

ESCUOTA! – ESPAÇO COLABORATIVO DE TROCAS E AFETOS: Ações de extensão em Arte e Saúde para o enfrentamento de barreiras imateriais e simbólicas ao acesso e permanência na Universidade

ESCUOTA! – COLLABORATIVE SPACE OF EXCHANGES AND AFFECTS: Extension actions in art and health to face immaterial and symbolic barriers to access and permanence in the university

José Flávio Gonçalves da Fonseca

flaviofonseca@unifap.br

Universidade Federal do Amapá - UNIFAP

Lana Maiara Saraiva Furtado

lanamaiara@yahoo.com.br

Universidade Federal do Pará – UFPA

Aline Moreira Pinto

amoreirapto@gmail.com

Universidade Federal do Amapá – UNIFAP

Resumo:

O seguinte trabalho reflete e discute as ações realizadas por meio do Projeto de Extensão intitulado EsCuTA!: Espaço Colaborativo de Trocas e Afetos desenvolvido pelo colegiado do Curso de Teatro – Licenciatura e a Pró-reitoria de Extensão e Ações Comunitárias (PROEAC) da Universidade Federal do Amapá através de seu Programa de Cultura (PROCULT). O projeto propõe, por meio de ações no campo da Arte e da Saúde, a realização de ações que visam o desenvolvimento (inter)pessoal da comunidade acadêmica através da criatividade em contextos coletivos. No texto são discutidos aspectos relacionados à problemas físicos e mentais presentes dentro da Universidade e como esses problemas podem se tornarem elementos de enfraquecimento da qualidade de vida, bem como podem se tornar barreiras imateriais e simbólicas para permanência junto ao ambiente acadêmico. Por fim, são apresentadas as ações desenvolvidas no projeto, tendo como referência a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, como destaque para três práticas específicas: a Arteterapia, a Terapia Comunitária Integrativa e a Prática de Reiki.

Palavras-chave: Extensão, Saúde física e Mental, Práticas Integrativas e Complementares.

Abstract:

The following article reflects and discusses the actions carried out through the Extension Project titled EsCuTA!: Espaço colaborativo de Trocas e Afetos developed by the Collegiate of Theater Course - Licenciatura and Pro-rectory of Extension and Community Actions (PROEAC) of the Federal University of Amapá through its Culture Program (PROCULT). The project proposes, through actions in the field of Art and Health, to carry out actions aimed at the (inter)personal development of the academic community through creativity in collective contexts. The text discusses aspects related to the physical and mental problems present within the University and how these problems can become elements of weakening the quality of life, as well as can become immaterial and symbolic barriers to stay in the academic environment.

Finally, the actions developed in the project are presented, with reference to the National Policy of Integrative and Complementary Practices, as a highlight for three specific practices: Art Therapy, Integrative Community Therapy and Reiki Practice.

Keywords: Extension, Physical and Mental Health. Integrative and Complementary Practices..

INTRODUÇÃO

O seguinte artigo, vem refletir e discutir acerca das ações desenvolvidas pelo projeto de extensão da Universidade Federal do Amapá intitulado EsCuTA!: Espaço colaborativo de trocas e afetos, proposto pelo colegiado do Curso de Teatro – licenciatura e pela Pró-reitoria de Extensão e Ações Comunitárias – PROEAC por meio do Programa de Cultura da UNIFAP – PROCULT.

Esta reflexão tem como pressuposto a contribuição dos projetos de extensão nas ações inclusivas dentro da Universidade e busca discutir políticas de enfrentamento a esses modos outros de impedimento ao acesso à mesma, identificando barreiras imateriais e simbólicas que afastam a comunidade acadêmica dos campi universitários, muitas vezes motivados pelo adoecimento físico e mental.

Dessa forma, o projeto visa a realização de ações que almejam o desenvolvimento (inter)pessoal da comunidade acadêmica através da criatividade e com isso, busca o desenvolvimento da qualidade de vida e tem na Arte uma importante aliada em prol da saúde, uma vez que tem-se como ação motriz a criação estética e a elaboração artística que em meio à contextos grupais se mostram como importante estratégia para a construção de um ambiente mais saudável.

CRIAÇÃO ESTÉTICA E A ELABORAÇÃO ARTÍSTICA EM PROL DA SAÚDE

Fig. 01 – Logomarca do Projeto EsCuTA!



