

## PRÁTICAS CORPORAIS NO PROCESSO REABILITAÇÃO DE USUÁRIOS DE ÁLCOOL NOS CENTROS DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

Priscilla Pinto Costa da Silva<sup>1</sup>  
Ana Raquel Mendes dos Santos<sup>2</sup>  
Patricia de Jesus Costa dos Santos<sup>3</sup>  
Clara Maria Silvestre Monteiro de Feitas<sup>4</sup>

*PALAVRAS-CHAVE: práticas corporais; reabilitação; álcool; programa de reabilitação.*

### INTRODUÇÃO

O presente estudo apresenta as práticas corporais na saúde mental como mecanismo para contribuir na reabilitação social de usuário de álcool, uma vez que o aumento contínuo do uso dessa substância psicoativa torna-se alarmante. Considerando os dados do II Levantamento Nacional de Álcool e Drogas (LENAD, 2013, p. 36), apresenta que 61% da população adulta consomem até 4 doses diariamente.

As práticas corporais aliadas no processo de reabilitação de usuário dependente de álcool podem ser um recurso plausível para o tratamento. O estudo de Zschucke Heinz e Ströhle (2012, p. 17) frisa que as práticas corporais se torna um mecanismo que auxiliam os usuários no processo de reabilitação, pois tais práticas trazem benefícios físicos e psíquicos para o cuidado geral do corpo. Para Casares-López et al. (2013, p. 265) no processo de reabilitação de usuários de álcool é preciso estimular as mudanças educacionais, de valores e de atitudes para que permita pensar transformações nas vidas dos usuários.

Assim, os Centros de Atenção Psicossocial álcool e drogas (CAPS ad) a partir de um trabalho multiprofissional oferecem serviços de reabilitação de usuários de álcool e outras drogas, e nas cidades acima de 200.000 habitantes, o profissional de educação física está inserido na equipe. Assim, o objetivo do estudo é analisar as práticas corporais realizadas nos CAPS ad como parte do processo de reabilitação de usuários de álcool.

### METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, descritiva, de campo, com a participação de 41 sujeitos dos gêneros masculino e feminino, dos cinco CAPS ad, da cidade do Recife, Pernambuco, Brasil. Os sujeitos foram selecionados de modo acidental, considerando a não



interrupção das atividades dos CAPS ad, utilizando o critério de saturação das falas para definir o tamanho da amostra.

Como instrumentos de coleta de dados foram utilizados um roteiro de entrevista semiestruturada e um roteiro de observação das aulas de práticas corporais. As análises foram transcritas e a apreciação das falas foi por meio da análise de conteúdo de Bardin (2002, p. 38) auxiliada pelo *software* AQUAD 6. O estudo tem o consentimento ético do CEP da Universidade de Pernambuco.

## ANÁLISE E DISCUSSÃO

A maioria dos usuários são solteiros e estão desempregados. Os usuários relataram que nas aulas de educação física nos CAPS ad são realizadas com foco no alongamento e na ginástica, de forma coletiva e individual. Ainda são realizados passeios terapêuticos, em que as aulas de educação física são realizadas em parques, contudo a socialização é trabalhada apenas no grupo do CAPS. Ravindran e Silva (2013, p. 710) informam que os exercícios aeróbicos e não aeróbicos podem ajudar a melhorar a aptidão física e aliviar o estresse, e outras práticas como a terapia da luz e acupuntura trazem benefícios para o humor, quando aplicados como alternativas para a terapia na saúde mental.

Os usuários acreditam que as práticas corporais ajudam no processo de reabilitação de usuários de álcool, pois preenchem o tempo livre, e traz benefícios para o corpo e a mente. Mahoney e Stattin (2000, p. 119) ressaltam que a estruturação do tempo, torna-se importante para usuários que estão em processo de reabilitação, e a inclusão das práticas corporais auxilia em buscar hábitos saudáveis para mudança de estilo de vida.

Os aspectos emocionais também foram citados predominando as sensações positivas com alegria, bem-estar e satisfação em realizar as práticas. A construção da emoção por meio das práticas corporais é um fenômeno social (ELIAS; DUNNING, 1992, p. 16), visto as trocas de experiência durante tais práticas são realizadas de forma mútua, auxiliando também a integração social.

## CONCLUSÕES

Foi analisado que as práticas corporais realizadas nos CAPS ad como parte do processo de reabilitação de usuários de álcool. De acordo com os relatos dos usuários estas práticas trazem benefícios para os participantes, por meio da socialização e ocupação do



tempo livre, esquecendo, mesmo que por um momento curto, as dependências do álcool. Contudo, vale salientar que o CAPS ad desenvolve um tratamento a partir de uma abordagem de multiprofissionais, e o presente estudo trabalhou apenas no contexto da educação física. Assim, sugere-se outros estudos envolvendo outras áreas e também com usuários dependentes de outras substâncias psicoativas.

## REFERÊNCIAS

- BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. Tradução. Luís Antero Reto e Augusto Pinheiro. Lisboa: Edições 70, 2002.
- CASARES-LÓPEZ, M. J. et al. Predictores of retention in a drug-free unit/substance abuse treatment in prison. *International Journal of Law and Psychiatry*, Montreal – Canada, v. 26, n. 3-4, p. 264-272, 2013.
- ELIAS, N.; DUNNING, E. *A busca da excitação*. Lisboa: DIFEL, 1992.
- MAHONEY, J. L.; STATTIN, H. Leisure activities and adolescent antisocial behavior: the role of structure and social context. *Journal of Adolescence*, v. 23, n. 2, p. 113-127, 2000.
- LENAD. INSTITUTO NACIONAL DE CIÊNCIA E TECNOLOGIA PARA POLÍTICAS PÚBLICAS DO ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS. INPAD II Levantamento Nacional de Álcool e Drogas – Lenad (2013).
- RAVINDRAN, A. V.; SILVA, T. L. Complementary and alternative therapies as add-on to pharmacotherapy for mood and anxiety disorders: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, v.150, n.3, p.707–719, 2013.
- ZSCHUCKE, E.; HEINZ, A.; STRÖHLE, A. Exercise and physical activity in the therapy of substances use disorders. *Scientific World Journal*, New York – USA, v. 2012, p. 1-19, 2012.

## FONTE DE FINANCIAMENTO

Coordenação de Pessoal de Nível Superior - CAPES.

---

<sup>1</sup> Universidade de Pernambuco. E-mail: laprisci@gmail.com

<sup>2</sup> Universidade de Pernambuco. E-mail: raquel\_mdss@hotmail.com

<sup>3</sup> Universidade de Pernambuco. E-mail: patriciajcs@gmail.com

<sup>4</sup> Universidade de Pernambuco. E-mail: clarasilvestre@uol.com.br