CIÊNCIA & COTIDIANO

PRODUÇÃO CIENTÍFICA AO SEU ALCANCE
Ano 1 / N° 1 - Setembro 2012
ISSN: 2236-3394

ARTIGOS:

Genômica e Bioinformática: Importância e Perspectivas para o Nordeste.

A Inserção de Idosos em Grupos de Convivência.

Aspectos Psicológicos e Fisiológicos da Criança Frente ao Stress.

Da Rejeição à Depressão: Enfoque Analítico Bioenergético.

O Perfil do Paciente Portador de Hipertensão Arterial.

Adolescência: Construção da Auto-Imagem e Suas Implicações na Saúde.

RESENHA:

História da Pedagogia de Franco Cambi: Um Olhar Sobre a Época Contemporânea

Sumário

Editorial

4

Artigos

GENÔMICA E BIOINFORMÁTICA: IMPORTÂNCIA E PERSPECTIVAS PARA O NORDESTE
Demetrius Antônio Machado de Araújo; Vinícius Ramos Henriques Maracajá-Coutinho; Itácio Queiroz de Mello Padilha; Thaís Gaudencio do Rêgo. 5

A INSERÇÃO DE IDOSOS EM GRUPOS DE CONVIVÊNCIA
Liliane Keila Caldas de Mendonça; Mirtes Martins Tomaz de Melo 10

ASPECTOS PSICOLÓGICOS E FISIOLÓGICOS DA CRIANÇA FRENTE AO STRESS
Arivanda Araújo dos Santos; Edith Gois de Albuquerque 17

DA REJEIÇÃO À DEPRESSÃO: ENFOQUE ANALÍTICO BIOENERGÉTICO
Dalvany Pereira Vale; Ernubia de Souza Rufino; Lúcia Helene Honório Domingues 25

O PERFIL DO PACIENTE PORTADOR DE HIPERTENSÃO ARTERIAL
Ciro Alberto Pereira de Siqueira; Romero Augusto Guimarães 31

ADOLESCÊNCIA: CONSTRUÇÃO DA AUTO-IMAGEM E SUAS IMPLICAÇÕES NA SAÚDE
Andrea Dutra Escarião 36

Resenha

HISTÓRIA DA PEDAGOGIA DE FRANCO CAMBI: UM OLHAR SOBRE A ÉPOCA CONTEMPORÂNEA.
Dimas Lucena de Oliveira 43

CIÊNCIA & COTIDIANO

Ano 1 - número 1 - abril de 2005
ISSN 1807-9156

1807-9156

EDITOR
José Franklin Alves de Lacerda

CONSULTOR CIENTÍFICO E EDITORIAL
Dimas Lucena de Oliveira

PRODUÇÃO EDITORIAL
UTOPIA - Gráfica e Editora

PROJETO GRÁFICO
Arte e Diagramação
João Paulo

CONTATO PUBLICITÁRIO
Oswaldo Evaristo da Costa Neto
Wanilson Alves - 9928-0269

IMPRESSÃO
UTOPIA - Gráfica e Editora
(83) 244-2392

JORNALISTA RESPONSÁVEL
José Alves Vieira DRT 627 - PB

Normas para Publicação de Artigos Científicos em CIÊNCIA & COTIDIANO

1. Os textos devem conter no máximo 15 laudas, redação em português, acompanhada de resumo [cerca de 250 palavras] em português. Idéias e conceitos neles contidos são de responsabilidade de seus autores. **2.** O título do texto deve ser redigido em português, seguido do nome de seu (s) autor (es), com breve apresentação [á guisa de currículo] em notas de rodapé. **3.** Cabe à produção editorial deste veículo, analísar e emitir parecer quanto a publicação de matéria. **4.** Seus autores deverão ser assinantes da Revista CIÊNCIA & COTIDIANO. **5.** Os pedidos para publicação devem ser expressa e formalmante requeridos à produção editorial deste veículo, com uma cópia do texto impressa e em disquete, postado ao...

Diretor responsável da Ciência & Cotidiano
Rua: Doutor Arnaldo Escorel, 588 -
Tambauzinho - João Pessoa-PB
Fone: (83) 244-2392 - E-Mail: utopiagrafic@terra.com.br

CONSELHO CIENTÍFICO

Drª Ana Maria Coutinho Bernardo - Doutora pela *UFPE*
Drª Bagnólia Araújo da Silva - Doutora pela *UNIFESP/EPM*
Dr. Carlos Alberto J. da Costa - Doutor pela UFRN
Ms. Dimas Lucena de Oliveira - Doutorando pela *UFPB*
Dr. Edmundo de Oliveira Gaudêncio - Doutor pela *UFPB*
Dr. Gerson Cruz de Santana - *Doutor pela Universidade de Paris - Sorbonne - França*
Ms. Homero Gustavo C. Rodrigues - Mestre pela *UNICAMP*
Dr. Isac Almeida de Medeiros - *Doutor pela Universidade de Strathclyde - Escócia*
Dr. José Augusto Peres - Doutor pela *Universidade de Salamanca - Espanha*
Dr. Marcos Nicolau - Doutor pela *UFPB*
Drª Otaviana Maroja Jales da Costa - Doutora pela *UFRN*
Dr. Paulo Gileno Cysneiros - *Doutor pela Syracuse University - USA*
Drª Paula Fracinette - *Doutora pela Univerce Luiz Pastel - França*
Dr. Roberto Texeira Lima - Doutor pela *USP*

Editorial

Em um país como o nosso, de anêmicos recursos para pesquisas e profundas carências sociais, produzir Ciência torna-se um ato de determinação e idealismo. Basta citar que nas aferições nacionais e internacionais, através de pesquisas como as do Sistema Nacional de Avaliação da Educação Básica – SAEB – e do Programa Internacional de Avaliação de Estudantes – PISA – nossos estudantes demonstraram, em índices que chegaram a mais de 60% (sessenta por cento), que não dominam operações matemáticas básicas e não conseguem interpretar e compreender textos simples, ou seja, além do analfabetismo nossa sociedade é marcada pelo analfabetismo funcional, colocando-nos atrás de países cujos indicadores econômicos nem palidamente se aproximam dos nossos.

Lembramos que os indicadores sociais brasileiros assemelham-se aos dos países africanos. No entanto, o Brasil não é um país pobre, o Brasil é um país de pobres. A Zâmbia, por exemplo, possui um produto interno bruto de apenas 3,8 bilhões de dólares, montante esse menor do que o faturamento da Souza Cruz no nosso país. Para comparar basta saber que nossa rede de supermercados faturou no ano passado 47 bilhões de dólares e o nosso sistema financeiro apresenta um dos maiores lucros do planeta. Esses dados revelam o Brasil como detentor de uma das mais injustas distribuições de renda de todo o mundo. Portanto, produzir Ciência no nosso país é um desafio, mas também é uma necessidade.

Além da falta de apoio e das precárias condições para pesquisar e produzir conhecimento, cabe destacar também as dificuldades de socializar essa produção. São poucas as oportunidades de publicar o resultado de estudos e esforços individuais e coletivos, que muitas vezes demanda meses e até mesmo anos de dedicação e abnegação. Nesse sentido, a Revista Ciência e Cotidiano surge como um veículo democrático para a divulgação do conhecimento científico. Um espaço aberto para apresentar a sociedade um saber acadêmico e comprometido com as necessidades cotidianas da nossa sociedade.

Mensalmente, dentro da perspectiva da complexidade e da multiprofissionalidade, os artigos, pesquisas e resenhas, publicadas nesse espaço poderão está inspirando novos estudos e debates. Afinal, pensar é produzir uma chama de humanização e incentivar o pensamento crítico é um dos significados da ciência comprometida com o cotidiano.

Esse espaço é nosso, produza e divulgue. Se inspire no cotidiano e inspire o cotidiano, o desafio está lançado.

Dimas Lucena

Artigo

▶Dr. Demetrius Antônio Machado de Araújo;
▶Vinícius Ramos Henriques Maracajá Coutinho;
▶Itácio Queiroz de Mello Padilha;
▶Thaís Gaudencio do Rêgo.

Genômica e Bioinformática:

Importância e Perspectivas para o Nordeste

Laboratório de Bioinformática, Departamento de Biologia Molecular, Centro de Ciências Exatas e da Natureza, Universidade Federal da Paraíba. 58051-900. João Pessoa, PB. e-mail: dam@dbm.ufpb.br

RESUMO: Na busca pelo profundo conhecimento em nível molecular, nasceu a genômica, fornecendo seqüências de DNA, RNA e proteínas, propiciando a criação da bioinformática. Esta disciplina vem auxiliar no armazenamento e processamento de todos os dados gerados. Desde então, a era genômica vem fornecendo uma gigantesca quantidade de seqüências de milhares de organismos e gerando grandes mudanças, possibilitando novos tipos de diagnósticos e tratamentos a doenças, nas indústrias relacionadas à biotecnologia, como a agricultura, levando a produção de energia, um melhor controle do lixo e auxiliando na despoluição ambiental. Todas estas informações estão ao alcance dos pesquisadores do mundo todo através de banco de dados públicos e privados na internet. No Brasil, desde o primeiro organismo seqüenciado, Xylella fastidiosa, vários outros organismos de importância econômica vêm sendo seqüenciados proporcionando uma grande conquista nacional. O Programa Genoma Nordeste (ProGeNE) foi um dos marcos iniciais na genômica e bioinformática no Nordeste, criando um ambiente favorável para realização de outros projetos de genomas. A partir dos organismos seqüenciados abrem-se muitas possibilidades tais como maneiras melhores e específicas de interferir em vias metabólicas importantes produzindo o aumento da eficiência dos medicamentos, se o seqüenciamento for de um organismo patológico, ou a produção de alimentos com aumento de seu valor nutritivo, se o seqüenciamento for de um organismo vegetal.

