAL, porém é funcionária de Unidade Básica de Saúde e moradora do bairro onde acontece a feira. O interessante da participação dessa entrevistada é que ela pode trazer em seu relato a experiência de alguém que até então tinha apenas a medicina tradicional como solução ou tratamento para seus problemas e graças a SCAP ela pode ter acesso a todo esse mundo que as práticas integrativas possui. Tanto é que graças a uma dessas terapias, a quiropraxia, ela mudou toda uma perspectiva sobre um problema com o qual convive há anos, a escoliose.

Para dar mais credibilidade ao meu material, não bastou apenas as entrevistas. Foi necessário consultar materiais adicionais, como matérias acerca das práticas integrativas e sua inserção no Sistema Único de Saúde e relatórios de atividades com números alcançados pela SCAP, além de outros materiais para conhecer mais cada prática, ou o máximo delas, de acordo com as que são oferecidas na Sala de Cuidados.

Ter vivido e convivido com pessoas que fazem e utilizam a Sala de Cuidados ajudou demais para a redação desse trabalho, porque não fui com um olhar frio de um pesquisador distante do seu objeto de trabalho, ou melhor dizendo, com olhos puramente pensando na pesquisa em si, e sim como olhos de um usuário e entusiasta, onde pude “passear por dois mundos”: o jornalista-pesquisador, que tem um trabalho a cumprir, que é o de contar sobre essa história, e a pessoa usuário que viveu a pesquisa e sabe como ela funciona de forma bem pessoal.

Os dias 11 e 14 de junho foram o momento de captar as últimas impressões sobre usuários e terapeutas, além de realizar mais algumas entrevistas e fotografar as pessoas durante os atendimentos, na sala de espera entre outras situações, com a autorização prévia de todos os que aparecem nas imagens. Além da parte textual, as imagens vão ajudar as pessoas a visualizarem melhor o espaço onde ocorrem essas práticas e como elas são realizadas.

A partir do dia 15 de junho, deu-se início ao processo de escrita da reportagem em si. Mas durante esse processo, em dias pontuais durante a semana, eu ainda fazia visitas à SCAP, para tentar extrair mais algum relato, fotografar, com a permissão prévia, é claro, a fim de deixar o material ainda mais robusto e diversificado.

Outro trabalho difícil foi selecionar quais personagens fariam parte da reportagem, quais histórias seriam contadas, já que todas elas são, dentro de suas particularidades, importantes para a produção do material. No entanto, nem todos puderam figurar diretamente no produto final, sendo inseridos aqueles que, a meu ver, poderiam “conversar” melhor com o que o trabalho que estava sendo produzido.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como resultado de todo o processo, que sofreu alterações por conta do formato, que deixou de ser um livro-reportagem para se tornar uma reportagem impressa, conforme a Regulamentação dos Trabalhos de Conclusão do Curso de Jornalismo da Universidade Federal de Alagoas, foi interessante conviver com as pessoas envolvidas no projeto. Mesmo com essa alteração do trabalho e a redução do texto jornalístico planejado, toda a experiência foi muito rica, porque o material, de fato, vai reverberar. Tanto na construção desse material, como, num futuro próximo, outro ainda mais abrangente, como pretendo fazer posteriormente à apresentação deste projeto experimental.

Outro ponto importante que foi percebido durante os trabalhos são as potências e carências que se assemelham nesse projeto. Entre as carências, a “falta de estrutura” atrapalha, como no caso da ausência de oferta de bolsas para terapeutas que fossem da Universidade, por exemplo, e de bolsa para alunos de Comunicação, que poderiam fortalecer o projeto e divulgá-lo. Esses aspectos poderiam atrair ainda mais pessoas. Sendo assim, por essa falta de mais recursos, a mão de obra é voluntária e fazem do “pouco” que tem grandes feitos, mesmo não sendo plenamente suficientes.

Um ponto que me saltou aos olhos é a carência na parte da Comunicação. Não existe um trabalho mais voltado para esse sentido, da divulgação e publicidade, com a produção de material comunicacional que pudesse fazer o trabalho por lá realizado chegar a mais pessoas. É claro que isso não é por falta de interesse da coordenação do projeto e das pessoas envolvidas, mas, novamente esbarramos no problema da falta de estrutura.

Ao longo das entrevistas, eu pude notar como eu estava com uma ideia errada a respeito do trabalho da SCAP. A intenção inicial era buscar histórias de problemas graves que foram tratados ou são tratados lá. Só que, depois de tantas conversas e convivências, acendeu em mim uma luz no sentido de questionar: quem é que decide o que é ou não grave? Como eu poderia buscar isso, se para cada um o problema se manifesta de uma forma e para uma determinada pessoa o problema pode ser muito grave, como no caso da Suerda Medeiros, usuária da sala que sofre de escoliose num grau que modificou até seu formato corporal, conforme um dos relatos presentes na reportagem.

A minha sensibilidade ficou mais aguçada e isso é uma transformação promovida por essa pesquisa que vai além do que eu esperava obter, pois trouxe mais para o lado humano,

do indivíduo e do ser social Paulo Canuto, do que apenas para o profissional, esse que também recebeu uma carga de conhecimento enorme.

Um dos resultados que esse trabalho busca é poder servir como inspiração e ponto de partida para que mais produções como essa, explorando mais e mais, de forma diversificada, esse projeto de extensão de saúde em terapias complementares desenvolvido no âmbito do SUS pela Faculdade de Medicina da Ufal. Ele é uma fonte incrível de conhecimento e para experimento em diversas áreas, inclusive da comunicação. Porque durante o processo de coleta de dados e vivências, outras formas de produção foram pensadas como estratégias de divulgação, como o livro-reportagem que irei produzir, além de um documentário, um programa de rádio, um podcast e um plano de comunicação, por exemplo, que podem ser elaborados por alunos de Jornalismo, Relações Públicas e áreas afins da Comunicação.

A premissa principal deste trabalho continua é divulgar o projeto através de histórias de quem faz e utiliza a Sala de Cuidados, porém com a adição que a própria comunidade acadêmica olhe ainda mais como fonte de pesquisa e objeto de pesquisa. Porque a sala já recebeu um projeto de identidade visual feito por alunos do curso de Design, assim como um projeto de Design de interiores, em 2019, só para citar estas duas iniciativas acadêmicas, mostrando que a SCAP pode ser fonte de inspiração para projetos em diversas áreas.

Que este projeto experimental provoque futuros materiais de pesquisa, sejam eles jornalísticos ou de pesquisa em outras áreas, já que não é apenas o contar uma história através do elemento humano, servindo de material de consulta e captação de informações e tendo o elemento humano como mediador desse processo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A extensão universitária tem um papel de extrema importância, pois dá uma resposta a sociedade sobre o conhecimento que está sendo produzido dentro da academia, assim como esse projeto em questão, a Sala de Cuidados Antonio Piranema, fortalece a política de saúde garantidora de um direito básico da população brasileira, que é o SUS.

Aprofundar nesse projeto e falar dele a partir da ótica daqueles que o fazem, além de humanizar as informações sobre seu funcionamento, coloca-nos numa perspectiva empírica do que representa as suas ações, a partir dos relatos reais de experiências vividas na e com a SCAP. Todo trabalho jornalístico feito para este produto, incluindo as entrevistas, o processo de decupagem e a redação da reportagem escrita, deixou claro que ainda há mais a ser explorado sobre esse assunto, com a produção de outros produtos dentro do campo jornalístico e fora dele, visto que ele engloba não apenas um projeto de extensão em si, mas também uma importante ferramenta de saúde pública.

Nesta pesquisa, eu pude colocar em prática ensinamentos que vieram da sala de aula, “colocar na rua” o que aprendi no Curso de Jornalismo, como a realização de entrevistas, roteiro e pauta. Também pude entender como se dá um trabalho de pesquisa para produto específico como a reportagem, o que abre a mente para outras produções, como um documentário e um livro, outros formatos pensados antes da reportagem.

Olhando para o produto final, entendo que foi entregue um panorama amplo do que é e como funciona a SCAP, tanto dentro da Ufal quanto fora dela, já que abordou o funcionamento da Sala de Cuidados em seu espaço físico no dia a dia e também na sua versão “itinerante”, como é o caso da Feira Agroecológica do Novo Jardim.

Ter realizado essa pesquisa me trouxe o norte que a ideia original ainda não tinha: a associação tanto com o SUS e o trabalho de fortalecimento do mesmo, pela Scap, assim como com as práticas integrativas, que são importante componente do meu objeto de estudo, mostrando que não há como separar a Sala de Cuidados das práticas integrativas complementares, as PICs.

Com esse trabalho, podemos usar o jornalismo para levar a mensagem e os serviços da Sala de Cuidados para mais pessoas e trazê-las para mais perto da Universidade. Indiretamente, auxilia também na manutenção da saúde das pessoas, fazendo valer uma máxima do jornalismo, que é contar histórias.

REFERÊNCIAS

ADVÍNCULA, Nathália Carvalho; ALVES, Kellyanne Carvalho. **Informação x Opinião:** caminhos históricos dos gêneros jornalísticos. In: Encontro Nacional de Jovens Pesquisadores em Jornalismo (JPJOR), VIII, 2018, São Paulo. Anais [...]São Paulo: Encontro Nacional de Jovens Pesquisadores em Jornalismo, 2018. p. 7.