Fonte: Arquivo do projeto

A figura acima tem sido escolhida como imagem símbolo do projeto EsCuTA!: Espaço colaborativo de trocas e afetos. A concha e as mãos, em relação, representam visualmente dois aspectos básicos no projeto: As mãos que acolhem afetuosamente o indivíduo que adoecido física ou mentalmente, se encontra ensimesmado dentro de sua própria concha, que nesse aspecto serve como esconderijo para a tomada de atitude em prol da mudança, bem como, um outro aspecto relativo a concha que em outra leitura simboliza a escuta da voz aprisionada, o mar de subjetividade silenciado, fazendo analogia ao ato cultural de aproximar a concha do ouvido para escutar o barulho do mar.

É nesse campo, descrito inicialmente de maneira poética e simbólica que se passa o projeto EsCuTA!. Iniciado em janeiro de 2018, o projeto surge da constatação do grande número de acadêmicos, técnicos e professores com quadros sérios de depressão, ansiedade, episódios de pânico e até mesmo quadros suicidas sob tratamento ou mesmo consumados. Assim, buscou-se fazer um diagnóstico dos principais problemas enfrentados dentro da Universidade para com isso, iniciar uma série de ações, que por meio da Arte, contribuiriam para a melhoria desses números.

Assim, como ação inicial do Projeto EsCuTA!, foi realizado uma consulta online onde se almejava ter um primeiro resultado concreto das problemáticas enfrentadas por estudantes, técnicos e administrativos e professores da UNIFAP, sendo divulgado um questionário contendo quatro perguntas de múltipla escolha com as opções SIM/NÃO e uma quinta pergunta subjetiva onde os sujeitos poderiam, de maneira anônima, se colocarem livremente.

As perguntas consistiam no seguinte:

- 1) Você se sente bem consigo mesmo?
- 2) Você se sente, no momento, disposto e motivado?
- 3) Sua relação com os acadêmicos e outros é boa?
- 4) Você já se afastou ou pensa se afastar da Universidade por algum motivo relacionado às questões acima?
- 5) O que você gostaria que fosse debatido dentro da Universidade?

Ao todo, 77 pessoas responderam ao questionário, onde os números obtidos foram os seguintes:

- 36.4% dos que responderam disseram que não se sentem bem consigo mesmo;

- 49,4% responderam que não se sentem motivados ou dispostos naquele momento;
- 15,6% considerou que não tem uma boa relação com acadêmicos ou outros sujeitos dentro da universidade;
- E 59,7% se afastou ou pensa em se afastar da Universidade por consequência de alguns dos aspectos discutidos acima.

Observa-se, com isso, que a hipótese levantada inicialmente de que aspectos de saúde física e mental da comunidade acadêmica poderiam se tornar barreiras imateriais e simbólicas e com isso gerar elementos que potencializam a dificuldade do acesso e permanência na Universidade e, portanto, justificavam nitidamente a necessidade a implantação de ações inclusivas por meio da promoção da saúde, tendo como potente contribuição, a Arte a suas possibilidades criativas e transformadoras.

Relativo à última pergunta, foram sugeridos pelos participantes da enquete, 73 temáticas diferentes, no qual eles gostariam que fossem discutidas dentro da Universidade, que vão desde assédio moral, saúde mental, passando por questões de gênero, respeito as diferenças, relação professor-aluno, indo até temas como desvalorização ou supervalorização de alguns cursos de graduação.

Esses temas deram pistas para quais problemáticas se deveria lançar foco para traçar estratégias para as primeiras ações do projeto.

Tínhamos em mente, portanto, após este primeiro diagnóstico, que enveredaríamos por algumas proposições que alinhariam, como dito anteriormente, a criação estética e a elaboração artística em prol da saúde.

PROJETO ESCUTA! E A POLÍTICA NACIONAL DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES: A ATENÇÃO À SAÚDE NA UNIVERSIDADE POR MEIO DE PRÁTICAS ALTERNATIVAS

Uma vez tendo traçado as problemáticas inerentes à comunidade acadêmica, o projeto EsCuTA! iniciou suas intervenções diretas na comunidade acadêmica. Tendo como referência a Política Nacional de Práticas Integrativas e complementares, foram realizados três eixos de ação, tendo como preceito, como dito acima, o desenvolvimento (inter) pessoal através da criatividade em contextos grupais.