SUMMARY: *Looking out for the deep knowledge to molecular level was born the genomics Area that has supplied sequences of DNA, RNA and protein providing a spectacular view of biomolecules. A product of the genomic was the bioinformatic for storing and processing all of obtained datas. Since then, the genomic period comes supplying an extraordinary quantity of sequences and information from thousands of organisms and generating many changes for enabling new diagnoses manner and treatment of diseases. In the industries related to the biotechnology as the agricultural ones, the genomic has also helped them in the increase of the production and for a best control of the industrial residues. All these information are within the reach of the researchers in the world though of private and public databases in the internet. In Brazil, since the first sequenced organism the bacteria Xylella fastidiosa, several others organisms with economic importance have being sequenced providing a great Brazilian participation in this subject. The Genomic Program of Brazilian Northeast (ProGeNE) was one of initial landmark in the genomic subject in this region triggering the achievement of participating in others projects of genomic. The importance of the genomic programs is that they take many possibilities and advantages such as a better and specific ways of interfering into an important metabolic pathway producing the increase of efficiency of medicines, whereas a pathological organism was sequenced, or a more optimised production of foods with increasing its nutritional value, whereas a vegetal was sequenced.*

A estrutura do DNA foi, há 50 anos, uma das maiores e mais revolucionárias descobertas científicas da humanidade (WATSON e CRICK, 1953), abrindo novos caminhos para o desenvolvimento das ciências biológicas, para o nascimento de áreas multidisciplinares de estudo e para o surgimento de novas formas de pesquisas. Em um destes caminhos nasceu a genômica, intimamente associada ao seqüenciamento de genes, RNAs e proteínas, prontos para serem revelados e portanto, melhor entendidos. Muitas informações começaram a ser produzidas a partir de então, gerando a necessidade de se analisar um número cada vez maior de pacotes instrucionais, os dados biológicos, surgindo uma nova disciplina científica com raízes nas ciências da computação, na estatística, na matemática e na biologia molecular, denominada Bioinformática ou Biologia Computacional (MOUNT, 2004). Através da Bioinformática, aumentam-se enormemente a organização, a capacidade e a velocidade de análise destes dados, possibilitando montagem de genomas, predições de genes e de estruturas de proteínas, e a análise das relações de parentesco entre espécies. Assim, há uma intrínseca relação entre os dados gerados pela genômica e o seu processamento através da Bioinformática (VOGT, 2003).

O conhecimento sobre os genes humanos, bem como de outros organismos, contribui para o entendimento de mecanismos de doenças, levando a uma mudança da prática médica, atribuída à prevenção da doença em vez do tratamento do doente. Novas tecnologias clínicas poderão ser baseadas em diagnósticos de DNA, tais como: terapias medicamentosas novas, técnicas imunoterápicas, possível substituição de genes defeituosos -através da terapia gênica- e produção de drogas medicinais por organismos geneticamente alterados.

O conhecimento sobre os genes humanos, bem como de outros organismos, contribui para o entendimento de mecanismos de doenças.

As tecnologias, os recursos biológicos e os bancos de dados gerados pela pesquisa sobre o genoma terão grande impacto também nas indústrias relacionadas à biotecnologia, como por exemplo a agricultura (HARLANDER, 2002), com aumento da produtividade, o controle do lixo e a despoluição ambiental (PAZOS, 2005).

Rápida abordagem Mundial

O primeiro organismo a ter seu genoma completamente seqüenciado foi a bactéria *Haemophilus influenzae* (FLEISCHMANN *et al.*, 1995), cujo trabalho foi concluído em 1995 por um grupo do Institute for Genomic Research

▶**PALAVRAS CHAVES:** Genoma, Bioinformática, Biotecnologia.

(TIGR) nos Estados Unidos da América. A partir daí, milhares de organismos foram seqüenciados em todo o mundo, sendo estas informações depositadas em bancos de dados públicos e privados (CARRARO e KITAJIMA, 2002).

Um banco de dados organiza e estrutura as informações de modo a facilitar consultas, atualizações e deleções de dados. O investimento contínuo na construção de bancos de dados públicos é um dos grandes motivos do sucesso dos projetos de genoma, como foi o caso do Projeto Genoma Humano, fruto de uma pesquisa do consórcio internacional **Human Genome Project (HGP)** [5], que reuniu centros universitários de dezoito países, inclusive do Brasil.

Os principais bancos de dados são o GenBank (http://www.ncbi.nlm.nih.gov/Genbank/index.html), pertencente ao National Center for Biotechnology Information (NCBI), o European Bioinformatics Institute (EBI, http://www.ebi.ac.uk), o DNA Data Bank of Japan J (DDB, http://www.ddbj.nig.ac.jp) e o Protein Data Bank (PDB, http://www.rcsb.org/pdb). O NCBI, que faz parte da National Library of Medicine (**NLM**), pertencente ao National Intitutes of Health (**NIH**) dos Estados Unidos da América e contém o maior banco de dados de seqüências de DNA do mundo (PROSDOCIMI et. al, 2003), incluindo mais de 30 milhões de seqüências de mais de 105 mil organismos diferentes. Atualmente, existem mais de 200 genomas totalmente seqüenciados, como mostra o gráfico 1 (BERNAL *et al.*, 2001).

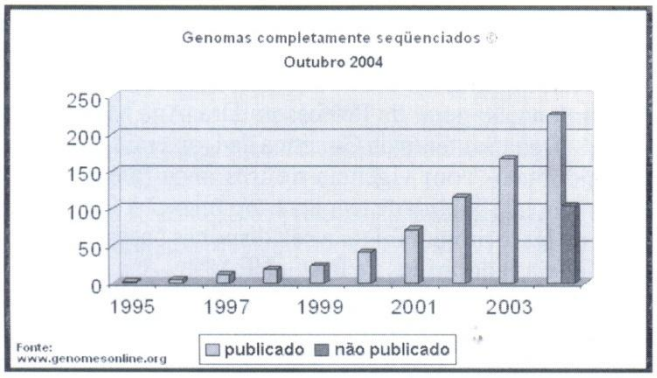


Gráfico 1: Número de genomas publicados e não publicados totalmente seqüenciados desde 1995, adaptado segundo o Genomes OnLine Database [GOLD] (BERNAL, 2001).

Início e ampliação da Genômica no Brasil

No Brasil, diversos projetos do Programa Genoma FAPESP (Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo), reunidos desde 1997 na Rede Onsa (Organization for Nucleotide Sequencing and Analysis) [5] estabeleceram as bases para o funcionamento de um instituto virtual e dinâmico que congregou inicialmente, cerca de trinta laboratórios de diferentes instituições do estado de São Paulo. Os Genomas da ***Xylella fastidiosa*** (SIMPSON ***et al.***, 2000) (Figura 1), da Cana [9], o Humano do Câncer [4], da Xanthomonas [12], do Eucalipto [8], do ***Schistomona mansoni*** [10], da bactéria ***Leifsonia xyli*** (MONTEIRO-VITORELLO ***et al.***, 2004), do café [2] e o da banana [3], dentre outros, consolidaram a conquista científica e tecnológica da genômica do Brasil no mundo.

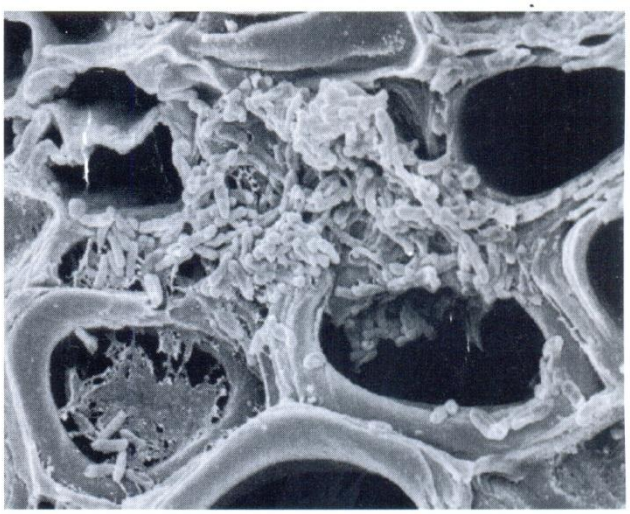


Figura 1. Bactéria *Xylella fastidiosa*, presente em vasos do xilema de uma folha de laranja infectada, o primeiro organismo a ser seqüenciado no Brasil. Causadora do amarelinho em culturas de citros (CVC) Citrus Variegated Chlorosis. Foto em scanning electron micrograph (aumento de 10.000x).

Foto por **E. W. Kitajima** (ESALQ/USP).

Aspectos da genômica no Nordeste Brasileiro

O Programa Genoma Nordeste (ProGeNe) [7] foi um dos marcos iniciais da genômica e bioinformática na região nordeste, sendo o primeiro programa de seqüenciamento genômico de uma zoonose humana, a leishmaniose visceral ou calazar, cujo agente etiológico é o protozoário ***Leishmania chagasi*** (figura 2). Esta parasitose que atinge homens e cães, é endêmica na região nordestina. Tem sido notificado, pela Fundação Nacional de Saúde que o Nordeste tem apresentado cerca de 90% de casos dessa potologia. Esta problemática nordestina foi o desafio inicial para a formação dessa rede nordestina.

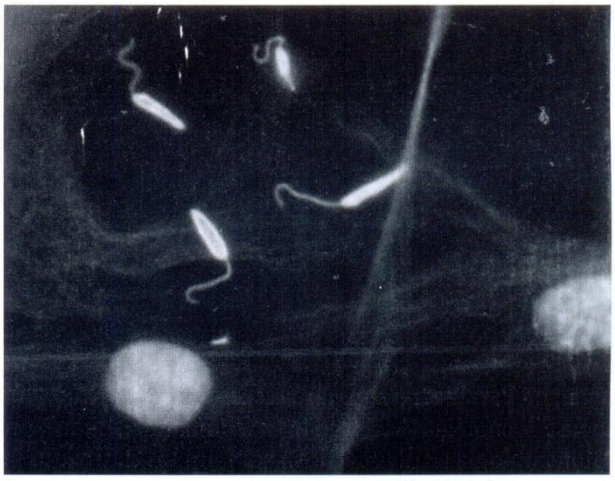


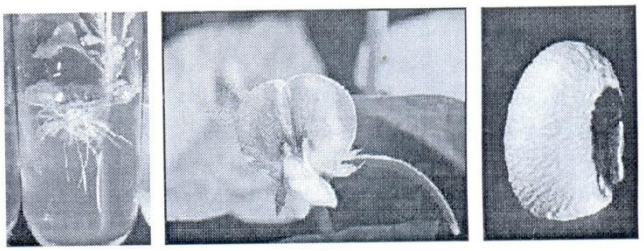
Figura 2. O parasita (em verde) causador da leishmaniose . Foto realizada por Imunofluorescência. Cortesia, Gerald Spät e Stephen Berveley (Washington University, School of Medicine).