ANDRADE, Lucimary Bernabé Pedrosa. **Educação infantil:** discurso, legislação e práticas institucionais [online]. São Paulo: Editora UNESP; São Paulo: Cultura Acadêmica, 2010.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Práticas Integrativas e Complementares (PICS).** gov.br/saude, 2018. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/praticas-integrativas-e-complementares-pics-1>. Acesso em: 24 de junho de 2022.

_____. _____. **Sistema Único de Saúde (SUS):** estrutura, princípios e como funciona. gov.br/saude, 2018. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/praticas-integrativas-e-complementares-pics-1>. Acesso em: 24 de junho de 2022.

FREITAG, Vera Lúcia; BADKE, Marcio Rossato (orgs.). **Práticas integrativas e complementares no SUS:** o (re)conhecimento das técnicas milenares no cuidado à saúde contemporânea. Curitiba: Nova Práxis Editorial, 2019.

LAGE, Nilson. **Reportagem:** Teoria e Técnica de Entrevista e Pesquisa Jornalística. 1ª edição. Santa Catarina: Record, 2001.

FURTADO, Thais. O aprofundamento como caminho da reportagem de revista. In: TAVARES, Frederico de Mello B., SCHWAAB, Reges. (Orgs.). **A Revista e seu Jornalismo.** Porto Alegre: Penso, 2013. p.151.

APÊNDICE A

Roteiro de perguntas para as entrevistas para os PACIENTES*

1. Qual o seu nome, idade e profissão?
2. Você mora nas proximidades da Ufal?
3. Como conheceu a sala de cuidados?
4. O que levou você a procurar a sala de cuidados?
5. Qual ou quais os problemas que você sofria antes de chegar à sala de cuidados que levou você a procurar atendimento?
6. Qual o nível de gravidade desses problemas?
7. Que tipo(s) de incômodo(s) eles traziam para sua vida?
8. Quais terapias você mais utiliza ou utilizava na Sala de Cuidados?
9. Você sentiu melhoras com o atendimento na Sala de Cuidados? Seus problemas foram resolvidos? Comente um pouco a respeito.
10. Defina para mim o que é a sala de cuidados.

* A ordem pode ser alterada e mais perguntas incluídas a depender da dinâmica da entrevista.

APÊNDICE B

Roteiro de perguntas para as entrevistas para os TERAPEUTAS*

1. Qual o seu nome, idade e profissão?
2. Como você conheceu a Sala de Cuidados?
3. Há quanto tempo é terapeuta de lá? O que levou você a atuar no espaço.
4. Qual ou quais terapia(s) que você realiza na Sala de Cuidados?
5. Foi lá a sua primeira experiência como terapeuta no espaço?
6. Você ministra a terapia em outros espaços?
7. Quais as principais queixas mais recorrentes no seu atendimento?
8. Tem alguma história ou caso singular de atendimento no espaço que você possa compartilhar conosco?
9. O quanto que a sala de cuidados agregou na sua vida?
10. Defina o que a sala de cuidados de forma bem particular?

* A ordem pode ser alterada e mais perguntas incluídas a depender da dinâmica da entrevista.

APÊNDICE C

Roteiro de perguntas para as entrevistas para os GESTORES*

1. Qual o seu nome, idade e profissão?
2. Como você conheceu a Sala de Cuidados?
3. Do ponto de vista institucional, o que representa a Sala de Cuidados Antônio Piranema?
4. Qual ou quais as diferença(s) da Sala de Cuidados em relação às unidades de saúde tradicionais do SUS?
5. Qual ou quais os principais tipos de problemas de saúde e atendimentos na Sala de Cuidados?
6. Qual ou quais os benefícios das terapias complementares para a saúde dos usuários do SUS a seu ver?
7. Há novos projetos previstos para o espaço?
8. Você acha que a Sala de Cuidados deveria ser um projeto padrão para as instituições de ensino superior? Por quê?
9. Defina de forma particular o que é ou representa a sala de cuidados para você.

* A ordem pode ser alterada e mais perguntas incluídas a depender da dinâmica da entrevista.

APÊNDICE D

Entrevista com José Ferreira - Terapeuta da SCAP conhecido como Mestre Ferreira

Como o Sr. conheceu a Sala de Cuidados?

Bem, foi através de um anúncio de auriculoterapia que ia ter lá na Ufal no período de férias, no evento “Ufal Verão” em 2015, na época eu já era acupunturista a muitos anos, só que eu não tinha convivência aqui no estado e precisava de uma entidade para me dar cobertura, e foi através desse anúncio. Então eu corri e consegui entrar nesse curso com o Dr. Geraldo Mario. Após isso eu terminei sendo convidado pela professora Edna Bezerra a visitar a Sala de Cuidados na época, que era em outro espaço (Faculdade de Nutrição - FANUT) e não no atual (Faculdade de Medicina da Ufal - FAMED/UFAL), e fui ficando e terminei vindo para a sala de cuidados para fazer atendimentos com as minhas práticas. Existiam outros cursos, mas aí eu já fiz uma parceria com o Dr. Geraldo Mário e a Dr^a Carla Loureiro, participando desses cursos com essas duas pessoas maravilhosas, com quem tive o prazer de trabalhar, e desde então eu estou na sala de cuidados dando uma cobertura nos atendimentos.

Quais práticas você realiza?

Na verdade é o seguinte, o terapeuta não pode ter apenas uma terapia, ele tem que ter um conhecimento básico de todas as práticas alternativas, para que você possa servir ao paciente/cliente melhor. Então eu trabalho com a manipulação vertebral, conhecida como Quiropraxia que na verdade é o *Hiep Thai* manipulativa baseado no Seitai japonês, Acupuntura Sistêmica, Acupuntura Auricular (auriculoterapia), Stiperterapia, Do in, Shiatsu, são todas técnicas alternativas que ajudam ao paciente. Se você recebe um paciente que tem um problema de dores nas costas, a dor nas costas você tira com acupuntura, mas se você tem um problema de desalinhamento a acupuntura não vai resolver, ela vai aliviar mais não sanar o problema. Aí, você vai usar a manipulação vertebral (quiropraxia), na manipulação você vai fazer o alinhamento e conseqüentemente você vai usar a acupuntura para evitar a dor e para a manutenção você usa a auriculoterapia, que o paciente vai para casa e vai ficar durante 7 dias com as sementes na orelha, apertando, massageando que aí vai ter uma solução para seus problemas.

Pessoalmente desde que o Sr. fez esse curso e entrou na sala de cuidados, o que agregou na sua vida, como terapeuta e como na sua vida pessoal como um todo?

“Irmão” eu vejo a sala de cuidados como um laboratório para terapeutas, como os alunos dos vários cursos que ministrei, eu uso a Sala de Cuidados como um laboratório, para se aperfeiçoar. E o que eu melhorei com essa vinda para a Scap, além do amor pelas pessoas que visitam a sala e o acolhimento que eu tive dos dirigentes de lá, eu consegui ver que através dessa prática você ganha muito mais gratidão do “extra” que é o “Uno” o criador de tudo que vive. É esplendorosa a forma de gratidão, a forma das pessoas falarem com você, de agradecer, parece que já vem acompanhada de uma energia super poderosa que a cada tratamento que a gente faz você recebe muito mais energia, muito mais força, é incrível, só quem convive com essa energia é que pode descrever realmente a potencialidade que é a Sala de Cuidados Antonio Piranema, é uma coisa maravilhosa!

Sabendo que lá não foi sua primeira experiência na área, então a quanto tempo o sr. é terapeuta?

“Meu irmão”, eu me formei no ano de 1986, mas só vim praticar mesmo a acupuntura e as práticas alternativas em 2002, foi quando realmente me dediquei a trabalhar intensamente com essas práticas terapêuticas, (20 anos no momento da entrevista). E eu vim trabalhar em grande quantidade, foi quando vim para a Ufal, foi quando eu vim para a sala de cuidados, foi onde eu tive mais, não vamos dizer “paciente/cliente”, mas onde eu adquiri mais experiência, porque na verdade mesmo que você seja formado em diversas terapias, mas se você não tiver o contato com os pacientes/clientes você não se formou! Uma coisa é ter a teoria, outra coisa é a prática, porque ela é quem concretiza a teoria. É claro que você precisa da teoria, pelo conhecimento técnico, mas tem muitos tratamentos que nem sempre apenas o técnico é suficiente, é até um absurdo eu falar isso como professor, mas na verdade é que muitas das vezes, na prática, um movimento que não está incluso no curso você consegue resolver o problema do paciente, é incrível isso.

Pessoalmente, qual foi o pior caso que o sr. se lembra, que você parou e pensou “agora vamos ver se aprendi mesmo”?