Segundo o texto do portal do Departamento de Atenção à Saúde do Governo Federal:

Em virtude da crescente demanda da população brasileira, por meio das Conferências Nacionais de Saúde e das recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS) aos Estados membros para formulação de políticas visando a integração de sistemas médicos complexos e recursos terapêuticos (também chamados de Medicina Tradicional e Complementar/Alternativa MT/MCA ou Práticas Integrativas e Complementares) aos Sistemas Oficiais de Saúde, além da necessidade de normatização das experiências existentes no SUS, o Ministério da Saúde aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no SUS, contemplando as áreas de homeopatia, plantas medicinais e fitoterapia, medicina tradicional chinesa/acupuntura, medicina antroposófica e termalismo social – crenoterapia, promovendo a institucionalização destas práticas no Sistema Único de Saúde (SUS). (Brasil, 2006)

Ainda de acordo com o texto:

No Brasil, o debate sobre as práticas integrativas e complementares começou a despontar no final de década de 70, após a declaração de Alma Ata e validada, principalmente, em meados dos anos 80 com a 8ª Conferência Nacional de Saúde, um espaço legítimo de visibilidade das demandas e necessidades da população por uma nova cultura de saúde que questionasse o ainda latente modelo hegemônico de ofertar cuidado, que excluía outras formas de produzir e legitimar saberes e práticas. Com esse cenário, tanto sociedade civil quanto governo federal iniciaram um movimento, até então tímido, por busca e oferta de outros jeitos de praticar o cuidado e o autocuidado, considerando o bem-estar físico, mental e social, como fatores determinantes e condicionantes da saúde. Em vista disso, ao Governo Federal, garantir a atenção integral à saúde através das práticas integrativas e complementares implicou pensar - em conjunto com gestores de saúde, entidades de classe, conselhos, academia e usuários do SUS - uma política pública permanente que considerasse não só os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde, mas a abordagem ampliada do processo saúde-doença e a promoção global do cuidado humano. A partir de então, à medida que os debates se aprofundavam acerca das dificuldades impostas à efetiva implementação desse novo modelo de produzir saúde, o Departamento de Atenção Básica elaborava um documento normatizador para institucionalizar as experiências com essas práticas na rede pública e induzir políticas, programas e legislação nas três instâncias de governo. Assim, sob um olhar atento e consensual e respaldado pelas diretrizes da OMS, o Ministério da Saúde aprova, então, através da Portaria GM/MS no 971, de 3 de maio de 2006, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC). (Brasil, 2016)

O projeto EsCuTA! se vale, portanto, de três modalidades do campo das Práticas Integrativas e Complementares, para servir de referência para a elaboração de três ações interventivas dentro do campus da Universidade Federal do Amapá, durante todo o ano de 2018, sendo elas: Intervenções semanais com alunos do curso preparatório para o Enem ofertado pelo Programa de Inclusão, Acesso e Permanência (PIAP) da Pró-reitoria de Extensão e Ações Comunitárias (PROEAC), intitulado Cursinho UNIENEM; Ação quinzenal denominada “Café com EsCuTA!” destinada a toda a comunidade acadêmica e a ação destinada tanto para a

comunidade interna da UNIFAP como, também, da comunidade circunvizinha da Universidade, denominada “Quartas de Reiki”.

INTERVENÇÕES NO UNIENEM: PROPOSIÇÕES EM DIÁLOGO COM A ARTETERAPIA

O Projeto EsCuTA!, mesmo se valendo de algumas questões referentes a Arteterapia, não se enquadra enquanto tal, uma vez tendo consciência de que enquanto uma especialização destinada a profissionais com graduação na área da saúde, como Psicologia, Enfermagem e Fisioterapia, não nos cabia, enquanto, artistas de Teatro, ou mesmo, Arte-educadores realizar proposições nesse contexto específico, mas, sim, trazer subsídios artísticos para o enfrentamento de problemas de nível da saúde física e mental, pautado na utilização de estratégias do campo das artes e da educação, sem, contudo, um enfoque clínico.

Mesmo assim, não descartamos as importantes contribuições dos materiais sobre Arteterapia no desenvolvimento do projeto e trazemos aqui, alguns pressupostos nos quais estivemos dialogando para a elaboração da ação que será descrita logo mais.