A criação do ProGeNE teve o apoio das FAP's (Fundações de Amparo à Pesquisa) ou Secretarias de Ciência e Tecnologia Estaduais Nordestinas, à exceção do Piauí, que obteve apoio junto ao Banco do Nordeste do Brasil (BNB). A rede também contou com o apoio do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) que auxiliou o programa principalmente com gastos de custeio e bolsas. Devido à concepção desse consórcio ter sido expressivamente fomentada por instituições públicas nordestinas, esta rede propiciou a inserção e uma integração acadêmico-científica sem precedentes na história científica nordestina.

É possível que se possa desenvolver uma vacina única contra as espécies de leishmanias.

Como resultado, o ProGeNE desenvolveu um produto de elevado valor agregado, ou seja, o banco de dados, possuindo sequências finalistas de alta qualidade. Assim, pode-se citar várias potencialidades desse banco, tais como: produção de novas drogas de maior eficácia e baixo efeito colateral para o homem e para o cão, que não dispõe de tratamento medicamentoso (a indicação é o sacrifício do animal). Outra possibilidade: produção de vacina. É possível que se possa desenvolver uma vacina única contra as espécies de leishmanias, desde que se encontre um alvo adequado, além disso, a produção de vacina que proteja o cão será uma excelente contribuição ao controle do calazar no Brasil e nas Américas. Também pode-se citar, outras demandas que podem ser atendidas pelo conjunto de projetos do ProGeNE: a) Construção de bibliotecas genômicas de cDNA (DNA recombinante): criação de bibliotecas, representativas dos genes expressos nas diferentes situações que o organismo de interesse se defronta. b) Gerenciamento de programas de genômicas: Um gargalo para a genômica brasileira e, talvez, da genômica internacional, é a falta de pessoal capacitado para gerenciar os programas. c) Genômica funcional e proteômica: A compreensão da função de cada gene descoberto, possibilitará melhor entendimento da função celular do parasita e portanto, acesso mais eficaz e especifico contra a parasitose, ou seja, facultará avanços no desenvolvimento de diagnósticos de leishmaniose através de métodos menos evasivos, além do estudo de novas vias de combate ao parasita.

Com a intenção de manter o desenvolvimento de projetos de genômica no Nordeste, foi criado recentemente o Instituto Nacional do Semi-Árido (INSA), com sede em Campina Grande, na Paraíba. Assim, através do apoio do Ministério da Ciência e Tecnologia (MCT), o INSA fomentou a Rede Nordeste de Biotecnologia (RENORBIO), com um investimento inicial de cerca de R$ 2,7 milhões, para o financiamento de pesquisas e projetos nas áreas de saúde animal, humana e na agricultura. Esta rede aprovou através de edital, quatro projetos biotecnológicos, com o objetivo de estreitar as diferenças entre os estados nordestinos e as regiões mais desenvolvidas do país. Um dos projetos aprovados e já em andamento é a Rede Vigna-NordEST, intitulado "Genômica Funcional Estrutural e Comparativa de Feijão-Caupi (***Vigna unguiculata***)", (figura 3), que visa a busca de genes que possibilitarão a identificação e mapeamento de genes importantes para o melhoramento, identificação de várias fontes doadoras de genes importantes, melhoramento mais ágil (assistido por marcadores moleculares), transformação genética bem sucedida com o estabelecimento de protocolos eficientes, novas possibilidades de cultivo, utilização e aplicação do feijão de corda ou feijão caupi.



A B C

Figura 3. A leguminosa *Vigna unguiculata*, feijão de corda ou feijão caupi. A, Calo, *in vitro*. B, Flor do feijão. C, Semente.

Dessa forma, se possibilitará o aumento da resistência à seca e à salinidade, bem como poderá ampliar o potencial nutricional deste vegetal, amplamente consumido no Nordeste, principalmente por populações de baixa renda. Dentre os projetos submetidos ao Edital da RENORBIO, este projeto, sob Coordenação geral da Professora Dra. Ana Maria Benko Iseppon – Departamento de Genética da Universidade Federal de Pernambuco- com vigência de três anos (até 2006), foi elogiado por sua qualidade técnica e organização. Uma grande vantagem desse projeto foi ter a seu dispor as bases estruturais e experiências adquiridas no ProGeNE.

Outros projetos de bioinformática desenvolvidos no nordeste brasileiro também obtiveram sucesso na área de genômica, como a contribuição ao seqüenciamento da cana-de-açúcar (SUCEST) [9] e na conclusão do genoma do camarão (ShEST) [11], além da análise de genes relacionados à biodegradação de petróleo em reservatórios (GENOPETRO) [1]. Em suma estes projetos demonstram o crescimento e consolidação da genômica na região.

Além do mais, a inserção de grupos nordestinos na genômica rendeu recursos humanos capacitados a participarem de programas dessa envergadura, bem como de contribuírem em projetos de áreas correlatas. Dessa forma, abriram-se novas perspectivas, possibilitando a manutenção do desenvolvimento científico e tecnológico no Nordeste nesta área.

A Paraíba acompanha este desenvolvimento regional na genômica e bioinformática participando no ProGeNe e da Rede Vigna-NordEST (RENORBIO), através do grupo de pesquisa do Departamento de Biologia Molecular (DBM) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). A equipe conta com um orçamento de aproximadamente R$ 150.000,00 para a execução do projeto Vigna-NordEST.

Ainda na área de biotecnologia, recentemente, a equipe do DBM/UFPB obteve aprovação pelo CNPq o projeto "Seqüenciamento, Caracterização e Análise da Expressão dos

Genes da Via do Glioxilato em ***Leishmania chagasi***", que tem como objetivo possibilitar um melhor conhecimento de potenciais alvos terapêuticos para a leishmaniose. É intuito desse projeto mapear, expressar e purificar proteínas da via do glioxilato. Para a realização desse estudo a equipe conta com a infra-estrutura do DBM/UFPB e a colaboração de pesquisadores da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). Esta equipe também desenvolveu o projeto Thermo-search (FARIAS ***et al.***, 2004), através da parceria do Laboratório de Bioinformática do DBM, com a Universidade Federal de Minas Gerais, este trabalho desenvolveu um software para dedução do estilo de vida de um organismo, através da relação (E+K)/(Q+H) de aminoácidos (FARIAS e BONATO, 2003), servido para prognosticar a termoestabilidade de proteínas específicas de interesse tecnológico.

O Laboratório de Bioinformática/DBM participa ainda de Extensão Universitária. Esta atividade busca introduzir ao público em geral as bases da genômica e bioinformática, fornecendo os subsídios necessários para o início de projetos e pesquisas. Trata-se de contribuição para a inserção digital, tão importante no mundo globalizado.

Em suma, o Nordeste tem demonstrado possuir um grande potencial para a área biotecnológica. Apesar dos poucos recursos disponíveis e da ainda pequena quantidade de profissionais especializados na região, mesmo assim se percebe que existem excelentes perspectivas para o desenvolvimento de projetos de qualidade, que manterá a competência e o desenvolvimento científico e tecnológico em Genômica e Bioinformática na Região.

▶REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bernal, A.; *et al.* (2001). **Genomes OnLine Database (GOLD): a monitor of genome projects world-wide**. *NAR 29, 126-127.*

Carraro, D. M.; Kitajima, J. P. (2002). **Seqüenciamento e Bioinformática de Genomas Bacterianos**. *Biotecnologia Ciência & Desenvolvimento.* 28:16-20.

Farias, S. T.; Bonato, M. C. M. (2003). **Preferred amino acids and thermostability**. *Genet. Mol. Res., 2 (4) 383-393.*

Farias, S. T.; *et al.* (2004). **Thermo-search: lifestyle and thermostability analysis**. *In Silico Biol.* 4(2):0030.

Fleischmann, R. D.; *et al.* (1995). **Whole genome random sequencing and assembly of Haemophilus influenzae**. *R. Science, 269(5223):496-512.*

Harlander, S.K. (2002). **The evolution of modern agriculture and its future with biotechnology**. *J Am Coll Nutr.;21(3 Suppl):161S-165S.*

Mount, D. W. (2004) **Bioinformatics: sequence and genome analysis**. 2nd ed. CSHL Press, New York.