(risos) É incrível isso, realmente. Eu já tive alguns casos bem cabulosos, mas acho que um problema que até me despertou como terapeuta, foi ativar o sistema nervoso de um homem que teve um Acidente Vascular Cerebral Isquêmico (AVC), ou como conhecemos um “derrame”, em meados de 1989. Nesse caso, o paciente teve uma paralisia total do lado esquerdo do corpo e travamento dos nervos e eu consegui com muitos esforços, muitas sessões, soltar esses nervos tensos e devolver 70% da mobilidade dessa pessoa que estava praticamente 0 na sua vida. Foi através de muita Acupuntura, muita Quiropraxia, Massagem, eu consegui realmente ativar 70% da vida dessa pessoa! Hoje essa pessoa dirige de certa forma normalmente, ainda tenho contato com ela. Fiquei com esse paciente de 1989 a 1995 realizando procedimentos. Para se ter uma ideia, ele tinha os braços todos, atrofiados ou “entrevados” como chamamos popularmente, ele não mexia de forma alguma o braço. Ele sofreu esse AVC e bateu com o carro e precisou fazer um implante craniano, uma coisa impressionante. Mas eu consegui “destravar” o braço dele, fazendo descer que ela não conseguia, e apesar de hoje ele ainda ter o braço um pouco ainda com sequelas, ele tem muito mais mobilidade do que antes, esse foi um dos ou se não o trabalho mais tenso que tive na minha vida.

Ao longo da sua vida, do que o Sr. já viu e já fez, como o sr definiria a Sala de Cuidados Antonio Piranema? De uma forma bem pessoal e porque não emocional.

Meu irmão, eu sempre falo para meus alunos “você quer aprender esse trabalho que eu faço, vá para a Scap, que lá você vai valorizar o que deve ser valorizado”. Porque, por incrível que pareça, lá vem pessoas de todos lugares da cidade porque viu que na Scap ele teria um alívio para seus problemas. Eu defino a Scap como uma forma de Humana. É uma forma de você dizer assim “eu sou humano” por ajudar outros humanos, para mim a Scap é isso entendeu, é incrível!

APÊNDICE E

Entrevista com Maria Leonice - ex-aluna Especial do Mestrado Ufal

Como conheceu a Sala de Cuidados Antonio Piranema?

Então, eu fui diagnosticada com a Síndrome do Pânico há alguns anos e eu nunca fiz uso de medicamentos alopáticos, ou seja, nunca usei tarja preta. Já são mais de 10 anos que convivo com essa síndrome. Mas assim que descobri, eu fiz tratamentos alternativos, mas parei por um tempo também. Há uns 4 anos mais ou menos eu conheci a Scap porque eu era aluna especial no mestrado e conheci através de amigos e fui fazer o Reiki, auriculoterapia e massagem. Nisso eu estava com uma pequena crise de ansiedade e os tratamentos que eu tive lá foram fantásticos, porque só reforçou o que eu já sabia, que é a importância do tratamento alternativo. O tratamento na Scap é muito humano, você se sente bastante acolhido, por exemplo, para nós que temos a síndrome do pânico, quando estamos em crise, precisamos de atenção e lá, além das terapias, nós temos essa atenção e isso me ajudou bastante. Hoje essas práticas fazem parte da minha vida, sempre que posso e que tenho disponibilidade e eu estou por lá.

E nesse momento de pandemia, a sala de cuidados teve alguma influência?

Para mim a sala de cuidados foi fundamental, principalmente neste período de pandemia, mesmo ela não funcionando presencialmente, eu sempre estava buscando alternativas, comecei a fazer mais meditações, mesmo ela estando parada me influenciou a buscar mais. Quando parou eu sabia que tinha a meditação guiada de forma online, então comecei a fazer meditação em casa e quando eu sei que vou me desestabilizar emocionalmente eu já corro para a meditação.

Como você definiria a Sala de Cuidados Antonio Piranema?

Para mim a Scap é vida, é o olhar para mim! Porque foi isso que aconteceu comigo, quando estava em crise, ser cuidada, receber atenção fizeram com que eu olhasse para mim e a sala de cuidados me ajudou nisso, então ela é vida!

APÊNDICE F

Entrevista com Luana Verçulino - aluna de Ciências Sociais da Ufal

Como você conheceu a sala de cuidados?

Eu conheci através de amigos que também estudam na Ufal e que já frequentavam e alguns deles até trabalhavam/voluntários lá, e uma parte desse estágio era fazer a divulgação dos cuidados que eram oferecidos pela Scap, então foi dessa forma, através de pessoas que já frequentavam e desses meus amigos que de alguma forma tentavam deixar os serviços de lá mais acessíveis, como com panfletos informativos e o boca a boca.

De todas as práticas que você teve acesso, qual foi a que mais te ajudou e em que ela te ajudou?

O cuidado que mais me ajudou foi a acupuntura, em um momento em que eu estava tendo crises de ansiedades mais constantes do que eu conseguia identificar e eu nunca tinha recebido esse cuidado. Essa terapia me ajudou muito, porque eu estava num momento em que não conseguia relaxar ou conter as crises sozinhas e foi isso que eu consegui com a acupuntura, uma espécie de relaxamento profundo, foi só aí que eu consegui sentir o que era ser uma pessoa relaxada de novo. Então esse foi o cuidado que mais me ajudou e graças a ele eu fui conhecendo mais práticas por frequentar ainda mais a Scap.

É exagero falar que tanto a Sala de Cuidados, assim como as práticas integrativas mudaram a sua vida?

Não é exagero, porque mudaram, já que foi através da Sala de Cuidados que eu consegui ter acesso a uma prática de cuidados gratuita, com profissionais qualificados e essas mesmas práticas se fosse para fazer em clínicas particulares, eu mesma não teria condições de pagar! Apesar de que eu não acho que seja caro para quem tem condições de investir na saúde mental, mas nós sabemos que as pessoas que se encontram em situação de vulnerabilidade social, não tem as condições para fazer esse tipo de investimento, não estão nas despesas básicas do mês, como moradia, alimentação e a saúde física, como fazer algum exame,

remédio (laboratório), ou algo assim. Eu diria que salvou minha vida porque foi a porta do acesso para cuidar da saúde mental e eu não teria tido conhecimento dessas práticas se não fosse pela Scap, se não fosse dessa forma, que inclui pessoas que não tem condições de adquirir esse cuidado de outra forma.

Os cuidados recebidos na sala de cuidados ajudaram e fizeram com que você dispensasse tratamento com psiquiatra ou uso de medicamentos?

Então, eu acho que a sala de cuidados e o acesso a essas práticas, fizeram eu conhecer mais os meus níveis de ansiedade. Esse conhecimento através das práticas me fez conhecer além da minha ansiedade, os meus processos e eu não procurei psiquiatra e nem fiz uso de medicamentos porque não recebi a indicação ou encaminhamento. Eu faço terapia, como acompanhamento com uma psicóloga, mas acho assim, que a sala de cuidados contribuiu em olhar mais para minha saúde mental e identificar as crises, os gatilhos, o que aumenta ou me acalma, então eu acho que quando você entende mais sobre sua saúde mental e como está sendo atingida pelo cotidiano ou pela vida de uma forma geral, fica até mais fácil de você procurar uma ajuda mesmo, não de dispensar, mas de você entender se você precisa mesmo, como precisar de um psiquiatra, porque precisa desse profissional e entender também os limites que essas práticas integrativas tem. Foi como trazer um conhecimento sobre mim mesma e daí ficar nas minhas mãos essa investigação.

Como você definiria a sala de cuidados?

Eu acho que a sala de cuidados é um acolhimento que não encontramos em nosso ciclo no dia a dia. Por causa de que muitas pessoas também estão precisando desse acolhimento, porque não tem como você cuidar do outro se você não se cuidar, então eu acho que a sala de cuidados traz essa consciência sobre se cuidar e você estando bem, você consegue dialogar melhor sobre saúde mental com as pessoas que estão ao seu redor. Quando você consegue relaxar, quando você consegue ter um cuidado com a saúde e parar um pouco a mente você consegue conversar sobre isso com as outras pessoas. Então eu acho que é isso, a sala de cuidados é um acolhimento e a partir dela, traz essa consciência de cuidar de si.

APÊNDICE G

Entrevista com Pâmela Nobre - aluna da Escola Técnica de Artes da Ufal (ETA/UFAL)

Como conheceu a sala de cuidados?

Conheci a Scap pelo pessoal da Ufal mesmo, que ficava na Praça da Paz (praça que fica em frente do bloco do Centro de Educação (CEDU, ao lado do antigo Restaurante Universitário) quando eu saía das minhas aulas e o pessoal me indicaram a Sala de Cuidados e eles falavam que tinha alguns cuidados para quem estivesse precisando, tanto cuidados físicos, mas também para quem quisesse entender um pouco mais sobre essas práticas, para você poder fazer em casa. Até mesmo uma conversa a gente encontrava lá, porque muitas vezes era apenas de uma conversa que estava precisando e de tanto eles falarem eu fui lá conhecer.

Teve algum motivo específico para você ir lá ou você foi às cegas apenas pela indicação?

De tanto a gente conversar com o pessoal, eles foram falando de sentimento, de coisas que a gente sentia, não só ansiedade, mas também o nervosismo, não saber se expressar, e que a Scap poderia ajudar nisso, ser um auxílio para essa parte. Às vezes você poderia não querer conversar com ninguém assim de uma forma aberta, então lá você poderia procurar um lugar mais reservado e que conseguisse relaxar, pelo menos mentalmente e lá você receberia esse auxílio, conseguir esse relaxamento para conseguir digerir as coisas que estivessem acontecendo com você.

