

Tai Chi: Prática Integrativa potencializadora da autonomia e do autocuidado?

LOURENÇO RCF¹, SURJUS LTLS²

1. lourenco.rita@unifesp.br; 2. luciana.surjus@unifesp.br

PALAVRAS-CHAVE: tai chi, práticas integrativas e complementares, atenção primária à saúde.

INTRODUÇÃO: Esta pesquisa se desenha a partir da prática assistencial em saúde mental na atenção básica no município de Osasco, região metropolitana da cidade de São Paulo, estado de São Paulo, onde é desenvolvida, desde 2012, a atividade Oficina Tai Chi como grupo aberto, tanto para usuários com demandas da saúde mental quanto para qualquer pessoa que deseje participar da atividade. As oficinas antes presenciais, após a pandemia Covid-19 passaram para o formato virtual síncrono, uma vez por semana, via Google-Meet. A pesquisa tem como objetivo geral compreender, pela ótica do usuário do SUS, se o Tai Chi, enquanto prática integrativa no território, potencializa a autonomia na gestão do cuidado. Ao olhar para o cenário de práticas descrito, aparece a importância de se debruçar sobre o tema considerando que a riqueza das vivências dos sujeitos praticantes de Tai Chi nos abre perspectivas para uma pesquisa que traga um olhar apurado sobre aspectos singulares desta prática entre usuários do SUS.

METODOLOGIA: O método proposto é uma pesquisa qualitativa, sob a perspectiva da hermenêutica crítica e narrativa, reconhecendo que a pesquisadora é parte integrante dos processos pesquisados, sendo necessário colocar sob questão seus pressupostos. Utilizou-se o recurso das Oficinas de Pesquisa para a colheita de dados, que aconteceram de forma virtual após aprovação do comitê de ética em pesquisa (CEP) da Unifesp. As Oficinas foram áudio-gravadas e transcritas. Após a transcrição foram identificados os núcleos argumentais e, a partir destes, foi elaborada uma narrativa coletiva compartilhada com os participantes para validação da mesma, no momento que chamamos de Oficina Hermenêutica.

DISCUSSÃO: Estamos em fase preliminar de análise. Após revisão hermenêutica da literatura, temos encontrado pistas que aproximam nossos achados a outros trabalhos publicados, principalmente junto às publicações que se atém às reduções do modelo biomédico hegemônico, como a indicação da prática do Tai Chi para aspectos biológicos, como problemas osteo-articulares ou sintomas como depressão e ansiedade. Por outro lado, aparecem dados que retratam a singularidade com que participantes das Oficinas Tai Chi percebem mudança na sua forma de estar no mundo, a relação entre a prática e sua percepção de saúde e saúde mental. Esses achados nos exigem um olhar mais cuidadoso, e esses aspectos têm sido pouco explorados nos estudos encontrados. Na perspectiva da hermenêutica crítica e narrativa esse processo de análise passa pela fusão de horizontes entre as vozes que vêm dos participantes, da pesquisadora e da literatura. E é a partir deste processo que se pretende melhor compreender as contribuições da prática no âmbito do cuidado em saúde mental na APS.

CONCLUSÕES: Até este momento da pesquisa temos observado a importância das pesquisas qualitativas sobre as PIC e a potência da participação dos usuários no processo de construção do conhecimento. Pretende-se que os resultados possam contribuir com o fortalecimento das práticas integrativas e complementares no SUS, na ampliação da autonomia e do autocuidado.