

A CAPOEIRA COMO PRÁTICA INTEGRATIVA DE PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA O IDOSO

Manoel Raymundo de Carvalho Neto¹, Adriana Falangola Benjamin Bezerra¹, Márcia Carréra Campos Leal¹, Davidson Oliveira da Silva², Ana Paula de Oliveira Marques¹.

1 Universidade Federal de Pernambuco – UFPE

2 Universidade de Pernambuco – UPE

E-mail para contato: manoelneto.ufpe@gmail.com

RESUMO: O Brasil é um país que tem envelhecido rapidamente, produzindo necessidades e demandas sociais desafiadoras em seus modelos de cuidado e organização de políticas eficientes para atender os mais velhos. Nesse sentido, quando se procura promover a saúde e a educação no cuidado de maneira holística, utilizando-se métodos alternativos e integrativos, surge neste cenário, a ancestral expressão cultural brasileira da capoeira, reconhecida em seus aspectos musicais, corporais e lúdicos, como uma aliada na melhoria da saúde de seus praticantes. Em um projeto piloto em andamento, no Núcleo de Atenção ao Idoso (NAI) da UFPE, a pesquisa visa avaliar e descrever de forma analítica, descritiva e quantitativa, como a transmissão dos saberes presentes nesta atividade, podem melhorar a funcionalidade da pessoa idosa, por meio de sua prática, experiências integrativas e educacionais, que ocorrem duas vezes na semana, com duração de uma hora e meia no NAI. Os benefícios da capoeira, em relação à funcionalidade, em termos de marcha e equilíbrio dos idosos, serão medidos utilizando o teste “Timed Up & Go” (TUG), que visa avaliar o risco de quedas e sua capacidade de transferência em equilíbrio dinâmico. No que se refere a qualidade de vida, esta será avaliada utilizando o instrumento WHOQOL-OLD, que consiste em perguntas sobre qualidade de vida em seis facetas: Funcionamento do Sensório, Autonomia, Atividades Passadas, Presentes e Futuras, Participação Social, Morte e Morrer e Intimidade. Os testes serão aplicados no início e no fim dos módulos, com duração de 06 meses, para posteriormente serem analisados com o auxílio de programas estatísticos (SPSS-Versão19.0) e planilhas eletrônicas. O estudo tem evidenciado, em observações e relatos iniciais, que a capoeira contribui para a qualidade de vida dos idosos, por meio do exercício físico, pelo despertar do autocuidado e sua manutenção de maneira autônoma, podendo propiciar o envelhecimento bem sucedido, além da inserção social, como já é visto em outras práticas integrativas coletivas, divulgadas e institucionalizadas. Entende-se que a pesquisa poderá: colaborar com a produção científica do tema na promoção e manutenção da saúde do idoso; trazer uma

(83) 3322.3222

contato@congregpics.com.br

www.congregpics.com.br

proposta pioneira de institucionalização desta prática na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) e uma maior conscientização dos atores envolvidos (gestores, profissionais, comunidade e as instituições de pesquisa) nas discussões dos problemas que impactam o desenvolvimento das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) no Sistema Único de Saúde, uma vez que as mesmas possuem grande aceitação por parte da população e são essencialmente custo-efetivas.

Palavras-chave: Terapias Complementares; Capoeira; Idosos; Promoção da Saúde; Educação em Saúde.