A Scap fez com que você se conhecesse e se olhasse mais?

Fez, na verdade estou me olhando até agora (risos gerais). Eu tento me olhar todos os dias, porque através de lá, por exemplo, uma coisa que eu tinha muito era a questão da ansiedade e não conseguia conversar direito, e falar as coisas que me angustiavam. E quando eu fui para lá eu descobri que tinha outros “porquês” e nisso eu fui aprendendo a me conhecer melhor, me acolher melhor, me cuidar mais, através dessas ajudas. Ah eu gostei, eu fui pensando uma coisa, que ia ser só uma coisa “física”, algo fechado, mas me abriu muitas outras possibilidades, tipo algumas indicações como uma constelação familiar e não apenas uma

auriculoterapia, e eu nunca tinha feito, não tinha nem ideia do que era isso na minha vida e foi um momento que meio que virou uma chave, foi um outro tipo de ajuda terapêutica, mas que virou uma chave pra mim, foi massa!

Qual ou quais problemas que você sofria antes de chegar a Scap?

Um dos problemas, foi a questão depressiva, porque a gente nunca fala sobre isso e eu não conseguia me movimentar de fato nesse sentido, por estar recebendo muitos não, minha situação financeira e coisas do tipo, eu fui percebendo essa questão da depressão, sabe, que eu fui cada vez mais me encolhendo e nisso eu não conseguia falar sobre meus problemas e também via que outras pessoas também estavam passando por isso, mas só que eu não conseguia buscar uma solução. Tipo, eu queria as mudanças de forma imediata, mas são coisas que acontecem devagar, paulatinamente é que vão acontecendo, é processual e eu tinha a dificuldade de entender esses processos, de que as coisas acontecem com o tempo e achar outras possibilidades como saída, por exemplo nós enxergamos em muitos casos que apenas o serviço via CLT é o certo e até as coisas ao seu redor vão te “empurrando” essas e outras coisas que não são necessariamente nossas e que não acreditamos. Nisso eu fui tentando distinguir e separar essas coisas conforme eu fui frequentando a Sala de Cuidados, com esses acessos, eu fui digerindo melhor essas coisas, sabe, me movimentar mais, começar a falar e a procurar ajuda mesmo para o que estava passando, desde não conseguir a simples tarefa de encher um balde ou fazer uma receita, até um problema maior, como esse “B.O” da faculdade que estou precisando resolver, tipo para onde vou, quais caminhos eu tenho que procurar, é tipo isso.

De todos os cuidados que você recebeu, o que você sentia, era uma sensação estranha por não conhecer ou de cara você já sentiu a conexão e já uma melhora?

Eu não entendia a melhora imediata, sabe, mas uma certo alívio um pouco temporário, porque eu entendi que são práticas que devem ser feitas continuamente e quando eu parava de ir ou de praticar alguma coisa, eu percebia o quanto me fazia falta. Quando eu começava a perceber que eu estava deixando de me cuidar, era quando eu percebia que as práticas me fazem muita falta. Mas a primeiro momento eu senti um alívio mesmo (risos). A sala de cuidados ajudou até nesse processo de saber que eu poderia buscar outros tipos de ajuda,

apesar de eu não deixar de buscar caminhos alternativos, eu também procurei um psicólogo. Tanto que depois disso, que eu fui no psicólogo e na sala de cuidados, eu comecei a fazer teatro e sai do psicólogo (risos gerais). Eu fui encontrar o teatro, a arte, porque a arte é uma das minhas terapias, a Scap mais o teatro fizeram esse combo que deu “match” (referência a quando duas pessoas curtem os perfis na rede social Tinder) e eu preciso continuar.

Quais eram esses cuidados que você fazia uso na Scap e qual era o que mais funcionava no seu caso?

Não tinha uma só que exclusivamente me ajudava, porque dependia muito do que eu estava procurando. Depois de fazer algumas eu tentei prestar mais atenção no que eu estava precisando no momento, então se eu estava precisando “estralar” minhas costas a auriculoterapia não iria me ajudar (risos) e sim a quiropraxia, nisso eu ia buscar esse tipo de terapia. Eu meio que fiz um outro movimento, primeiro eu entendia o que eu estava precisando, para depois ir atrás da ajuda que eu sei que conseguiria, que eu sei que teria aquele suporte que eu estava precisando. Mas, de todas, uma que não poderia faltar era a quiropraxia, porque eu tenho muito problema nas costas, e por mais que eu esteja bem, sempre tinha alguma coisa para regular, para encaixar. Então, no meu caso, ela é uma das que não podia faltar, assim como também a meditação, porque era um momento que dava aquele alívio na mente, sabe. Então essas duas, quando eu ia, era maravilhoso, mesmo que eu não tenha feito tantas vezes, porque logo após eu conhecer e começar a frequentar, veio a pandemia, mas eu lembro que essas eram as duas que tinha certeza que dava bom. Comecei a frequentar no final de 2018, mas intercalando com espaços muito longos, entre uma sessão e outra.

Defina o que é a sala de cuidados.

Se eu pudesse dar um nome, não seria sala de cuidados seriam mais como “ampliação de cuidados” (risos), o nome sala é muito restrito para isso, mesmo entendendo que o “sala” é só o ambiente que damos o nome. Mas sei lá, é tipo, muito afetuoso, muito acolhimento e não só do corpo físico saca? É todo um conjunto, um cuidado mesmo, que tem para a gente ter esse encontro consigo mesmo, tipo uma “auto-intimidade” com nós mesmos, por isso que para mim eu acho que vai para além da sala, porque a gente entra lá, mas quando você sai, para

onde você vai, aquilo vai estar em você, tem uma troca. Por isso acho que é uma ampliação do cuidado, porque quando você sente esse alívio, você acaba falando para outra pessoa que por muitas vezes está reclamando de uma certa dor, um certo problema, daí você vai e mostra o caminho para ela, a Scap dá essa oportunidade de você mostrar uma outra possibilidade para essa pessoa, falando sobre os cuidados que lá existem que é para toda comunidade, gratuito, que é um direito seu se cuidar e você merece e precisa. Então resumindo, é essa ampliação de cuidados, essa auto-intimidade, esse carinho consigo mesmo!

APÊNDICE H

Entrevista com Suerda Medeiros - moradora do bairro Novo Jardim, auxiliar administrativa numa unidade básica de saúde (UBS) - Cidade Universitária

Você mora nas proximidades da sala de cuidados?

Sim, principalmente do ponto itinerante da sala que é quando ela vem para a Feira Agroecológica, já que moro bem próximo ao ponto onde acontece a feira. O que também não anula o fato de eu morar perto da sala de cuidados na Ufal, já que moro na Cidade Universitária.

Como você conheceu a sala de cuidados?

Então, eu conheci a Scap através da Feira Agroecológica e para mim foi muito pertinente, porque eu tenho escoliose, tive uma gravidez seguida da outra e ambas foram cesarianas e que me deixaram muitas dores, principalmente nas costas, o que fizeram eu ter dificuldade até para dormir. Quando eu soube que a sala de cuidados estaria aqui na feira e teria esses serviços oferecidos, eu procurei logo atendimento principalmente por serem gratuitos (risos).

Teve alguma terapia que você procurou especificamente ou depois que você conheceu a sala, focou em uma?

Eu nunca tinha feito o reiki e nem a quiropraxia e eu confesso que foi uma experiência muito positiva e surpreendente com o reiki, no dia eu saí até emocionada porque foi uma experiência bem diferente mesmo e olhe que eu fui para ver no que dava, não era a intenção essa terapia especificamente. Eu me surpreendi, porque até por uma questão cultural, a gente vai com um pouco de incredulidade, mas no momento da imposição de mãos eu senti uma energia diferente, eu senti um lugar específico, uma pressão, aí eu questionei a terapeuta o que queria dizer aquilo e a sua explicação bateu muito com algo que eu estava vivendo, algo que estava mexendo muito comigo, me tirando o sono até. Eu saí assim admirada do poder, da energia que existe no reiki e eu só descobri que era verdade no dia que eu experimentei na Scap.

Você já tinha ouvido falar sobre as práticas integrativas antes da sala de cuidados?

Então, já ouvia falar mas não experimentava e uma outra coisa foi a quiropraxia, quando eu descobri a escoliose, eu tinha por volta dos 13 anos de idade, foi quando eu estava numa atividade com colegas, eu estava de biquíni e um deles disse “olha, seu corpo é tronxo, você tem cintura de um lado sim outro não”. Foi quando eu chamei a atenção da minha mãe, fui para a fisioterapia, fiz raio-x, RPG e não resolveu nada. Eu acabei deixando para lá, os anos foram passando, me tornei mãe e deixei esse problema da escoliose para lá. Na quiropraxia, eu hoje olho e penso “meu Deus como eu queria ter conhecido isso a 15 anos atrás” (risos), o quanto eu saio bem depois das sessões e o quanto eu durmo melhor. Indiscutivelmente, da primeira “quiro” que fiz até hoje, na hora de dormir eu sou outra pessoa! Apesar de ter sido poucas sessões, eu sou outra pessoa!