Monteiro-Vitorello, C. B.; *et al.* (2004). **The genome sequence of the gram-positive sugarcane pathogen Leifsonia xyli subsp. xyli**. *Mol Plant Microbe Interact. 17(8):827-36.*

Pazos, F., et al. (2005). **MetaRouter: bioinformatics for bioremedation**. *Nucleic Acids Research. 33: D588-D592.*

Prosdocimi, F., et al. (2003). **Bioinformática: Manual do Usúário**. *Biotecnologia Ciência & Desenvolvimento. 29:12-25.*

Simpson, A. J. G., *et al.* (2000). **The genome sequence of the plant pathogen Xylella fastidiosa**. *Genome Research 7:401-409.*

Vogt, C. (2003). **Bioinformática, genes e inovação**. *ComCiência - Rervista Eletrônica de Jornalismo Científico. 46.*

Watson, J. D.; Crick, F. H. C. (1953) **Molecular structure of nucleic acid. A structure for deoxyribose nucleic acid**. *Nature 171: 737-738.*

URL:

1- Análise dos Genes Relacionados à Biodegradação de Petróleo (GENOPETRO). Disponível em: http://www.biocomp.ufrn.br/projetos/genopetro

2- Coffee Genome Project. Disponível em: http://www.lge.ibi.unicamp.br/cafe

3- Global Musa Genomics Consortium (GMGC). Disponível em: http://www.musagenomics.org

4- Human Cancer Genome Project. Disponível em: http://www.compbio.ludwig.org.br/ORESTES

5- Human Genome Project (HGP). Disponível em: http://www.ornl.gov/sci/techresources/Human_Genome

6- Organization for Nucleotide Sequencing and Analysis - The Virtual Genomics Institute (ONSA). Disponível em: http://watson.fapesp.br/onsa/Genoma3.htm

7- Programa Genoma Nordeste (ProGeNe). Disponível em: http://www.progene.ufpe.br

8- Rede Brasileira de Pesquisa do Genoma de Eucalyptus (Genolyptus). Disponível em: http://www.lge.ibi.unicamp.br/eucalyptus

9- Sugar Cane EST Genome Project (SUCEST). Disponível em: http://sucest.lbi.dcc.unicamp.br/en

10- Schistosoma Genome Project. Disponível em: http://verjo18.iq.usp.br/schisto

11- Shrimp EST Genome Project (ShEST). Disponível em: http://www.shrimp.ufscar.br

12- Xanthomonas Genome Projects. Disponível em: http://genoma4.iq.usp.br/xanthomonas

Artigo

▶Liliane Keila Caldas de Mendonça;
▶Mirtes Martins Tomaz de Melo.

A Inserção de Idosos em Grupos de Convivência

RESUMO: O envelhecimento biológico é um processo inevitável, universal, progressivo, que ocorre em todas as espécies dos seres vivos, pois é parte integrante do ciclo da vida. A formação de grupos de convivência para a Terceira Idade, surgem como proposta de manter os idosos ativos e envolvidos em tarefas de variadas espécies, com o objetivo de qualificar a fase de vida denominada "velhice". Esse tipo de trabalho oportuniza a integração dos idosos com a vida social através de atividades físicas variadas, bem como com trabalhos nas diversas áreas de saúde, artes, lazer, educação, etc. O envelhecimento da população está levando a que se repense a maneira de como conduzir essa etapa de vida, tão preciosa. A capacidade de inventar coisas não desaparece com o avanço da Idade; ao contrário, alimenta-se do tempo de observação, de meditação, de reflexão, que são suportes de ação. É preciso estar aberto a novas experiências e disposto a trabalhar sobre os processos de mudança, através do diálogo franco e do questionamento constante. Precisa saber pensar, decidir, optar e, tornar-se participante da vida social, cul-tural e política no seu bairro, na sociedade, no seu país.

Na atualidade, está ocorrendo uma ampliação no número de termos com os quais se podem designar as pessoas que já viveram mais tempo ou a fase da vida antes designada como "velhice". Entre as mais comuns, pode-se falar: idoso, idade madura, melhor idade, velho e o mais comum, terceira idade. Algumas pessoas preferem ser chamadas de "maduras" ou "da terceira idade", possuindo verdadeiro pavor de serem denominadas "velhas" ou "idosas". Em contrapartida, outras detestam serem apontadas como membros da "terceira idade" ou "maduras". Envelhecer pode ser definido como um processo conseqüente de alterações no organismo, demonstradas de forma variável em cada indivíduo e surge com a progressão do tempo da idade adulta até o fim da vida (SILVESTRE, 1991).

Todo organismo multicelular possui um tempo limitado de vida e sofre mudanças fisiológicas com o passar do tempo. A vida de um organismo multicelular costuma ser dividida em três fases: a fase de crescimento e desenvolvimento, a fase reprodutiva e a senescência, ou envelhecimento. Durante a primeira fase, ocorre o desenvolvimento e crescimento dos órgãos especializados, o organismo cresce e adquire habilidades funcionais que o tornam apto a se reproduzir. A fase seguinte é caracterizada pela capacidade de reprodução do indivíduo, que garante a sobrevivência, perpetuação e evolução da própria espécie. A terceira fase, a senescência, é caracterizada pelo declínio da capacidade funcional do organismo e por alterações moleculares e celulares, que resultam em perdas progressivas dos órgãos e do organismo como um todo. Esse declínio se torna perceptível ao final da fase reprodutiva, muito embora as perdas funcionais do organismo comecem a ocorrer muito antes. O sistema respiratório e o tecido muscular, por exemplo, começam a decair funcionalmente já a partir dos 30 anos.

Na verdade, logo depois de se atingir a maturidade reprodutiva o tempo de vida do indivíduo começa a diminuir. Essa tendência faz parte do processo de evolução de todos os organismos multicelulares. Assim, o desenvolvimento, a reprodução e o envelhecimento são etapas naturais da vida de cada espécie, que ocorrem de forma seqüencial e interdependente: o início da senescência é dependente da fase reprodutiva que, por sua vez, é dependente do desenvolvimento. No entanto, não há uma separação rígida entre as três fases. Nas mulheres, o início da senescência é determinado pelo final da fase reprodutiva, marcado pela menopausa, por volta de 45 anos

A expectativa de vida do homem e da mulher pode ser determinada pela capacidade de desempenho orgânico, ou pela disposição para a insuficiência de seus órgãos (SILVESTRE, 1996). É importante diferençar o processo de envelhecimento natural do patológico, para não incorrer no erro de considerar que o envelhecimento é uma doença.

O desenvolvimento humano é um processo durante toda a vida ou ciclo vital, considerando-se diversos aspectos, tais como;

- Idade cronológica: é o tempo de vida a partir do momento do nascimento.
- Idade biológica: é a condição ou estado que o corpo apresenta; não está necessariamente relacionada com a idade cronológica.
- Idade psicológica: é a que resulta do somatório de experiências pessoais e de relacionamentos, vivenciados e acumulados ao longo dos anos.
- Idade social: é determinada por regras e expectativas sociais. Categoriza as pessoas em termos de seus direitos como cidadão, atribuindo-lhes tarefas a serem desempenhadas de acordo com a idade cronológica e biológica.

Englobando ainda, todas as idades, têm-se a idade funcional, que considera também a idade cultural, representada através da cultura na qual a pessoa está inserida.

Faz-se necessária melhor exploração dos termos atualmente usuais para caracterizar o processo de envelhecimento, tais como a "Terceira Idade", o significado desta expressão é metafórico, pois foi originada na França, na década de 1960, para designar a idade que a pessoa se aposenta (NERI, 2001).

Faz-se necessária melhor exploração dos termos atualmente usuais para caracterizar o processo de envelhecimento, tais como a "Terceira Idade", o significado desta expressão é metafórico, pois foi originada na França, na década de 1960, para designar a idade que a pessoa se aposenta (NERI, 2001).

A vida adulta seria a segunda idade (produtiva) e a infância, a primeira (improdutiva, mas com perspectivas de crescimento, ao contrário do que acontece na terceira idade). A expressão "terceira idade" pareceu ser mais bem soante do que "velhice",

▶ **PALAVRAS CHAVES:** Idoso. Grupos de convivência. Saúde. Auto-estima.

para designar essa categoria emergente. Esta expressão acabou servindo para designar a faixa etária intermediária entre a vida adulta e a velhice. É o que acontece no Brasil, onde tal expressão muitas vezes sobrepõe os termos como "maturidade", "meia idade", e "idoso".

São muitos os termos utilizados para designar o idoso e a velhice. Dependendo do contexto, eles podem servir para mascarar preconceitos dos próprios idosos. Segundo Néri, a utilização de tantos termos e expressões são apenas para mascarar o preconceito e negar a realidade. Ainda segundo a autora, a adoção de designações-fantasia são para tratar do que pertence ao domínio dos anos mais tardios da vida e é um sinal da existência de preconceitos. Sejam eles positivos ou negativos, as palavras que os denunciam são ilusórias do ponto de vista do que ocorre na realidade social.

Os termos e expressões que se referem à mesma realidade em relação à velhice, exprimem reações de afastamento, desgosto, ridicularização e negação da própria realidade (NERI,1995). Na base da rejeição existe uma forte associação entre esse evento do ciclo vital com a morte, a doença, dependência e a forma errada e estereotipada que se é vista a velhice, como o segmento mais debilitado da população, esta imagem corresponde um indivíduo fraco e decrépito, com defeitos de memória e incapaz de autodeterminar-se. Muitos temem a velhice, principalmente porque o envelhecimento e a velhice estão ligados à idéia de incapacidade.

A sociedade atual tem se colocado a refletir o significado e a importância do envelhecimento humano.

Quem chega na faixa de 60 anos, certamente dedica alguns minutos para imaginar como será o próprio futuro. O grande desejo da maioria é preservar a autonomia e a qualidade de vida. Por isso, uma das preocupações dos especialistas que lidam com a terceira idade é criar opções para os maiores de 60 anos.

De acordo com os mais modernos conceitos gerontológicos, o idoso que mantém sua autodeterminação e prescinde de qualquer ajuda ou supervisão para agir no seu cotidiano deve ser considerado idoso saudável, ainda quando portador de uma ou mais de uma doença crônica.

Estudos populacionais revelam que cerca de 40% dos indivíduos com 65 anos ou mais de idade requerem algum tipo de ajuda para realizar pelo menos uma tarefa como fazer compras, cuidar das finanças, preparar refeições e limpar a casa. Uma parcela menor, mas significativa (10%), requer auxílio para realizar tarefas básicas, como tomar banho, vestir-se, ir ao banheiro, alimentar-se e, mesmo, sentar e levantar de cadeiras e camas (ODORIZZVANDRADE,1996).

E observa-se que a humanidade está passando, desde o início deste século, por um processo de mudança populacional conhecida por "transição demográfica" ou seja, as diferentes sociedades humanas do mundo civilizado estão deixando, em termos diferentes e por condições diferentes de ser sociedades em que predominam as populações jovens e maduras, para se transformar em sociedades cada vez mais envelhecidas (NERI, 2001).

Sabe-se que a população idosa esta crescendo no Brasil muito depressa. Alguns fatores como: diminuição nas taxas de mortalidade e fecundidade, melhorias nas condições do saneamento básico, domínio nas doenças contagiosas, entre outras, tem contribuído para o crescimento desta população.