Entende-se que a arteterapia seja “[...] um processo de vivência educativa, espiritual, em que o ser humano encontra oportunidade para se autoconhecer através da sua linguagem corporal, pictórica, vocal ou textual (Dittrich, 2004, p. 54)”.

Podemos citar três importantes nomes no campo da arteterapia, sendo eles a educadora norte-americana Margareth Naumburg (1890-1983), que pode ser considerada a fundadora da arteterapia, pois foi a primeira a sistematizá-la, em 1941 (Andrade, 1995, 2000) e os brasileiros Osório Cesar (1895-1979) e Nise da Silveira (1905-1999), psiquiatras precursores no trabalho com arte junto a pacientes em instituições de saúde mental. (Reis, 2014)

Segundo Andrade (2000), os pressupostos fundamentais da arteterapia, seriam:

a) a expressão ‘artística’ revela a interioridade do homem, fala do modo de ser e visão de cada um e seu mundo. Esse ato revela um suposto sentido, e cada teoria e método em arte- terapia e terapia expressiva se apodera desse ato diferentemente, b) por intermédio desse ‘fazer arte’, expressar-se, o terapeuta pode estabelecer um contato com o cliente possibilitando a este último o autoconhecimento, a resolução de conflitos pessoais e de relacionamento e o desenvolvimento geral da personalidade (Andrade, 2000, p.18)

O projeto EsCuTA! através da utilização de alguns elementos da arteterapia iniciou um trabalho direcionado aos alunos integrantes do cursinho preparatório para o ENEM

(UNIENEM) onde o intuito, era possibilitar que os participantes pudessem através de sua criatividade, chegar a caminhos de reflexão e subjetividade. A intenção era provocar e acionar momentos de reflexão sobre si e cuidar dos pontos frágeis que atormenta a mente dos alunos durante esse processo de ingresso na Universidade.

O projeto de extensão cursinho UNIENEM coordenado pelo PIAP- Programa de Inclusão, Acesso e Permanência visa o amparo de jovens e adultos de baixa renda na oferta de curso preparatório para o ENEM. Atendendo cerca de 150 pessoas divididos entre três (03) turmas. As aulas são ministradas por acadêmicos das mais diversas áreas do conhecimento.

A parceria entre os projetos EsCuTA e UNIENEM demonstrou a preocupação que se tem com a saúde mental dos futuros acadêmicos, preparando-os para a este momento de encontro com a graduação, que como visto anteriormente, traz consigo, muitas questões problemáticas. Assim os espaços de interações e intervenções que o projeto elaborou dentro do funcionamento do UNIENEM foi voltado para a preparação desses futuros estudantes.

Com turmas plurais: idades, situação financeira, rotinas, família diversos, o projeto intervia diretamente em questões tanto interiores como emoções, sentimentos, mente e espírito), bem como com questões externas como corpo, relações sociais e etc.

Para as ações do EsCuTA no projeto UniENEM entendia-se as aulas como encontros de caráter interventivo, trazendo com isso momentos de ruptura com a aula expositiva: a intervenção de estranhos para com o ambiente de sala de aula.

O projeto aliou práticas de Jogos teatrais, produção no campo das Artes Visuais, Música, Dança entre outras – à noção de arteterapia.

A cada intervenção uma proposta diferente com o intuito de sensibilizar, descansar e olhar para si pelo menos por uma hora ao dia. No final de cada intervenção era criada uma roda de conversa sobre as sensações que afloraram.

CAFÉ COM ESCUTA!: ESPAÇO LIVRE DE DIÁLOGO E ACOLHIMENTO

A ação realizada denominada Café com EsCuTA! tem por princípio norteador, a prática integrativa da Terapia Comunitária Integrativa, que segundo o Portal do Departamento de Atenção à Saúde se configura como sendo uma:

Prática terapêutica coletiva que atua em espaço aberto e envolve os membros da comunidade numa atividade de construção de redes sociais solidárias para promoção da vida e mobilização dos recursos e competências dos indivíduos, famílias e

comunidades. Nela, o saber produzido pela experiência de vida de cada um e o conhecimento tradicional são elementos fundamentais na construção de laços sociais, apoio emocional, troca de experiências e diminuição do isolamento social. Atua como instrumento de promoção da saúde e autonomia do cidadão. (Brasil, 2006)