É certo falar que a medicina convencional não ajudou tanto quanto as práticas integrativas, sendo assim podemos dizer que a quiropraxia mudou sua vida?

Sim, porque dormir bem interfere em todas as minhas atividades do dia a dia e assim, já na primeira sessão, eu sai assim “pisando em nuvens, surpresa com os resultados e falando assim é isso” (risos). Hoje fui atendida (no momento desta entrevista estava acontecendo mais uma edição da Feira Agroecológica do Novo Jardim) pelo mestre Ferreira, ele viu a minha questão da escoliose e disse que era bem acentuada, bem aguda e me deu algumas orientações. Sabe o mais interessante, o fisioterapeuta nunca tinha me dito isso antes, só que podia amenizar as dores com RPG, me encaminhou para o pilates que não gostei muito, mas pela primeira vez, o mestre já me deu outra notícia, que esse tratamento feito continuamente vai me ajudar e depois procurar atividades para ver questões musculares, já que esse problema já alterou o formato do meu corpo e tal, e nisso, pela primeira vez eu tive esperança que a minha escoliose tem jeito!

E do ponto de vista estético?

Nesse sentido, a escoliose e inclusive hoje eu consegui mais detalhes com o mestre, esse problema já alterou o formato do meu corpo. Esteticamente, quando eu uso um determinado tipo de roupa dá muita diferença, eu evito usar roupa muito colada porque fica muito

evidente, o que interfere na minha vida social, porque eu evito usar determinados tipos de roupa. Eu acredito que a gente, por mais que tente se reconstruir em algumas opiniões, dentro dessa nossa sociedade a gente não consegue estar “firme” o tempo inteiro. Por mais que em alguns momentos eu diga “o corpo é meu, eu vou fazer o que eu quiser, hora que eu quiser”, tem um momento que a sociedade consegue me reprimir, por mais desconstruída que eu seja. Então tem um momento em que na minha aparência interfere sim, seja certo ou errado e é uma pena que isso aconteça. Mas o fato é que eu deixo sim de usar algumas roupas por conta da minha escoliose ou eu percebo que estou puxando demais a roupa e percebo que isso está se tornando patológico, preocupante demais o fato de eu ficar puxando demais a roupa por conta do formato do meu corpo.

Para além da questão estética, a escoliose te trouxe algum outro problema?

Não, apesar da questão estética e do possível apontamento das pessoas e de eu evitar usar algumas roupas, no mais foi só isso, não deixei de frequentar lugares, sofrer mais de ansiedade por conta disso. Isso se deve também ao fato dessa desconstrução, de sempre colocar em pauta a questão do corpo e principalmente do corpo da mulher que me ajudou e fortaleceu para não deixar tomar maiores proporções. Mas se olhar do ponto de vista de pequenas proporções, pode ser que em um momento ou outro eu tenha me deixado levar.

Você acha que a sala de cuidados também ajudou nisso, para além da escoliose?

Na hora do reiki, quando eu falei que em um certo ponto eu senti uma pressão, ela aproveitou e falou que poderia ter relação com algo que eu estava vivendo, nisso eu saí bem reflexiva e foi num momento bem específico da minha vida, de ter uma sobrecarga de ser mãe, esposa, trabalhar fora, cuidar da casa e não ter diretamente alguém me ajudando. Meu esposo faz a parte dele, mas de qualquer forma a mulher sempre acaba ficando com a maior carga. Naquele momento me ajudou nesse sentido, de estar me sentindo sobrecarregada, me cobrando de uma coisa e pela conversa dela, já não pela imposição de mãos, a sensibilidade da terapeuta em conversar, dando atenção ao meu problema, naquele momento específico me ajudou.

Defina pessoalmente o que é sala de cuidados para você?

A Sala de Cuidados trás, de uma forma bem sensível, humanidade, sabe por quê? Esses tratamentos complementares, acabaram se tornando muito elitizados, restrito a quem tem dinheiro, "acupuntura? Oi? é alguma coisa de comer?, se tornou coisa de rico, de gente muito esclarecida”, e ainda vem questões religiosas, culturais, é um monte de dúvidas que ninguém tira porque parece que o pobre não tem direito a isso, e que ele só tem direito ao remédio e a consulta médica. A sala de cuidados quando ela vem oferecer isso de forma gratuita para as pessoas, ela vem dizer que “não espera aí, saúde não é só remédio e olhar para o médico, saúde é muito mais que isso e todos têm direito”. A beleza da Scap é isso, dar o acesso a todas as pessoas a coisas que parecia ou alguém tentou nos convencer que não tínhamos direito e a sala de cuidados está falando que temos sim!

APÊNDICE I

Entrevista com Maria Dantas - Terapeuta Reikiana da SCAP

Como você conheceu a sala de cuidados?

Eu conheço a Sala de Cuidados, desde 2015. Eu estava num momento de estresse muito intenso, então uma amiga me falou que tinha Floral de liz, lá, sendo assim, eu fui em busca dos florais para trazer um equilíbrio para meu organismo, que naquele momento estava bem desequilibrado. Eu estava num processo de estresse intenso, eu não estava conseguindo dormir, evoluir na minha vida acadêmica também, então eu fui em busca dos florais. Chegando lá eu encontrei Silvia que é quem manipula os florais e na época, então ela fez a anamnese e me passou os florais e também me recomendou a fazer o curso de reiki para que eu pudesse me cuidar melhor, o auto cuidado mesmo. Eu não frequentava a sala de cuidados ainda, desde então eu passei a me interessar não pelo florais, mas por esse universo das práticas integrativas. Após isso, eu passei a frequentar a Scap como usuária mesmo, para o autocuidado, através dos outros terapeutas. Comecei a fazer auriculoterapia, meditação, além dos florais dos quais eu me tornei usuária e foi um universo que se abriu e me deixou encantada por esse movimento de além do autocuidado, desse cuidar e olhar diferente para o meu eu, mas também a partir daí eu comecei a estudar outras terapias e fui em busca do reiki realmente para trazer para essa conotação do autocuidado. Quando eu iniciei o curso, a minha mentora Salete, sempre pediu para que nós buscássemos outras terapias, para que a gente se conhecesse melhor, para cuidar desse nosso eu e do nosso bem estar. Ela pediu ou pede que nós apliquemos o reiki, que é o momento de estágio, que é uma das etapas para a conclusão do curso, a parte prática da terapia. Nesse momento eu fiquei meio receosa, porque você mexe com energias. Eu iniciei em 2017 o curso e logo no início do curso eu fiquei muito resistente a aplicação em terceiros, eu fazia o autocuidado, aplicava na minha família, mas em terceiros eu ficava receosa. No final de 2018, eu iniciei o estágio na Sala de Cuidados como reikiana, então a partir daí eu não parei mais, nem de atender na Scap e em outros espaços, como as feiras em que a sala de cuidados participa, a convite da professora Edna Bezerra, assim como em outros espaços com a Suely Nascimento, terapeuta e uma das coordenadoras da Scap. Estamos sempre engajados nesse movimento das terapias integrativas.

Você realiza algum outro tipo de terapia?

Na Sala de cuidados não, iniciei o curso de medicinas naturais e auriculoterapia, mas esses só faço o uso para mim, não aplico em terceiros.

Foi lá na Scap a sua primeira experiência como terapeuta?

Sim, lá foi o meu primeiro contato como terapeuta com o público externo, porque antes eu aplicava apenas em mim e no meio familiar, porque eu tinha o receio de lidar com outras pessoas. Porque com as pessoas do meu círculo, eu já conhecia, tinha uma intimidade, um vínculo e já sabia da reação e como lidar com ela. Porque há uma troca de energia e de uma forma muito sutil, porque a energia reikiana é muito inteligente, ela vai tratar o que a pessoa tiver precisando e isso me causava um certo receio de não saber lidar caso acontecesse alguma coisa com um terceiro, além daquilo que eu conhecia no meu dia a dia aplicando a terapia, ou seja, eu ficava com receio do “novo”, o que poderia acontecer. Nunca aconteceu nada fora do normal e extraordinário, além do processo de cura, relaxamento, do bem estar que o reiki proporciona para as pessoas.

Você tem alguma história marcante nesse seu período como terapeuta, na sala de cuidados?