O crescimento demográfico brasileiro, do qual resulta uma grande participação da população idosa, se caracterizou por elevadas taxas de crescimento nos anos 50 e 60, A partir daí, essas taxas têm-se reduzido continuamente, estimando que o envelhecimento da população brasileira se acentuará nas próximas décadas (CAMARANO, 1999).

Segundo o Censo de 2000 do Instituto Brasileiro de Geo-grafia e Estatísticas (IBGE), há no Bra-sil 15 milhões de idosos e a previsão é de que nos próximos 20 anos essa popu-lação exceda os 30 milhões de pes-soas. Em 1980, existiam cerca de 16 idosos para cada 100 crianças. Em 2000, essa relação quase dobrou, passando para 29. (MORAES, 2003).

O IBGE afirma que de 1992 para 2002, o número de pessoas com 60 anos ou mais de idade cresceu de 7,9% para 9,3%, enquanto o de crianças de zero a quatro anos caiu de 10,6% para 8,7% no mesmo período, conforme a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio.

Outro dado considerado pelo IBGE importante para a composição da população é a grande presença feminina, mais evidente nas faixas etárias mais elevadas. As mulheres são a maioria, já que vivem em média oito anos a mais do que os homens. Em 2002, a parcela de mulheres representava 50,6% do contingente de pessoas de 60 anos ou mais.

O Brasil, à semelhança dos diversos países do mundo, está envelhecendo rapidamente. A população idosa, compõe hoje o segmento populacional que mais cresce em termos proporcionais. Se considerarmos do início dos anos 80 até o final do século, observaremos um crescimento da população idosa em mais de 100%, e até o ano 2025 seremos a sexta maior população idosa do mundo em números absolutos, com mais de 30 milhões de pessoas nesta faixa, representando quase 15% da população total. (CAMARANO, 1999).

A Organização Mundial de Saúde (ODORIZZVANDRADE,1996) salienta que "até 2020, o número mundial de pessoas idosas atingirá mais de cem milhões, com cerca de setecentos e dez milhões destes nos países em desenvolvimento" Um dado que assinala o fenômeno mundial do envelhecimento é a maior longevidade das mulheres em relação aos homens, elas estão sempre na maioria da população envelhecida, trazendo grandes repercussões no modo de viver, nos rendimentos, nos serviços sanitários e em tantos outros sistemas de sustento, alimentação, manutenção e atendimento. A documentação sobre a velhice nos traz dados que evidenciam algumas novas tendências, ou seja, antes de tudo é bom notar

que não está ocorrendo apenas um aumento da população idosa, mas um aumento da duração e permanência na idade da velhice.

Havia o conceito de que o Brasil era um país jovem e que o problema do envelhecimento era assunto dos países europeus, norte-americanos e Japão. No entanto, passamos a perceber um número cada vez maior de idosos nas ruas, tanto em cidades do interior como nas grandes cidades brasileiras. A imprensa começou a mostrar números que demonstram este envelhecimento e alertar para os problemas decorrentes dele.

O envelhecimento populacional brasileiro resultou da queda de nascimentos que vem ocorrendo no país desde os anos 60, com a descoberta de vários métodos anticoncepcionais, principalmente, a pílula, que se somou à queda progressiva nas taxas de mortalidade que vêm se manifestando desde o final da Segunda Guerra Mundial, nos anos 40. O mais importante em nosso envelhecimento populacional é a velocidade com que o mesmo está ocorrendo (CABRAL, 1997).

Com a revolução industrial, a estrutura familiar começou a sofrer modificações. A substituição da família "extensa" pelo modelo "nuclear", restringiu a autoridade do "avô", passando o idoso a sentir-se isolado no seio da própria família, prescindindo de sua proteção social.

Arias (1994) ressalta que em algumas culturas, como a japonesa e chinesa, o idoso ocupa lugar de destaque, exercendo influências reconhecidas. Entretanto, face ao processo de industrialização e da modificação da estrutura familiar, o que acontece usualmente, é a sociedade condicionando o indivíduo para o envelhecimento, negando-lhe o desempenho de funções úteis à comunidade e a si próprio.

Desta forma, o idoso é atingido pelo processo de marginalização, aquele que, não apenas envelheceu, mas perdeu seus papéis ou funções como elemento ativo e produtivo da sociedade, não sendo por isso, readaptado a outros papéis e funções.

O ambiente familiar deve ser considerado como elemento prioritário na assistência ao idoso, as relações familiares são as que o idoso vive com mais intensidade, e a importância da estrutura familiar em sua vida fundamental. "À medida que vai aumentando o número de pessoas idosas, é necessário que a família esteja preparada para manter em seu seio um ou dois idosos e saiba como tratá-los" (ARIAS, 1994).

Com a mudança na organi-zação das famílias e a hierarquia de papéis muito mais horizontal do que vertical, não se espera mais de filhos e netos uma obediência cega ao que pais e avós determinam.

Segundo Anita Liberalesso Néri (MORAES, 2003), faz parte da história, a idéia de que os velhos deve-riam ser e eram respeitados e até re-verenciados por sua sabedoria. Em culturas de menor complexidade, nas quais a transmissão de conhecimentos se dava de forma oral, havia a valori-zação dos mais velhos, porque eles de-tinham o conhecimento. Isso lhes dava poder. Nas sociedades contemporâ-neas, o conceito continua o mesmo: quem detém a cultura tem destaque. Mas a ânsia pelo novo e pela rapidez de informação relega ao desprezo as pessoas que não compartilham desse mundo de consumo rápido.

A sociedade atual tem se colocado a refletir o significado e a importância do envelhecimento humano. Esta é uma questão social merecedora de atenções e cuidados profissionais. Estes cuidados, entretanto, não estão restritos à ação dos cientistas especializados. É uma situação a ser enfrentada não somente por familiares, centros de convivência, asilos e cursos específicos, mas também pelo próprio idoso e por toda a sociedade (RODRIGUES,2000).

A humanidade tem se conduzido a uma serie de questionamentos de valores relacionados inclusive com a sua sobrevivência. Um destes questionamentos diz respeito à forma como tratá-los. Diante disso, o Estatuto do Idoso preconiza os direitos assegurados a pessoa idosa com idade igual ou superior a 60 anos, bem como as obrigações da família, da sociedade e do Estado para com os mesmos.

Os desafios trazidos pelo envelhecimento da população têm diversas dimensões e dificuldades, mas nada é mais justo do que garantir ao idoso a sua integração na comunidade. O envelhecimento da população influencia o consumo, a transferência de capital e propriedades, impostos, pensões, o mercado de trabalho, a saúde e assistência médica, a composição e organização da família. É um processo normal, inevitável, irreversível e não uma doença. Portanto, não deve ser tratado apenas com soluções médicas, mas também por intervenções sociais, econômicas e ambientais (CABRAL, 1997).

A imagem da velhice sempre foi estigmatizada, considerada como algo ruim, de prognósticos sombrios e pessimistas.

Uma população estimada em mais de 15 milhões de pessoas, que tenham a partir de 60 anos de idade, foi beneficiada pelo Estatuto do Idoso, em vigor a partir 1º de janeiro de 2005. A lei foi sancionada pelo presidente Lula no dia 1º de outubro de 2003 e estabelece a defesa da dignidade do idoso como um compromisso a ser cumprido por toda a sociedade. O estatuto é fruto de sete anos de discussão no Congresso Nacional e tem como origem projeto de lei da Câmara, de autoria do ex-deputado e atualmente senador Paulo Paim (PT/RS). Dentre os direitos fundamentais contidos no Estatuto, destacam-se:

Art. 2º O idoso goza de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, sem prejuízo da proteção integral de que trata esta Lei, assegurando-se-lhe, por lei ou por outros meios, todas as oportunidades e facilidades, para preservação de sua saúde física e mental e seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social, em condições de liberdade e dignidade.

Art. 3º É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta

prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária.

Os idosos, ainda de acordo com o estatuto, terão atendimento prioritário no Sistema Único de Saúde (SUS), inclusive o fornecimento obrigatório de vacina conforme recomendação da autoridade sanitária e a reabilitação para redução das seqüelas decorrentes de agravos à saúde, além da distribuição de próteses e a distribuição gratuita de medicamentos de uso continuado.

A Lei nº10.741, contempla em seu capítulo IV(Do Direito à Saúde) mecanismo que visam a prevenção e manutenção da saúde do idoso, assegurando os seus direito de cidadão.

Art. 15. É assegurada a atenção integral à saúde do idoso, por intermédio do Sistema Único de Saúde – SUS, garantindo-lhe o acesso universal e igualitário, em conjunto articulado e contínuo das ações e serviços, para a prevenção, promoção, proteção e recuperação da saúde, incluindo a atenção especial às doenças que afetam preferencialmente os idosos.

O estatuto obriga os profissionais de saúde a notificarem, aos órgãos competentes, casos suspeitos ou confirmados de maus-tratos aos mais velhos. Clínicas acusadas de maus-tratos sofrerão sanções nos casos de morte de idosos. Qualquer pessoa que abandone um idoso pode ser condenada a até três anos de prisão a partir de agora.

Art. 19. Os casos de suspeita ou confirmação de maus-tratos contra idoso serão obrigatoriamente comunicados pelos profissionais de saúde a quaisquer dos seguintes órgãos:

I – autoridade policial;
II – Ministério Público;
III – Conselho Municipal do Idoso;
IV – Conselho Estadual do Idoso;
V – Conselho Nacional do Idoso.

Art. 98. Abandonar o idoso em hospitais, casas de saúde, entidades de longa permanência, ou congêneres, ou não prover suas necessidades básicas, quando obrigado por lei ou mandado: Pena – detenção de 6 (seis) meses a 3 (três) anos e multa.

Outra vantagem garantida no texto é a prioridade para a aquisição de moradia nos programas habitacionais. Devem ser reservados 3% das unidades de cada programa e criados novos critérios para financiamento, compatíveis com a renda média dos idosos proporcionada por pensões e aposentadorias.