No caso do Projeto EsCuTA! a ação se dava na realização de uma roda de conversa quinzenal em espaço aberto, onde, seguindo uma temática preestabelecida, os membros da comunidade acadêmica poderiam conversar, sob a mediação dos proponentes do projeto. Cada ação realizada era acompanhada por um lanche que entre outros elementos, destacava-se a pupunha, fruto característico da Região Norte do País, muito apreciado quando cozido e consumido juntamente com café,

O Café com EsCuTA! tinha como premissa da melhoria da qualidade de vida por meio do se colocar em coletivo, uma vez que a terapia comunitária visa “[...] potencializar os recursos individuais e coletivos, na medida em que se apropria das qualidades e forças existentes em potência nas relações sociais” (CARVALHO; MIRANDA; DIAS; FILHA, 2013, p. 2030). Assim, muitas vezes as temáticas trazidas para discussão eram aquelas sugeridas durante a pesquisa proposta no início do projeto, visto que, como sendo temáticas levantadas por aquela comunidade acadêmica, estes, poderiam chegar a solução de alguns desses problemas por meio do diálogo e da coletividade.

A terapia comunitária integrativa além de oferecer um espaço aberto para a troca de experiências favorece e fortalece a criação de vínculos e o resgate da autonomia dos indivíduos por facilitar a transformação de carências em competências que os tornarão capazes de ressignificar momentos de dores e perdas a partir da sabedoria ali adquirida. (Carvalho; Miranda; Dias; Filha, 2013, p. 2030)

O Café com EsCuTA! amparado por pressupostos da Terapia Comunitária Integrativa possibilitou aos seus participantes tomarem posse de sua realidade, gerando possibilidades de transformação por meio de realizadas coletivamente.

QUARTAS COM REIKI: AUXILIANDO NA BUSCA DA MELHORIA DA CONSCIÊNCIA, DO CORPO E DAS EMOÇÕES

A terceira ação desenvolvida pelo Projeto EsCuTA! vem na tentativa de um atendimento mais individualizado para os acadêmicos, técnicos e professores da UNIFAP, bem como para a população entorno da Universidade. Nesse sentido, buscou-se uma prática pautada no tratamento individualizado, em contraponto às duas outras ações já em desenvolvimento.

No contexto laboral de docentes e discentes do ensino superior público é possível identificar alguns fatores preponderantes que são associados a riscos à saúde mental. Tundis

(2018) mostra resultados de um trabalho desenvolvido em uma universidade pública da região amazônica, a mesma em que se insere a Universidade Federal do Amapá. Observa-se que os docentes avaliam o contexto de trabalho como crítico, sendo o esgotamento profissional o fator mais pontuado como causa de sofrimento.

Danos físicos e psicológicos também foram classificados como críticos. Já na população discente muda-se as causas, mas as consequências são as mesmas. Acúmulo de atividades, transição do ensino médio para o contexto universitário, medo de errar, sobrecarga de aula e conteúdo são alguns dos responsáveis pelo estresse e pela alteração do desempenho acadêmico. Ouve-se também desta população a importância de um espaço de acolhimento na universidade. Diante de tais fatos é necessário pensar em meios para prevenir ou mesmo tratar, o adoecimento físico e mental vivenciado pela comunidade acadêmica. (Rocha, 2016).

Particularmente, aproveitou-se de aspecto específico para realização desta ação: o fato do coordenador do projeto de extensão e uma das bolsistas atuarem como terapeutas de Reiki.

Técnica surgida no Japão em meados de século XIX, o Reiki é uma terapia complementar alternativa e se enquadra dentro das ações que já estavam sendo desenvolvidas no projeto.

Reconhecido pela OMS, o Reiki encaixa nos novos paradigmas de saúde, abrangendo consciência, corpo, mente e prevenção. Visa reestabelecer o sistema energético corporal, o equilíbrio físico, mental, emocional e espiritual, através de estímulos aos processos de cura natural do organismo. Tem como resultado uma relação harmoniosa entre o homem consigo mesmo e seu meio. É realizada através da imposição das mãos ou de um suave toque no corpo do paciente onde a energia vital Reiki flui das mãos do aplicador para o paciente. (Freitag, 2014; Rodríguez, 2011; Salomé 2008).