Sim. Na Scap eu costumo dizer que ali é um universo ímpar. Eu tive o prazer de atender pessoas do núcleo universitário da Ufal, alunos e os profissionais da instituição, mas também pessoas “leigas” da comunidade em torno da universidade, assim como pessoas mais esclarecidas ou intelectuais de fora da universidade. Então, na sala de cuidados nós recebemos esse público distinto, de várias idades e é muito rico o aprendizado que nós obtemos lá. A Scap é um espaço fantástico, aquela sala ela é um universo de autocuidado e de cuidar do outro diferente de tudo que eu já vivi. E o episódio mais marcante foi a minha primeira pessoa que eu atendi na Scap. Era uma senhora da terceira idade e ela nitidamente chegou na sala desnorteada. Quando eu a recebi foi um impacto, porque eu não sabia o que fazer e nem como lidar. Ela estava muito assustada, com relatos de perseguição, ela estava totalmente transtornada e era visível que ela não estava bem com seus pensamentos o que

estava a deixando muito aflita. Nessa ocasião eu verifiquei que ela estava sozinha, nisso eu parei para poder ouvir essa senhora e entender do que ela estava precisando. Nisso ela me contou um pouco da história dela e aí na medida que eu fui ouvindo, e nessa atividade, temos que ter uma audição bem ativa para poder entender o que a pessoa está trazendo, fui ouvindo eu conversando, pedindo para ela trabalhar a respiração o que fez com que ela começasse a se acalmar um pouco mais e só assim a gente pôde fazer a sessão de reiki. Antes de iniciar eu expliquei o que era e do que se tratava a terapia e a partir daí ela começou a frequentar a Scap, depois eu descobri que ela já era usuária da Sala de Cuidados e outros (as) terapeutas já tinha me relatado que ela sempre chegava nesse estado de transtorno, chegando até a ser agressiva algumas vezes. Depois que ela recebeu a sessão de reiki comigo ela procurou saber os dias que eu atendia e na semana seguinte ela está lá novamente e ficou recorrente. Com o passar do tempo eu pude acompanhar e perceber uma melhora no seu estado. Ela estava mais centrada, se expressava melhor e de forma mais organizada com seus pensamentos. Ela relatou que parou de ver as pessoas que ela achava que a perseguia, passou a dormir melhor, além dos vários outros relatos que ela vinha trazendo a cada sessão. Apesar de nós não demandarmos ou “receitarmos” que ela fosse toda semana, era sim orientado que ela procurasse outras terapias e afins, porém ela voluntariamente ia, regularmente, sempre no mesmo dia toda semana, uma terça-feira a tarde, horário em que eu fazia o atendimento, apesar de esporadicamente ela visitar outros dias e terapias. A melhora dessa senhora foi tamanha, que de apenas usuária, ela acabou se tornando uma parceira da Scap, passando a organizar a fila de pessoas que iriam ser atendidas e também explicando para as pessoas qual terapia estava sendo aplicada no dia, ordem de chegada das pessoas até oferecendo um cafezinho ou chá. Foi muito rico acompanhar a evolução dessa senhora e para mim foi grandioso, porque eu tinha muito receio de atender outra pessoa que não fosse do meu círculo e o universo mandou essa senhora como minha primeira paciente, como se falasse “toma, você vai cuidar dela” e isso foi um aprendizado enorme e acabou com todo meu medo de atender outras pessoas.

O que as práticas integrativas e a sala de cuidados agregou na sua vida de uma forma geral?

Eu costumo dizer que depois do reiki eu sou outra mulher e a sala de cuidados me trouxe o leque das práticas integrativas, um universo que para mim era muito novo, um universo a

parte que eu não conhecia. eu vivia num momento de muitas cobranças, muita culpa porque não dava conta dos diversos papéis sociais que assumi, mãe, esposa, filha, profissional e isso tudo somatiza e para você dar conta de todos esses papéis nem sempre consegue os 100% e com isso a culpa vem em seguida. A Scap traz para mim com as terapias que recebo e aplico, a leitura de que nós somos seres humanos e que apesar de termos potências, nós também temos limites. Não é porque eu não fui 100% mãe, esposa ou profissional, que eu tenho que carregar essa culpa, então essa minha jornada na sala de cuidados foi uma releitura da minha vida, além de um grandioso encontro comigo mesma, porque ela me trouxe a leitura de olhar para mim e me ver como um ser humano que precisa olhar para si mesmo, parar um pouco, trabalhar minha respiração, do autocuidado, porque antes de tudo isso eu só cuidava dos outros, eu tinha tempo para todo mundo, menos para mim.

Defina a sala de cuidados.

É um ambiente espiritualizado! E não tem como definir isso, só vivenciando para senti-lo, porque não tem palavras para traduzi-lo sabe, porque ela traz você e para você o que há de mais essencial no ser humano, então por isso aquele ambiente é muito espiritualizado.

APÊNDICE J

Entrevista com Fabrícia Oliveira - Mestra em Reiki, professora de Biodança e Yoga

Como conheceu a sala de cuidados?

Gosto muito das práticas integrativas e a sala de cuidados para mim é um lugar muito especial porque lá eu não encontrei apenas o cuidado, mas também as amizades, porque lá nós temos um acompanhamento. Inicialmente eu não conheci como facilitadora e sim a convite de um amigo que trabalhava com cura prânica e nisso eu fui atendida e foi uma das melhores vivências que eu tinha tido no sentido de energia, com esse trabalho de bioenergética e fiquei fascinada com o trabalho, busquei procurar mais a coordenação para saber como era e vi que era feito por pessoas que são voluntárias e isso é muito rico, porque onde nós vivemos num país onde as pessoas fazem as coisas apenas por dinheiro, ver pessoas que trabalham por e com amor, para desenvolver e despertar a amorosidade das pessoas isso é incrível e me deixa muito emocionada. Quando conheci a Edna (Bezerra), fui frequentando, participando dos florais de lis com a professora Silvia, fiz algumas vivências com ela, oficinas e fiquei participando das atividades. Nisso eu me ofereci para dar algumas vivências de biodança, além de formação de expressão corporal pela Scap. Também criou-se o ciclo de curandeiras com dança, a gente ficou tendo também, nosso ciclo sagrado, dança cigana, que eram alunas minhas e que depois foram fazer a formação comigo e com um grupo, que é muito rico. Ao mesmo passo que a gente faz as vivências, a Sala de Cuidados também oferece momentos formativos para quem é da equipe, como por exemplo quem era do reiki e foi fazer formação em outra terapia. Tudo isso gera uma energia de troca, o que a gente faz, nós devolvemos e cria-se esse vínculo, porque não são apenas professores ou alunos da universidade e sim a comunidade em torno.

A sua primeira experiência nas práticas integrativas foi na Scap?

Não. Foi uma vivência de biodança, na escola de biodança. Eu dei uma formação em práticas corporais que teve vivências muito fortes, porque a maioria dos alunos também eram terapeutas, então eram pessoas que já se vinham trabalhando para a entrega do autocuidado e do autoconhecimento. Foram feitas vivências de renascimento, autoconhecimento que

tiveram alunas que foram para uma vivência visceral de chegar a chorar, de lembrar de quando sofreram abuso familiar, inclusive dentro de casa, de ressignificar esse processo. Eu como terapeuta vivenciei momentos de crescimento de muita emoção, porque era de fato uma transição do nascimento e que teve alunas de gritar e chorar e lembrar de falar que não percebeu que tinha falado no momento do nascimento, mas ela falou, sentiu e foi muito amoroso, de uma transformação incrível. A minha vivência com a prática de cuidados lá na Sala de Cuidados foi uma vivência com Cones Xamânicos, eu vivi uma transcendência que eu não lembro de estar sentindo nem o meu corpo, foi uma vivência de espiritualidade profunda que eu vivenciei com o cone.

Qual foi o caso de você como terapeuta que você considera especial?

Eu tive uma aluna na sala de cuidados que ela tinha sofrido abuso sexual dentro de casa, e nas vivências de afetividade, que é muito contato porque na biodança nós fazemos trabalhos de colo, de contato, acariciamento de mãos, pele, onde ela acessou essa memória de abuso. Ela chorava muito e era um choro muito profundo, doído porque enquanto marca afetiva ela tinha um registro, visceral, celular de um corpo de dor, de sofrimento. Na biodança, nosso trabalho é o de suscitar o que há de saudável. Essa prática não trabalha direto no trauma e sim no potencial criativo, no poder de se recriar, dado o corpo como se fosse um ninho. Então, tivemos que trabalhar em várias sessões, a afetividade, exercícios de colo, no parental, pai e mãe, dar o afeto de pai e mãe. Nós tivemos várias vivências de transcendência, de ela começar a ver o corpo dela como um recurso, instrumento sagrado da vida. Vivemos vivências com argila, ervas medicinais, cone de ouvir e muita biodança para ela ressignificar o contato e foi um trabalho muito rico. E sim conseguimos resolver o problema dela. Porque assim, as pessoas vão ter a sensação traumática e não vai deixar de existir, porque criou-se uma história sobre aquela situação de dor. O que a pessoa vai fazer é ressignificar, tipo, “Eu não sou essa dor, eu não sou esse trauma, eu vivencio o amor, eu vivencio a transcendência e posso ser feliz de novo a partir de outros contatos afetivos”.

Quais são os problemas mais recorrentes que você encontra?

Eu quanto vivência e/ou facilitadora de biodança o que eu percebo é que as alunas chegam com muita timidez e essa prática trabalha muito o contato, então as pessoas que são muito

tímidas elas têm um desconforto na hora de olhar no olho, pegar nas mãos ou dar um abraço. Mas o mais recorrente é a depressão. A falta de sentido de viver, conexão com a vida, o não gostar de estar com pessoas, pânico que é o medo de lidar com a vida real, lá fora, a ansiedade e a Síndrome de Burnout. Fizemos um trabalho na secretaria de saúde com alguns profissionais que relataram que chegavam a pedir licença por dores na coluna, insônia, cansaço, falta de ânimo para dar aula e para viver, eu mesma tenho dias que acordo e não tenho nem vontade de respirar de tão cansada. Então são esses os problemas que mais acabo encontrando nas pessoas que atendo. Além de uma falta de comunicação de forma geral, porque são pessoas que se desconectaram da vida de tal modo ao ponto de preferir estar com o cachorro, plantas do que estar com pessoas. E na maioria das vezes não é porque o ser humano é pior ou melhor em sua concepção é porque sofreu tantas decepções, traumas, rejeição e afins, que ela acabou preferindo lidar com outro tipo de ser vivo que não dá o mesmo feedback que o ser humano, algo mais no sentido de que com esse ser vivo não vai se decepcionar. A biodança proporciona essa ressignificação de sentidos do todo, do contato, do abraço, do diálogo e da pessoa ressignificar esse outro que um legítimo outro dentro da vida.