Art. 38. Nos programas habitacionais, públicos ou subsidiados com recursos públicos, o idoso goza de prioridade na aquisição de imóvel para moradia própria, observado o seguinte:

I – reserva de 3% (três por cento) das unidades residenciais para atendimento aos idosos;

II – implantação de equipamentos urbanos comunitários voltados ao idoso;

III – eliminação de barreiras arquitetônicas e urbanísticas, para garantia de acessibilidade ao idoso;

IV – critérios de financiamento compatíveis com os rendimentos de aposentadoria e pensão.

A partir de agora, a idade para requerer o benefício de um salário mínimo estipulado pela Lei Orgânica da Assistência Social (Loas) passa de 67 para 65 anos. O direito é estabelecido nesta lei para pessoas que não têm condições de se sustentar. Pelo estatuto, os idosos terão desconto de 50% em atividades culturais, de lazer e esportivas, a exemplo do que ocorre com estudantes, e haverá garantia da reserva de dois assentos nos ônibus de linhas intermunicipais e interestaduais, gratuitamente. As vagas serão asseguradas para os idosos com renda igual ou inferior a dois salários mínimos. Quando a demanda exceder a reserva, os outros idosos terão desconto de 50%.

Art. 39. Aos maiores de 65 (sessenta e cinco) anos fica assegurada a gratuidade dos transportes coletivos públicos urbanos e semi urbanos, exceto nos serviços seletivos e especiais, quando prestados paralelamente aos serviços regulares.

§ 1° Para ter acesso à gratuidade, basta que o idoso apresente qualquer documento pessoal que faça prova de sua idade.

§ 2° Nos veículos de transporte coletivo de que trata este artigo, serão reservados 10% (dez por cento) dos assentos para os idosos, devidamente identificados com a placa de reservado preferencialmente para idosos.

§ 3° No caso das pessoas compreendidas na faixa etária entre 60 (sessenta) e 65 (sessenta e cinco) anos, ficará a critério da legislação local dispor sobre as condições para exercício da gratuidade nos meios de transporte previstos no caput deste artigo.

Art. 40. No sistema de transporte coletivo interestadual observar-se-á, nos termos da legislação específica:

I – a reserva de 2 (duas) vagas gratuitas por veículo para idosos com renda igual ou inferior a 2 (dois) salários-mínimos;

II – desconto de 50% (cinqüenta por cento), no mínimo, no valor das passagens, para os idosos que excederem as vagas gratuitas, com renda igual ou inferior a 2 (dois) salários-mínimos.

Parágrafo único. Caberá aos órgãos competentes definir os mecanismos e os critérios para o exercício dos direitos previstos nos incisos I e II.

A nova lei também prevê a inclusão, nos currículos mínimos dos níveis do ensino formal, de conteúdos que abordem o processo do envelhecimento. O objetivo é eliminar o preconceito contra os idosos, levando informações científicas aos mais jovens sobre esse processo natural que atinge todos os seres humanos.

Que nosso país aprenda a respeitar e a dignificar essas pessoas que tanto fizeram pelo progresso da nação. E que o Estatuto do Idoso seja cumprido da maneira mais correta possível. Pois infelizmente precisamos de códigos de lei e de conduta para nos mostrar como nos portar perante pessoas que cometeram o crime de nascer alguns anos antes de nós, e que cumprem a pena do desprezo e do descaso dessa sociedade.

Os grupos de convivência têm importância fundamental para assegurar assistência integral à terceira idade, cumprindo funções que envolvem a integração social, promoção à saúde e resgate da auto-estima. Através de atividades socioculturais e de lazer voltadas para o desenvolvimento humano os idosos estão superando os preconceitos, combatendo a depressão e redescobrindo o prazer de viver (GUIZZO, 1998).

Esses grupos, objetivam proporcionar, a partir de um ponto de vista psicossocial, espaços de reflexão que possibilitem uma maior autonomia dos sujeitos, bem como incrementar aspectos solidários, compartilhados entre o grupo, visando o resgate e o fortalecimento da cidadania e do sentimento de identidade de cada integrante, levado através das discussões, a repensar-se enquanto sujeito. (OLIVEIRA, 1997).

A participação do idoso em grupos de convivência pode não só aumentar sua auto-estima como diminuir a aparição de doenças e ajuda na sociabilização e faz com que as pessoas melhorem a qualidade de vida, beneficiando a saúde física e mental dessas pessoas.

Os idosos necessitam de um tempo um pouco maior para que possam passar do raciocínio ao sentimento.

Estamos vivendo numa so-ciedade capitalista de contornos neoliberais, a qual se ca-racteriza pela decrescente responsabilização do Estado em relação à melhoria da qualidade de vida da população; pela privatização de empresas estatais; a não intervenção do Estado nos aspectos econômicos que devem se desenvol-ver no livre jogo do mercado; alterações na esfera produti-va e a redução de gasto público centrado na diminuição de recursos destinados principalmente à área social.

Esta realidade se configura como uma resposta ao fenômeno mundial da globalização, cujos reflexos mais sig-nificativos se verificam nos países do terceiro mundo, como é o caso do Brasil (GUIZZO, 1998). Esse mundo globalizado privilegia a tecnologia, o ter em detrimento do ser, não acreditando que o saber se acumula com o passar dos anos. com prioridade aos mais novos no lugar dos mais experientes e vividos em anos, destinando àqueles a qualificação e capacitação em novas tecnologias.

Vivemos em uma realidade altamente perversa, onde o saber se degrada à medida que a tecnologia avança, criando novas possibilidades de co-nhecimento às quais os idosos não têm mais acesso e nem condições para acompanhar. Conclui-se, sem muito esforço que a nossa sociedade é excludente e autoritária, em que a modernidade fez do homem e, principal-mente, do idoso, uma peça descartável no próprio sis-tema produtivo, impossibilitando-o de desfrutar daqui-lo que produziu.

As dificuldades físicas são caracterizadas por algumas perdas nos aspectos sensoriais, de visão e audição que hoje já podem ser corrigidas e compensadas, bem como por algumas doenças, não propriamente decorrentes da idade, mas em conseqüência de abusos ou ausência de prevenção e hábitos mais saudáveis durante toda a vida. Os idosos necessitam de um tempo um pouco maior para que possam passar do raciocínio ao sentimento. A medida que se avança em ida-de, a capacidade intelectual vai se tornando mais seletiva, daí se enfatizar que o idoso tem que se manter ativo para continuar produzindo (GUIZZO, 1998).

Os valores culturais que idolatram o novo, o moder-no, o jovem e ridicularizam o antigo e o velho, são respon-sáveis pelos sentimentos de rejeição do idoso à sua própria imagem, diminuindo e mesmo aniquilando a sua auto-esti-ma. Como os idosos, por si só, não têm condições de supe-rar as dificuldades naturais do envelhecimento porque não foram instrumentalizados para isso, eles se entregam e as-sumem esses valores elevados de preconceitos como se fos-sem verdadeiros, colocando-se, eles próprios, à margem da sociedade que, por sua vez, também os marginaliza.

Diante dessa realidade, pode-se considerar que a ve-lhice é um fenômeno social, não estando o país preparado para enfrentá-lo concretamente. As mudanças sociais verificadas nestes últimos anos na estrutura familiar tendem também a marginalizar o ido-so, independente da situação econômica e por motivos dife-rentes, fazendo com que eles assumam sozinhos a sua velhice, afastando-os do convívio familiar, com repercussões muito sérias no aspecto afetivo (ARIAS, 1994).

A cidadania não se instala, ela é construída em cada grupo, cada movimento e em cada ação e atitudes indivi-duais, e ela só é possível, quando todos tiverem direitos e deveres iguais e em iguais condições. No entanto, se, por um lado, a contemporaneidade proporcionou inovações e transformações significativas, ela produziu um mundo massificado. globalizado e, por isso, despersonalizador. Observa-se que nunca houve tanta solidão, não só entre os idosos, tantas doenças pro-duzidas pela falta de afeto, de contato humano fraterno e de solidariedade.

Na maioria das vezes, os grupos de convivência e de organização social de idosos são procurados para suprir a solidão em que vivem. Os grupos devem ser capazes de estimular os idosos ao auto-conhecimento, trabalhando com a sabedoria e a sensibi-lidade de cada um, a fim de que possam se questionar sobre si mesmos, para auto construírem-se conscientemente (OLIVEIRA, 1997).

Paralelamente, é necessário fazer com que os ido-sos percebam, aceitem e aprendam a conviver com seus limites. Reciclem seus hábitos para criarem novos pro-jetos para suas vidas no sentido de satisfazer as suas necessi-dades e com os quais possam melhorar sua qualidade de vida.

É importante resignificar o que cada tropeço, cada dificuldade, cada ruga, cada cabelo branco e cada sen-timento recorrente trouxeram de experiência, de conhe-cimento e que pode ser exercitado em cada uma de suas relações. Quanto mais o idoso depender de outros para solucionar problemas existenciais, mais tem que arcar com as circunstâncias e conseqüências dessa depen-dência. Também o autonomia é conquistada com sabe-doria. A velhice não pode ser vista como

término, mas como um recomeçar com características e valores próprios. E uma nova forma de olhar o mundo (OLIVEIRA, 1997).

A preocupação com a qualidade de vida e da educação permanente das pessoas da Terceira Idade tem levado os centros de extensão das universidades brasileiras a desenvolverem programas voltados especificamente para esse segmento de idade. Contudo, poucos mecanismos são utilizados para verificar a abrangência e a aceitação desses programas, principalmente no que diz respeito à melhoria da qualidade de vida. A expressão "qualidade de vida" tem sido empregada com múltiplos significados.

Os Grupos de Convivência permitem melhoria na qualidade de vida das pessoas da Terceira Idade por ter reflexos diretos no seu relacionamento interpessoal e nas suas aspirações e expectativas. Para implantar ações que possam propiciar essa qualidade, é necessário um embasamento em dados observáveis e quantificáveis, que permitam subsidiar programas de melhoria dos padrões de saúde, educação, trabalho e auto-estima.

A expressão "qualidade de vida" tem sido empregada com múltiplos significados.

