

proporcionando um auto-diagnóstico vivencial acerca da rotina praticada pelo indivíduo e conduzindo a co-criação de uma rotina individual de auto-cuidado.

Promover uma mudança de hábito no cuidado em saúde é um grande desafio que os serviços de saúde enfrentam. A maneira como os indivíduos se relacionam com uma doença, e como manifestam sua in/capacidade de administrar escolhas compreendidas como não saudáveis demonstram a falta de comprometimento com a auto-gestão de sua vida.

Na saúde, o conceito de cuidar não é simplesmente uma terminologia. Refere-se à ação de integralidade, em perceber o sujeito em sua complexidade, rompendo com modelos reducionistas que atentam para a doença e não para o sujeito e o processo de adoecimento. Traz uma carga de mudança epistemológica, vem como resposta à insatisfação no modo com que a saúde veio descuidando, desconsiderando, abandonando, desrespeitando o humano em sua ontológica maneira de ser Homem.

É preciso, no entanto, ter cuidado com o cuidado, como descreve Merhy(2004). Por detrás de uma roupagem quase que angelical, pode haver uma prática cerceadora que pretende controlar e “assujeitar”. O cuidado em saúde que abre espaço para a intersubjetividade, para o acolhimento e formas de escuta para além das competências técnicas. O Quem Cuida de Mim é uma metodologia que se propõe a transcender modelos em cuidado e levar o indivíduo a “sentir”, a viver a escolha de cuidar de si e de se permitir a ser cuidado.

O campo da psicoespiritualidade cria condições para que o indivíduo entre em um estado de consciência propício para que a mente se acalme o suficiente possibilitando o aprofundamento em sua história pessoal e a análise dos fatores tanto externos quanto internos que interferem na qualidade de sua saúde.

Compreender o auto cuidado a partir deste ponto interno, deste Eu interior, traz o diferencial na relação de auto-responsabilidade do indivíduo com a sua saúde e o coloca como protagonista e roteirista de sua história.

A pesquisa tem sido realizada com uma abordagem qualitativa contextualizada nos fenômenos somáticos e sociais presentes no campo. Entendendo que o campo é o workshop vivenciado num período de 8 horas sequenciadas. Além de pesquisa bibliográfica nas múltiplas facetas da Medicina Integral e da Psicoespiritualidade. Estamos utilizando como ferramenta de investigação o questionário semi-estruturado, sendo realizado antes da vivência e ao término desta,

com perguntas acerca dos objetivos específicos propostos pela metodologia Quem Cuida de Mim. Após 6 meses será enviado novo questionário para verificação de possível modificação comportamental efetiva em saúde e seu impacto no bem estar geral na vida dos indivíduos.

Referências Bibliográficas

BOFF, L. **Saber Cuidar: ética do humano** – compaixão pela terra. Petrópolis, RJ: Vozes, 1999.

BOURDIEU, P. **O poder simbólico**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1989.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. Ministério da Saúde, Municipais de Saúde – Brasília: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: < HTTP: // dtr2004.saude.gov.br/dab/docs/publicações/geral/pnpic.pdf > Acesso em 10 maio. 2009.

_____. Ministério da Saúde. Portaria 971/06. Dispõe sobre a integralidade da atenção como diretriz do SUS e aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Ministério da Saúde. Municipais de Saúde – Brasília. Ministério da Saúde, 2006. Disponível em < www.ensp.fiocruz.br/informe/anexos/portaria%20n971-2006.pdf >. Acesso em 10 maio. 2009.

_____. Ministério da Saúde. Portaria nº 1230/GM. Dispõe sobre a inclusão da consulta médica em homeopatia na tabela de procedimentos do SAI/SUS. Ministério da Saúde, Municipais de Saúde – Brasília: Ministério da Saúde, 1999.

CAMPBELL, C. **A orientalização do Ocidente: reflexões sobre uma nova teodicéia para um novo milênio**. Religião e Sociedade, Rio de Janeiro, v.18. nº1, p.5-22.

WILBER, Ken. **A Visão Integral**. Uma Introdução à Revolucionária Abordagem Integral da Vida, de Deus, do Universo e de Tudo Mais. Cultrix, 2008

QUEM CUIDA DE MIM ?

DIÁLOGO ENTRE A PSICOESPIRITUALIDADE E A MEDICINA INTEGRAL

ANÁLISE DE UMA METODOLOGIA DE ENSINO/APRENDIZAGEM NO CUIDAR E SER CUIDADO

Autor: Susi Maria de Barros Salvador

Instituição : Awaken Love

salvadorsusi@gmail.com

Palavras-chave : Auto-cuidado,Psicoespiritualidade, Medicina Integral

I. Introdução

O Quem Cuida de Mim (QCM) é um método vivencial que, de maneira leve e amorosa conduz os indivíduos a refletirem a respeito do cuidado em saúde. Seguindo a definição da Organização Mundial de Saúde, que assim define “ **saúde** é um estado dinâmico de completo bem-estar físico, mental, espiritual e social, e não meramente a ausência de doença ou enfermidade “.

Compondo o universo do movimento Awaken Love, o QCM foi criado por Prem Baba e é coordenado e facilitado pela Dra Rosana Takako Ide , que atua na área da Medicina Integrativa.

O Awaken Love é um movimento que surgiu com o objetivo de praticar o bem comum, estando á serviço da sociedade. Tem como eixo norteador valores como honestidade, autorresponsabilidade, gentileza, dedicação, serviço e beleza. Acordar, despertar a consciência amorosa em todos os seres e em todos os segmentos e setores, como na política, na economia, na educação, na saúde e no meio ambiente. A intenção do movimento é criar parcerias, acordos e encontros que potencializem o melhor de cada um para que, gerando união, o melhor de cada ser humano seja colocado em movimento através dos valores acima citados.

Criado e dirigido pelo líder humanitário e mestre espiritual brasileiro, Sri Prem Baba, herdeiro de uma antiga linhagem indiana de nome Sachcha. Psicólogo e terapeuta em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, recebeu de seu mestre Sri Hans Sachcha Baba Maharajji o nome e o título indiano pelo qual é conhecido mundialmente: Pai do Amor. Seu trabalho está voltado para o estabelecimento de pontes entre o ocidente e o oriente, a psicologia e a espiritualidade, unindo saberes com o propósito de restabelecer e elevar valores humanos espirituais e sociais. Criou um método de autoconhecimento, O Caminho do Coração que une Psicologia e Espiritualidade para o desenvolvimento do Ser.

Com repercussão internacional e sede em diversos países no mundo, o Awaken Love oferece seus cursos já a milhares de pessoas, transformando e cuidando da saúde tanto de seus participantes ativos como

(83) 3322.3222

contato@congrepics.com.br

www.congrepics.com.br

de apenas interessados de passagem. A pesquisa visa analisar de que forma um de seus cursos, a metodologia Quem Cuida de Mim, impactua a relação dos indivíduos com sua saúde.

Fundamenta-se na proposta metodológica de pesquisa de campo, com uma abordagem qualitativa contextualizada nos fenômenos somáticos e sociais presentes no campo. Além de pesquisa bibliográfica nas múltiplas facetas da Medicina Integral e da Psicoespiritualidade. Estamos utilizando como ferramenta de investigação o questionário semi-estruturado, a ser realizado antes da vivência e ao término desta, com perguntas acerca dos objetivos específicos propostos pela metodologia Quem Cuida de Mim. Após 6 meses será enviado novo questionário para verificação de possível modificação comportamental efetiva em saúde e seu impacto no bem estar geral na vida dos indivíduos.