O que a sala de cuidados agregou na sua vida de forma geral?

Demais, demais. A Scap agrega porque ela amplia a nossa visão de mundo. Eu trabalhava num grupo pequeno meu, dentro da Secretaria Municipal de Educação (SEMED), dentro da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL) enquanto profissional passei a atuar dentro outro grupo que foi a sala de cuidados na Ufal, e de ampliar amizades, afetividades, o sentimento de pertencimento, porque você pertence a instituições, mas acima de tudo, você pertence a si mesmo. E nesse pertencimento a mim mesma eu posso me associar a outras pessoas, posso agregar comunidades, posso estar fortalecendo grupos. A gente se sente muito acolhida na Scap, a palavra certa é essa, a gente é cuidada de todas as formas, porque estou lá para doar, mas da mesma forma que a gente doa, a gente recebe. Eu mesma já fui lá para meditar, receber cura, Yoga é isso, muita amorosidade que envolve o trabalho.

Como você definiria a Sala de Cuidados Antonio Piranema?

Eu sou da área de linguagem, minha primeira formação é em letras então a sala de cuidados para mim é um ninho de nutrição afetiva, porque você chega, é acolhido e a Scap é como se fosse esse abraço que chega jejuando a nossa dor derramando óleos, flores, poesia, a poesia do canto, do abraço, poesia da dança, das artes e a poesia da espiritualidade de cada um. Acho que a sala de cuidados assim como a biodança desperta isso, o encantamento da vida.

APÊNDICE K

Entrevista com Josiete Aciole “Jo” - Funcionária Terceirizada (limpeza)

Quando conheceu a sala de cuidados?

Conheci a Scap desde do começo, quando ela estava no Csau, não frequentava muito, comecei a fazer mais aqui na FAMED.

Quais terapias você mais utiliza?

Auriculoterapia, massagem corporal, reiki.

Quantas vezes mais ou menos você se consulta na Sala de Cuidados?

Não tem uma quantidade de vezes fechada na semana, porque como estamos sempre em horário de trabalho fica difícil, mas quando temos um tempinho, fazemos sim o uso da sala.

Quais os problemas de saúde que você tinha/tem, que a Scap ajudou?

Dores, por conta do nosso trabalho, dos movimentos repetitivos, que nos deixam com muitas dores no corpo, daí as massagens que recebemos nos ajudam muito. Também a auriculoterapia, porque eles enxergam esses pontos e colocam as sementes e nos ajudam. Mas eu acho que é psicológico, sabe? Não é só o cansaço físico, mas também o mental. Aqui eu também recebo muitas recomendações, porque eu tenho um filho especial e por diversas vezes eu fico sem dormir com ele e para me ajudar nesse processo eles sempre me recomendam chás, como de capim santo, para poder aguentar o “rojão”, eles também me puxaram a orelha para que eu tome mais água, para que não desenvolva problemas, como nos rins por exemplo.

Para você, o que é esse espaço?

Esse espaço é maravilhoso, e é muito bom que eles possam dar continuidade a esse trabalho, eles atendem pessoas de fora, nós aqui também, é maravilhoso, muito bom mesmo.

Você acha que tem alguma coisa que possa melhorar?

O espaço da sala em si, a estrutura poderia melhorar mais, a quantidade de terapeutas também, para atender mais pessoas, porque já atendem super bem, mas poderia atender melhor.

APÊNDICE L

Entrevista com Ana Emília Menezes - enfermeira que já trabalhou no Hospital Universitário Professor Alberto Antunes há mais de 20 anos e atualmente está lotada na FAMED

Como você chegou a Sala de Cuidados ou como a Sala de Cuidados chegou até você?

Tomei conhecimento da Scap por volta de 2012 e comecei a frequentar para a prática de meditação como usuária. Em 2021 eu me interessei por vir trabalhar aqui e assim solicitei minha transferência do Hospital Universitário (HU) para a FAMED, para poder trabalhar no NUSP, direcionando mais meu trabalho para a Sala de Cuidados, também fiz a formação em reiki.

Você fez essa formação depois que se transferiu para a FAMED ou quando ainda estava no HU?

Paralelo ao meu trabalho no HU eu fui fazendo várias formações em Práticas Integrativas, fiz uma formação em Shantala que é uma massagem indiana que é aplicada em bebês, depois uma formação em meditação e por último o curso de reiki níveis um e dois. Ai me veio a vontade de aplicar esses conhecimentos e no HU nós temos a possibilidade, mas não temos tantas oportunidades assim, diante da rotina, da dinâmica em que temos que trabalhar no hospital, não nos sobra tempo para realizar essas atividades. Acredito que aqui na Scap eu posso contribuir mais nesse sentido.

Você sendo uma profissional da “medicina tradicional” de formação e atuação, como você vê a medicina tradicional e a alternativa/práticas integrativas, e você acha que ela é amplamente difundida no âmbito acadêmico?

Na minha opinião as PICs deveriam fazer parte da grade curricular dos cursos principalmente das áreas de saúde, na Psicologia também, mas da área de saúde como Enfermagem, Medicina, entre outros cursos dessa área, eu acredito que desde o início do curso nós deveríamos ter contato com essas práticas porque, eu acho que elas são, eu não diria complementares, mas sim necessárias. Porque uma é mais direcionada para a doença em si,

no caso a medicina tradicional e eu vejo as Práticas Integrativas como mais direcionadas para a saúde. Através das PICs você tem a possibilidade de uma prevenção, agir antes da doença se instalar, porque a medicina tradicional é muito voltada para tratar a doença, o foco é a doença já instalada e com as PICs você tem a possibilidade de se antecipar ao adoecimento. Então por isso que eu acho que elas não somente se complementam, mas precisam andar juntas e com esse diferencial que eu vejo nas práticas integrativas, que embora eu tenha uma formação, tradicional da medicina, mas eu sempre eu tive esse olhar para a prevenção e pude perceber por experiência própria como as práticas integrativas para a saúde integral.

Mas uma se sobrepõe à outra?

Na minha opinião nenhuma se sobrepõe a outra, deveriam andar ou andam juntas e a medicina alternativa deveria vir junto desde o início da formação do profissional de saúde. Porque eu mesmo senti que na medicina tradicional falta esse aspecto que existe nas PICs, o trabalho das questões que vão além do físico, já que ela tem esse olhar mais voltado para as questões “orgânicas”, a parte física propriamente dita do ser humano. Enquanto que as práticas integrativas nos vários níveis que constitui as pessoas, não somente no físico, mas também em níveis energéticos, espirituais, emocionais, psíquicos.

Levando em consideração que males emocionais, psicológicos podem e se manifestam de forma física, você enxerga que a falta das PICs, sucinta a medicina tradicional?

Passa por esse sentido, porque temos as doenças chamadas psicossomáticas que são as doenças que a partir de um desequilíbrio psico/emocional, afetam a parte física, o corpo propriamente dito. Pessoas com a vida muito estressante podem desenvolver doenças físicas, como cardiopatias, gastrite, problemas de pele e afins. São questões psicológicas afetando o corpo físico e nisso temos a possibilidade de através das PICs ter esse olhar mais integral para a saúde humana.

Você como terapeuta qual o caso mais marcante para você?

Não foi na Scap, porque como eu havia contado eu fui transferida para a FAMED ainda durante a pandemia, então ainda não tive a oportunidade de atuar como terapeuta na Sala de Cuidados. Porém na época que atuava no HU, tinha uma colega de trabalho e que trabalhava na UTI Neonatal e por nesse setor ser muito corrido, ela ter uma vida muito estressante, ela tinha picos altíssimos de pressão arterial que à tirava do trabalho, ela precisava se afastar. Por volta de uns três anos eu acompanhei um grupo de meditação no Hospital Universitário e essa colega participava e era muito assídua e após esse trabalho que nós fizemos, ela conseguiu controlar a sua pressão arterial, pelo menos pelo tempo em que estivemos fazendo esse trabalho. Além dos picos hipertensivos, quando ela se deparava com uma situação de estresse, ficava muito nervosa, não sabendo lidar com a situação e acabava explodindo, não sabia administrar essas situações. Mas com o trabalho de meditação, ela me contou que também conseguiu melhorar nesse sentido e lidar melhor com as situações de estresse, já que ela trabalhava num setor onde essas situações são recorrentes, porque existe a necessidade de ação rápida que somada a essa pressão psicológica, são rotina das pessoas que atuam numa UTI neonatal. E houve ainda um desdobramento que pode se dizer que foi terceiro benefício desse trabalho, ela passou a ser uma multiplicadora, pois ela passou a praticar a meditação com a filha especial dela em casa, o que fez com que a relação dela com a filha melhorasse, além do comportamento da filha também ter melhorado após as meditações. Esse caso me chamou bastante atenção por esse resultado, muito importante. Esse trabalho foi realizado com muito custo, porque as pessoas não saem de seus setores, da correria do trabalho, nem que seja um pouquinho, para poder receber esse cuidado, que no meu caso era o grupo de meditação.