O estímulo para o autocuidado e a vivência em grupos de convivência para a terceira idade atualmente faz parte de uma perspectiva e do conceito da ação da política de saúde e tem como veículo primordial à educação e melhoria da qualidade de vida dos idosos. Para a manutenção de competências para o próprio cuidado é a mais importante forma de postergar as incapacidades funcionais que podem levar à temida dependência.

A imagem da velhice sempre foi estigmatizada, con-siderada como algo ruim, de prognósticos sombrios e pes-simistas, pois seu destino só poderia ser a morte, o fim. A velhice assusta porque ela representa a negação de valores até então cultuados, como a beleza, a rigidez, força, produ-tividade, poder, valores esses considerados próprios da juventude.

Os idosos participantes de grupos de convivências estão em busca de desenvolvimento social e de combater visões preconceituosas que a sociedade mantêm a respeito de suas vidas, interagindo-se com pessoas de idade relativamente iguais, os idosos tentam manter uma vida social ativa, desenvolver sua auto-estima, e conhecer seus direitos e deveres.

Conclui, entretanto, que o lazer para os idosos é momento de felicidade, alcançando um equilíbrio entre a necessidade de repouso, de divertimento, de recreação e de entretenimento. As pessoas estão ao mesmo tempo buscando satisfazer suas necessidades tais como: os interesses físicos; os práticos ou manuais; os artísticos; os intelectuais e os sociais e a oportunidade de fazer amigos.

O lazer torna-se um elemento de mudança nos comportamentos dessas pessoas, que até então, pensavam que a velhice é o momento de esperar a morte, tornando-se um fator de humanização.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARIAS, Eidinê Corsi; SILVA, Helena Almeida Souza. **Relações do Idoso na Família**. Caderno de Serviço Social - Ano IV, nº5, Campinas, 1994.

CABRAL, E. S. L. "**A vida começa todo dia**". In: Revista de estudos feministas. Rio de Janeiro, RJ. 1997 (pp. 159 - 168).

CAMARANO, Ana Amélia (org). **Muito Além dos 60: Os Novos Idosos brasileiros**. Rio de Janeiro: IPEA, 1999.

GUIZZO, Adriana de Oliveira Garcia (org). A **Importância da formação de Grupos de Convivência na Terceira Idade**. Sensu - Pós-Graduação em Revista, v 1, n 1, jan/jun, 1998.

MASCARO, S. de M. **O que é velhice**. São Paulo: Brasiliense, 1997. (Coleção Primeiros Passos).

MORAES, Rita. **A Idade do Respeito**. Revista ISTO É - 1753 - 7/5/2003.

NERI, Anita Liberalesso. **Palavras Chaves em Gerontologia**. São Paulo: Ática, 2001.

NERI, Anita Liberalesso. **Psicologia do Envelhecimento**. São Paulo: PAFINUS, 1995.

NERI, A. L. & DEBERT, G. G. "**O uso da televisão como fonte de informação sobre a velhice**". In: Velhice e sociedade. Campinas, SP: Papirus, 1997.

-OLIVEIRA, Cenira Andrade. **Aspectos culturais da velhice à luz dos grupos de convivência**. Dissertação de Mestrado, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Espírito Santo, 1997.

RODRIGUES, Nara Costa. **Conversando com Nara Costa sobre Gerontologia Social**. - 2 ed. Rio Grande do Sul: UPE, 2000.

Artigo

▶Arivalda Araújo dos Santos;
▶Edith Gois de Albuquerque.

Aspectos Psicológicos e Fisiológicos da Criança Frente ao Stress

RESUMO: Em maior escala os casos de *stress* infantil, os distúrbios emocionais da criança têm contribuição para o alto nível de *stress* tanto para a própria criança, quanto para a família e o ambiente que a cerca. Assim, o não reconhecimento deste distúrbio e, conseqüentemente, a não percepção do *stress* na vida da criança, podem gerar um significativo agravamento no quadro geral. Existem na verdade, vários distúrbios emocionais que reconhecidamente podem acometer a criança, dentre eles, a depressão, ansiedade, déficit de atenção, hiperatividade. É sabido que o *stress* e seus males associados, tem causado grandes danos às crianças nas mais diversas áreas, em situações familiares, escolares e sociais, o que compromete sensivelmente o seu desenvolvimento psicológico e biológico. Evidentemente, desde o nascimento a criança já passa por situações estressantes como: barulho excessivo, calor, frio, claridade, falta de conforto, ausência dos pais, medos, ciúmes, inseguranças dentre outras situações. São situações que independem de qualquer movimento do mundo, observados em qualquer época e local, a expressão inicial do *stress*, via de regra, pode resumir-se a uma irritabilidade, fadiga e/ou choro, e estas situações pode servir para a descoberta de sua capacidade ou perniciosidade. É sabido também que o *stress* está presente na maior parte das relações interpessoais, notadamente na família, nas amizades e relacionamentos conjugais. Entretanto, referimo-nos aos males causados pelo *stress* na criança que justificam uma investigação aprofundada. São males que afetam o desenvolvimento global da crianças, biológica, física, intelectiva, social e psicologicamente.

É sabido que o *stress* e seus males associados, tem causado grandes danos às crianças nas mais diversas áreas, em situações familiares, escolares e sociais, o que compromete sensivelmente o seu desenvolvimento psicológico e biológico. Evidentemente, desde o nascimento a criança já passa por situações estressantes como: barulho excessivo, calor, frio, claridade, falta de conforto, ausência dos pais, medos, ciúmes, inseguranças dentre outras situações. São situações que independem de qualquer movimento do mundo, observados em qualquer época e local, a expressão inicial do *stress*, via de regra, pode resumir-se a uma irritabilidade, fadiga e/ou choro, e estas situações pode servir para a descoberta de sua capacidade ou perniciosidade. É sabido também que o *stress* está presente na maior parte das relações interpessoais, notadamente na família, nas amizades e relacionamentos conjugais. Entretanto, referimo-nos aos males causados pelo *stress* na criança que justificam uma investigação aprofundada. São males que afetam o desenvolvimento global das crianças, biológica, física, intelectiva, social e psicologicamente.

Uma das concepções básicas e que uma gama considerável de especialistas concordam é que o stress, quer seja na criança ou no adulto, não surge sozinho. Algum evento ou situação tem que precipitá-lo. São as fontes estressoras – internas e externas – situações que ocorrem na vida da pessoa que ultrapassam a sua capacidade de adaptar-se. Mas, em algumas vezes, não é identificado o fato que no momento estivesse gerando o *stress* na criança.

Muitas vezes é mais cômodo atribuir a responsabilidade de ser estressada à própria criança, eximindo-se das suas próprias responsabilidades em ter fornecido um ambiente favorável ao desenvolvimento do stress na criança, passando assim a pensar na probabilidade de estar existindo fontes internas de *stress*. Esta é sempre a hipótese mais aceitável.

Conforme Bignotto (apud Lipp, 2001), muitos especialistas referem-se às fontes internas e colocam-nas mesmo como sendo às características de personalidade, pensamentos e atitudes da criança, diante de situações que ela precisa enfrentar em sua vida. Desta forma, o *stress* pode ser criado dentro da própria criança, de acordo com o seu modo de perceber a si e ao mundo.

Entretanto, é sabido que a criança adquire estas características, por meio dos ensinamentos que lhe são transmitidos nos seus relacionamentos diários com adultos significativos (pais, professores, irmãos etc) ao longo de suas vidas, o que faz com que ante o mesmo estressor, as crianças reajam diferentemente.

Conforme Lipp (2000) outro aspecto que representa fator de risco para causa do *stress* é a hospitalização infantil, tem sido um fator condicionante do stress, pois se trata de uma situação na qual a criança não está acostumada a passar, que representa medo, ambiente diferente do familiar, e que são expostas a vários riscos e violações (exames, injeção, medicação, aplicação de soro dentre outras) de ordem física e psicológica.

A hospitalização invariavelmente desencadeia a separação da criança com os seus laços afetivos familiares, longe de sua casa e escola, começa a surgir pessoas diferentes e desconhecidas com as quais não está acostumada a conviver, aumentando assim sua reação psicológica frente à situação. Surgem então os sintomas de dificuldades interpessoais, com conseqüência motoras sustentadas pela privação de seu ambiente conhecido, de seus pais e irmãos, o medo do desconhecido, sensação de punição e culpa, aparecimento ou aumento do sofrimento físico, dentre outros.

Evidentemente, a maioria dos pais deseja ter filhos bem educados, ordeiros, obedientes e que respeitem os adultos etc. No entanto, as crianças não nascem sabendo sobre as expectativas dos pais e teimam em agir diferente do que estes imaginaram, e até mesmo, as crianças não sabem como agir frente a situação nenhuma, assim é tarefa dos pais a educação dos filhos.

Uma gama considerável de colegas coloca que para educá-los é necessário inseri-los na "sociedade". Ensinar a criança a viver e conviver bem na sociedade, com comportamentos aceitáveis social e culturalmente.

Na tentativa ou propósito de educar seus filhos, os pais passam seus valores para os filhos, muitos querendo dos filhos que sejam "bonzinhos" e de pensarem primeiramente nos outros, por que pensar primeiro em si é "feio", a se preocuparem com o que os "outros" vão pensar ou dizer e assim por diante. Até certo ponto a intenção dos pais é considerada positiva, visto que, a criança precisa de ser conscientizada de que não existe

▶ **PALAVRAS CHAVES:** Stress infantil. Aspectos fisiológico. Psicológico. Intervenção.

somente ela no mundo, pois assim agindo poderia se tornar egoísta, insensível e rude, sem conseguir adaptar-se socialmente. Mas há pais que exageram nessas mensagens, colocando o ser "bonzinho" o"ser perfeito" a criança passa a desenvolver pensamentos muito rígidos, medo de falhar, que funcionam como verdadeiras fábricas de *stress*.