Rodríguez (2011) fez um estudo com enfermeiras que sofrem com a Síndrome de Burnout. Esta síndrome está estritamente relacionada a estressores crônicos ligados ao trabalho, surgindo a partir de excessivas relações interpessoais. A grande incidência encontra-se entre os profissionais da área da educação e da saúde, contexto no qual se encontram alunos e professores acadêmicos. Tal estudo observou efeitos benéficos da aplicação de Reiki sobre as consequências desta síndrome. Foi mostrado que uma sessão de Reiki de 30 minutos pode melhorar de forma imediata a resposta de IgAs -resposta imune favorável - e a pressão arterial diastólica. (Arraz, 2018).

De um modo geral, estudos mostram que após a aplicação de Reiki os pacientes relatam ativação da sua energia, alívio de dores, relaxamento corporal, diminuição da ansiedade e

melhora nos sintomas depressivos. É reconhecida também por libertar tensões, diminuir estresses, aumentar resistência física, liberar o corpo de toxinas, bloqueios, entre outros sintomas. (Freitag 2014; Esteves, 2009).

No texto do Portal do Departamento de Atenção à Saúde do Ministério da Saúde, o Reiki é descrito como uma:

Prática terapêutica que utiliza a imposição das mãos para canalização da energia vital visando promover o equilíbrio energético, necessário ao bem-estar físico e mental. Busca fortalecer os locais onde se encontram bloqueios – “nós energéticos” – eliminando as toxinas, equilibrando o pleno funcionamento celular, e reestabelecendo o fluxo de energia vital – Qi. A prática do Reiki responde perfeitamente aos novos paradigmas de atenção em saúde, que incluem dimensões da consciência, do corpo e das emoções. (Brasil, 2006)

No Projeto EsCuTA! a prática Integrativa e Complementar do Reiki era realizado com agendamentos prévios, uma vez na semana, às quartas-feiras, por isso, o título “Quartas de Reiki”. Sendo uma prática individualizada, era possível atender demandas específicas e individuais, que iam desde à questões no campo da saúde física, como também a mental ou ambas.

A partir das “Quartas com Reiki” foi possível ampliar o atendimento do projeto de Extensão EsCuTA! para além da comunidade acadêmica, uma vez que eram realizadas sessões pessoas externas à Universidade.

Outro fator importante era que esta ação também se realizava enquanto complementação às ações anteriores – Intervenções no cursinho UNIENEM e Café com EsCuTA! – onde era possível trabalhar aspectos individuais observados durante as ações coletivas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência vivenciada com o Projeto EsCuTA! proporcionou aos envolvidos, coordenador e bolsistas, refletir acerca do importante papel de ações inclusivas e de auxílio manutenção da qualidade de vida dentro da Universidade, ações estas que atravessam os três eixos principais das instituições de ensino que são o ensino, a pesquisa e a extensão e vão trabalhar aspectos mais subjetivos do cotidiano de acadêmicos, técnicos e professores.

O projeto pode verificar a carência por ações que estejam focados nessa perspectiva de auxiliar na melhoria da saúde física e mental, que muitas vezes é negligenciada pela necessidade de se fazer funcionar a grande engrenagem da máquina da academia, que prioriza

a alta produção de material acadêmico, mas desconsidera os processos emocionais e mentais que envolve as pessoas responsáveis por esses resultados.

As ações nesse campo ainda são pequenas e muitas vezes possuem uma equipe mínima para uma demanda cada vez maior de adoecimento dentro da Universidade. Ações como as Divisões de Qualidade de Vida - DQV, ou os Núcleos de Acessibilidade e Inclusão – NAI, no caso da UNIFAP, são exemplos de tentativas de melhoria nesse quadro preocupante dentro da Universidade. O Projeto EsCuTA!, portanto, une forças à essas ações já existentes, para propor ações em campos outros de subjetividade, oportunizando através da arte, momentos onde a comunidade acadêmica poderia ter voz para falar de suas problemáticas físicas e mentais.

Em um ano de projeto, foram realizadas mais de 40 intervenções no cursinho preparatório para o ENEM, atendendo um número aproximado de 150 pessoas. Além disso, foram realizadas 05 rodas do Café com EsCuTA!, atendendo aproximadamente 50 pessoas e foram realizadas mais de 10 atendimentos individualizados de Reiki, tendo como público, professores, estudantes e público externo da Universidade.