Você acha que ainda há um descrédito com as PICs de uma forma geral, as pessoas ainda criam barreiras?

Menos do que já teve, porque tudo depende do ambiente, questões culturais e afins, no meu caso, o ambiente que eu frequentava e frequento, são de pessoas que já são mais abertas a esse tipo de vivência nessas práticas, mas por exemplo, eu tenho pessoas da minha família que até experimentam uma prática, mas na hora da necessidade recorrem a medicina tradicional, então o que eu posso dizer é que a resistência já foi muito maior, mas ainda existe. Ainda existe, por exemplo, numa situação em que uma pessoa está com dor de cabeça

e você oferece um óleo essencial, ela pode até usar esse óleo, porém vai lá e toma um dorflex por exemplo, então assim, ainda existem essas situações, mas eu acho que já melhorou muito nos últimos 10 anos. O que ajuda também é a maior possibilidade na oferta de cursos, com a inserção das Práticas Integrativas Complementares no SUS, através das Unidades Básicas de Saúde, UBSs, como política pública, ajudou também. Porque existiam pessoas com a formação na prática, mas virtualmente não poderia exercer porque ainda era “proibido” ou aceito pelo Ministério da Saúde, MS, então com essa inserção das PICs, ajudou bastante a gente a continuar avançando.

Defina a Sala de Cuidados da forma mais pessoal possível.

Um lugar de acolhimento mesmo, da pessoa, do ser humano, não olhando quem é a pessoa, se é profissional de saúde, estudante, porque aqui a gente acolhe e é acolhida como ser humano mesmo e tem um olhar mais cuidadoso para a pessoa, para aquele ser. Uma escuta mais cuidadosa, mais amorosa pelas necessidades do indivíduo que chega aqui. A gente sente assim, esse cuidado mais integral. Quem a gente recebe aqui, nós procuramos atender de maneira a orientar, apoiando nas questões que estão trazendo dificuldades para aquela pessoa, podendo ser doenças, os problemas físicos propriamente dito, assim também como as dificuldades emocionais e por isso que eu vejo que a Sala de Cuidados tem esse propósito de acolher e cuidar.

Pensando no sentido de troca, no que ao mesmo tempo que você dá, você recebe, você acha que é uma pessoa melhor, após conhecer a Scap e as práticas integrativas?

É um aprendizado essa troca, e a medida que você escuta o outro, acaba aprendendo e a gente acaba com esse aprendizado se melhorando um pouquinho a cada dia, melhora sim, como ser humano, como gente. Porque aquilo que a gente oferece de bom, reverbera, pegando o caso dessa servidora do HU que eu acompanhei, o trabalho feito com ela se estendeu a sua família, é uma coisa que acaba tendo um reflexo e como a gente sabe que o que oferece para o mundo, o universo manda de certa forma como retribuição para a gente, nos beneficiamos sempre com essas trocas e consegue melhorar.

APÊNDICE M

Entrevista com Janiele Rocha - graduanda em Arqueologia pela Universidade Federal de Sergipe

[Apesar de ser estudante da Federal de Sergipe, mora em Maceió e como as aulas estavam remotas ela só voltará para o campus no próximo semestre (agosto de 2022)]

Como e quando conheceu a Sala de Cuidados?

Eu conheci a Scap em 2017, primeiro eu vim para ver como era e o que ela ofertava, aí depois do primeiro contato que eu tive, que foi com a quiropraxia, me ajudou muito com a ansiedade, insônia, crises de pânico, nisso eu comecei a vir com mais frequência. Foi por indicação de uma colega que participávamos juntas de uma casa de Umbanda, além disso ela é terapeuta reikiana e me falou da Sala de Cuidados da Ufal, e ela me disse que aqui tinha “um monte de coisas” e eu achou que ia ser muito bom para mim. Ela foi a primeira pessoa que percebeu que eu estava com crise de ansiedade, então ela me aconselhou a vir e ainda veio comigo na primeira vez, ela quem me trouxe na verdade.

Você já fez algum tratamento para esses problemas antes da Scap?

Eu descobri todos esses problemas na terapia que eu fazia de forma particular, mas houve um plantão aqui no Instituto de Psicologia da Ufal, IP/Ufal, e eu comecei a fazer terapia aqui também, porque acabei tendo um problema na outra terapia e fiquei por aqui mesmo. E o plantão, foi na mesma época que conheci a Scap, então acabei por ficar vindo para os dois, terapia no IP e os cuidados da Sala de Cuidados. Depois disso eu já comecei a chamar minha mãe, que começou a frequentar, amigas minhas também começaram a vir, só que quando eu estava me sentindo melhor desses problemas, que eu estava, perdendo o medo de espaços públicos, veio a pandemia e me fez regredir um pouco, porque voltei a ter uns picos de ansiedade e fobia social. Mas agora que está tudo se ajustando, eu tô conseguindo vir para cá de novo.

Tem algum outro problema em que a Scap ajudou?

Ela ajudou bem mais do que nos problemas que eu falei, porque eu tenho dificuldade em socializar, mas sempre que eu venho aqui, tem pessoas diferentes e essas pessoas gostam de participar, de conhecer quem está ali, como aconteceu hoje, e sempre que eu venho aqui eu percebo que eu consigo falar mais com pessoas que eu não conheço, ser mais sociável. Então não me ajudou só com os problemas da ansiedade e o pânico, mas também em quebrar um pouco desse medo que eu tenho de socializar com pessoas que eu não conheço.

Você conhece a Scap a 5 anos mais ou menos, fazendo uma análise de todo esse tempo se cuidando na Sala de Cuidados, você acha que teve melhoras permanentes ou é mais algo que funciona enquanto está tendo acesso às terapias?

Antes da sala de cuidados eu era uma Jane, com muitos picos de ansiedade e não sabia como parar e respirar, ver que aquele era um momento que iria passar e hoje em dia não, eu percebo que tem me ajudado bastante e agora eu tenho consciência de muitas coisas, principalmente quando a ansiedade vem, eu consigo perceber que estou tendo uma crise de ansiedade, paro e respiro, olho ao redor e consigo ver que estou em um lugar seguro e antes não, depois da sala de cuidados eu sou uma Jane completamente diferente.

Você tinha alguma queixa de problema físico?

Olha eu era da ala que achava que a medicina tradicional era o único caminho, eu tenho escoliose e quando eu vim para a Scap foi também porque estava tendo muitas crises de dores na coluna e não sabia o que era, o Mestre Ferreira se não me engano, olhou e disse olha é escoliose, eu já tinha feito o raio-x, mas não tinha feito um exame mais detalhado, daí o mestre já falou que poderíamos fazer a quiropraxia e várias outras coisas, como acupuntura também. Mesmo assim, eu ainda fiquei relutante e disse que iria fazer um exame mais detalhado para saber se era de fato a escoliose, ou tomar algum remédio. Mas depois, tanto o mestre, como essa minha amiga que indicou a Scap, foram desconstruindo essa minha ideia, principalmente ela porque foi me apresentando mais, falando sempre da própria quiropraxia, reiki e da importância das práticas integrativas. Isso fez com que eu fosse “submergindo” nesse mundo, querendo saber sempre mais, porque eu achei muito interessante a forma como

a quiropraxia ou o reiki trabalha, assim como as outras terapias e aí aprendendo mais foi que eu pude perceber que não só a medicina convencional, mas também esse lado ajuda bastante e assim, não tem tanta gente que dá valor, como eu era por exemplo, que achava que só a medicina convencional era que iria resolver o meu problema.

Agora defina o que é a sala de cuidados.

É um espaço de muito acolhimento, de muita troca de afetos! De início eu era um pouco cética na verdade, na primeira vez que eu vim eu até conversei, mas eu fiquei pensando assim “ah não, sei lá, acho que vou procurar fazer outra coisa”, mas depois da segunda vez não, porque eu tenho isso comigo, eu vou a primeira e a segunda que é para ter certeza, aí já nessa segunda foi totalmente diferente, acho que o problema da primeira vez foi que eu estava muito ansiosa, diferente da segunda que eu vim um pouco mais calma. Só aí que eu pude perceber que as pessoas aqui trocam muito afeto, muita sabedoria e tinha uma moça que eu não lembro agora seu nome, mas foi umas das que mais me chamou a atenção lá, porque ela já chegou e perguntou meu nome e o que eu estava fazendo ali e ela sempre fazia chazinhos e por causa desses chazinhos que eu lembro dela. Acho que ela era uma das terapeutas. Então quando eu vim da primeira vez eu pensei, “ah foi isso e não vai passar disso”, mas da segunda eu já percebi que estava mudando muita coisa, principalmente internamente, então decidi continuar indo porque estava se tornando uma coisa bem legal.