O projeto EsCuTA! espera que as ações realizadas durante sua execução possam proporcionar momentos onde a comunidade acadêmica se sentiu acolhida e pode dar voz aos seus anseios e demandas físicas e mentais. O objetivo principal dessa ação de extensão foi propiciar um espaço na universidade capaz de se mostrar enquanto um espaço de colaboração, de trocas e principalmente de afeto, questão tão caras e tão raras atualmente dentro do ambiente acadêmico.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, L. Q. **Terapias expressivas**. São Paulo: Vetor, 2000.

ARRAZ, Fernando Miranda. **A Síndrome de Burnout em Docentes**. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 03, Ed. 06, Vol. 07, pp. 34-47, Junho de 2018. ISSN:2448-0959

BARRETO. A. **Terapia Comunitária passo a passo**. 2 ed. Fortaleza: LCR, 2008.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Série B. **Textos Básicos de Saúde Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

- CARVALHO, Mariana Albernaz Pinheiro de; DIAS, Maria Djair; MIRANDA, Francisco Arnaldo Nunes de, e; FILHA, Maria de Oliveira Ferreira. **Contribuições da terapia comunitária integrativa para usuários dos centros de atenção psicossocial (caps): do isolamento à sociabilidade libertadora.** Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 29(10):2028-2038, out, 2013. Acessado em: <http://www.scielo.br/pdf/csp/v29n10/a19v29n10.pdf>
- DITTRICH, Maria Glória. **A arteterapia: da criatividade e espiritualidade ao sentido de viver.** In: NOÉ, Sidnei Vilmar (Org.). Espiritualidade e saúde: da cura d'almas ao cuidado integral. 2. ed. São Leopoldo: Sindobal, 2004.
- ESTEVES, Maria Lapa; JACOBS, Fausto; FERNÁNDEZ, Ruiz. **Gestão de Stress & Reiki - Nova Abordagem Psicoterapêutica.** International Journal of Developmental and Educational Psychology 2009. Consultado em 11 de febrero de 2019. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832322036>
- FREITAG, Vera Lucia; DALMOLIN, Indira Sartori; BADKE, Marcio Rossato; ANDRADE, Andressa de. **Benefícios do Reiki em População Idosa com Dor Crônica.** Texto & Contexto Enfermagem 2014, 23 Out.-Dez Consultado em 11 de fev de 2019 Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=71433508026> ISSN 0104-0707
- LAZARTE, Rolando. **Sociología y terapia comunitaria integrativa.** Ensayos y reflexiones. Revista Uruguayana de Enfermería, 2012. pp. 67 – 76
- LAZARTE. **La terapia comunitaria y la recuperación de la persona humana.** Revista La Nave, Mendoza/Argentina, n. 3, 2011. p 34 – 35.
- REIS. Alice Casanova. **Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do Psicólogo.** Psicol. cienc. prof. vol.34 no.1 Brasília jan./mar. 2014
- ROCHA, Tâmara Araújo. **Condições de Saúde dos Estudantes nos Ambientes Acadêmicos de uma Universidade Pública Brasileira.** 2016. [26] f. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em Terapia Ocupacional) —Universidade de Brasília, Brasília, 2016.
- RODRÍGUEZ L. D.; MORALES M.A.; VILLANUEVA I.C., LAO C. F., POLLEY M., PENA C.F.L. **Uma sessão de Reiki em enfermeiras diagnosticadas com síndrome de Burnout tem efeitos benéficos sobre a concentração de IgA salivar e a pressão arterial.** Rev. Latino-Am. Enfermagem [Internet]. set.-out. 2011. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v19n5/pt_10 Acessado em 11 de fev. 2019
- SALOMÉ, Geraldo Magela. **Sentimentos Vivenciados pelos Profissionais de Enfermagem que Atuam em Unidade Terapia Intensiva após Aplicação do Reiki.** Saúde Coletiva 2009.

Acessado em 11 de fev. de 2019. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=84202805>>

TUNDIS, Amanda Gabriella Oliveira; MONTEIRO, Janine Kieling. **Ensino superior e adoecimento docente: um estudo em uma universidade pública.** *Psicol. educ.*, São Paulo, n.46, p.1-10, jun. 2018. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141469752018000100001&lng=pt&nrm=iso>. Acessos em 11 fev. 2019.

Artigo submetido em 29/08/2024, e aceito em 20/12/2024.