É observável que uma criança que aprendeu que – é exatamente necessário que as pessoas ao seu redor aprovem tudo o que faz, para poder ser aceita, tornasse-a um adulto que tentará agradar as pessoas que a rodeia o tempo todo, buscando ser querida, aprovada e até admirada por todos. Então, como isso não pode ser possível, essa pessoa estará sempre infeliz, com sentimentos de estar falhando e de que não será aceita e amada por todos.

Em contrapartida, aquelas crianças que desde a mais tenra idade, aprendem a colocar sempre os outros em primeiro lugar, pode desenvolver uma significante tendência a se tornar um adulto que não consegue defender seus próprios direitos e interesses, não sabe dizer "não" mesmo frente a situações limites, ela não conseguem lutar pela suas idéias, pelo seu espaço e muitas vezes deixa-se prejudicar pelos outros. Invariavelmente, a criança pode tornar-se uma pessoa insatisfeita, sente-se incompreendida, aprisionada dentro do seu próprio mundo, sem perceber saída para as situações difíceis que lhe ocorrerem.

Assim, considera-se de fundamental relevância obter um equilíbrio entre os direitos dos outros e os nossos, de modo que não seja egoísta frente aos seus desejos ou passivo frente às atitudes e vontades dos outros; e com segurança reconhecer a hora certa a os sins e nãos, e assim agir. Mas essas características dos adultos vão aos pouco sendo aprendidas na infância, por meios de atitudes e mensagens que os pais e professores lhe transmitem, direta ou indiretamente.

Neste sentido, as informações não podem ser transmitidas rigidamente, porque a criança capta e interpreta essa rigidez, e por conseguinte as crianças vão começar a agir de modo inflexível com o mundo e até consigo mesma, tornando-se vulnerável ao *stress* e seus efeitos danosos ao desenvolvimento da criança.

Via de regra, a criança tem consigo um pensamento que o ato de acertar e/ou ganhar é mais do que uma obrigação, ela acredita que errar ou perder é algo inadmissível, isto explica-se pelo fato de que a criança pequena é regida pelo prazer e a perda lhe traz insatisfação, ou mesmo se for educada sob o modelo de punição, assim a criança tende a desenvolver uma forte pressão interna, por medo da punição ou medo da insatisfação.

Esse processo pode desenvolver uma auto-estima baixa ou auto-estima negativa, ter uma visão de si própria de modo deturpado, sentir-se todo o tempo incapaz, constituindo mais uma fonte externa do stress.

É notório que pais que não impõem limites às crianças e mantém suas decisões muitas vezes acabam por ameaçar a criança com algumas formas negativas de castigos que não podem ser do seu alcance e também não pode ser cumprido, como os de Deus. Desse modo promovem nas crianças desenvolvimento de medos intensos e incontroláveis de serem castigadas por uma força superior. Logo ao fazerem algo errado (responder aos pais, brigar com o irmão, brigar na escola, tirar nota baixa) essa criança teme ser castigada. Então, essa pressão sofrida pela criança pode funcionar como mais uma fonte externa que a predispõe ao stress.

Freqüentemente, acontece que os adultos não respeitam as diferenças e situações de vida da criança, e por meio de mensagens rígidas e quase sempre bem intencionadas realizam danos aos sentimentos e emoções das crianças, as fontes externas de *stress* se formam aos poucos se vão cristalizando, gerando o stress na infância e conseqüentemente na vida adulta, se não for conhecido durante o processo de formação (desenvolvimento das capacidades) da criança.

Em maior escala os casos de *stress* infantil, os distúrbios emocionais da criança têm contribuição para o alto nível de *stress* tanto para a própria criança, quanto para a família e o ambiente que a cerca.

Há pais que tentam evitar que os filhos sofram por frustrações de tristeza, de desilusão e tensões. Mas vale salientar que esse não é o comportamento mais adequado, pois poupar em demasia as crianças, pode levá-las à frustração e, conseqüentemente a alta probabilidade de tornarem-se adultos vulneráveis ao *stress*.

Os especialistas ressaltam que mesmo tratando-se de fontes externas de *stress*, sua base não é isolada, visto que, são os pais, a escola, a comunidade e demais instituições que influenciam as crianças levando-as a adquirirem certos comportamentos que levam a desencadear uma propensão ao *stress* mais ou menos intenso, saudável e necessário ou negativo e danoso. Assim, é fundamental que a criança não aprenda a se 'estressar' na infância, a fim de não se tornar um adulto vulnerável ao stress.

Em linhas gerais Lipp, defende que no que se refere às causas do *stress*, aquilo que se designa como *estress*ores é qualquer situação geradora de um estado emocional forte, que leve a uma quebra de homeostase interna e exige alguma adaptação, podendo ser chamada de elemento estressor, a especialista reitera ainda que não é exatamente a situação que irá servir de fonte estressora para a criança, mas o modo como esta irá percebê-lo, o evento em si, então, cabe-nos analisar também os motivos que levam uma criança compreender uma situação diferente de outra.

Assim, como as fontes externas, as fontes internas de *stress* têm seu início na mais tenra idade da criança, e também tem sua base fundamental no modo como as mensagens de valores, limites, liberdade e outros são transmitidos que influencia sua educação. Assim, por meio de seus comportamentos. Entretanto, não é apenas estes elementos que

determinam que estes são fontes de *stress*, mas um componente de predisposição interna que a criança é portadora, ou seja, a constituição interna da criança é propensa a perceber este ou aquele dado de modo diferente Tricoli e Bignotto (apud Lipp, 2001).

Os especialistas destacam que o *stress* pode ser gerado pela própria criança, levando em conta sua aprendizagem social, seus pensamentos, seu tipo de personalidade e atitudes. Dessa forma, a família, particularmente, os pais, influenciam diretamente, por vezes, levando-a a adquirir comportamentos desencadeadores de stress, e um *stress* intenso: timidez, ansiedade, castigo divinos, auto-estima comprometida.

● **Timidez** – a criança, invariavelmente, quando submetida à timidez, tende a se isolar, fugir ou evitar certas situações em seu cotidiano, via de regra, é levada ao retraimento e conseqüentemente ao isolamento social;

● **Ansiedade** – mais complexa por essa análise, pois ora pode ser o fator desencadeador do *stress*, ora, pode ser desencadeada por ele quando a criança já se encontra serenada. Há uma manifestação iniciada por agitação irritabilidade excessiva, intranqüilidade, inquietação, medo que algo ruim aconteça ameaçando sua segurança. Quando a criança encontra-se ansiosa pode vivenciar uma sensação de perigo iminente. Às vezes foi criado internamente por ela (de modo psicológico), em outras vezes não apresenta seriedade que justifique o medo.

Há várias situações que podem desencadear a ansiedade na infância, uma delas pode ser uma sensação de desamparo, onde a criança sente-se desprotegida ante uma situação que não se considera capacitada a enfrentar, gerando com isto uma forte sensação de pressão.

● **Castigos Divinos** – o medo dos castigos divinos não é referente a uma religião, mas um valor ou idéia, geralmente, transmitido às crianças por adultos de sua confiança, mediante a falta de autoridade perante a criança. Eles colocam, que Deus vê tudo, sabe tudo o que a criança faz, então Ele poderá puni-la a qualquer hora e do modo inesperado. Essa é uma fonte de *stress* excessiva na infância.

Outro paradoxo do stress é que o estresse é mantido e reforçado por pressões diversas.

● **Auto-estima** – a auto-estima é outro aspecto que vai se desenvolvendo na criança. Deste modo se a criança for fortemente criticada na infância ou somente criticada – sem nenhum reforço positivo, ela poderá desenvolver uma auto-estima negativa ou comprometida, por achar que tudo o que faz é feio, ruim ou errado, que não é capaz de realizar alguma tarefa, que todos são melhores que ela e tende a verbalizar com freqüências as frases 'não sei', 'não consigo', mesmo que saiba, que consiga, ou ainda, que nem tenha tentado, assim a criança acaba por não perceber sua real capacidade. Mas, se a criança ora é elogiada, ora criticada, a criança torna-se também vulnerável e sua auto-estima acaba se tornando flutuante, mesmo porque, há de se convir que uma grande insegurança instala-se ante seus comportamentos, uma vez que não são consistentes os comportamentos dos adultos com quem ela convive. A criança começa depender excessivamente da opinião dos outros para poder sentir-se segura.

A maneira pela qual a criança se achar bem-sucedida, a necessidade de aceitar sempre as dificuldades em lidar com as frustrações, preocupação com seus aspectos físicos, dúvidas a respeito da sua inteligência e do seu desempenho, podem deixar a criança muito vulnerável ao stress.

Também constituem fontes internas, morte dos pais, divórcio, separação, viagem dos pais, morte de parentes próximos, doenças ou ferimento pessoal, um dos pais volta a casar-se, um dos pais é dispensado do emprego, os pais se reconciliam, a mãe fora, doença de um membro da família, a mãe fica grávida, nascimento de novo irmão, dificuldades escolares, reajustamento escolar, mudança de professores, mudanças de escola, de classe, de horário de estudo...

As crenças irracionais, por via de regra, serem sempre de maneira muito rígidas, fixas e determinadas de pensar, se refere ao fato de que são modos de pensar que refletem expectativas que não podem nunca ser satisfeita, por estarem muito além do que qualquer pessoa poderia realizar ou adquirir.

Em linhas gerais, estas crenças que uma pessoa possui significam, invariavelmente, maneiras como ela percebe a si mesmo e ao mundo. Assim, a formação dessas crenças irracionais na infância é muito grave e merece particular atenção, por ser uma das causas internas do stress, será a condutora do comportamento da criança que continuará agindo durante o seu processo de amadurecimento, podendo chegar até a idade adulta com os mesmos processos.

Essas crenças são formadas por influencia ou contribuição dos pais, familiares, ambiente escolar, religião, sociedade, entre outros, sabe-se que às contingências ambientais e familiares trazem um modelo de comportamento, e matem o comportamento da criança.

As crenças irracionais mais comuns são baseadas em:

- desejo de agradar a todos, principalmente aos pais;
- medo de não ser bem-sucedida em suas atividades;
- preocupação com mudanças físicas que estão ocorrendo – na pré-adolescencia;
- crenças religiosas que envolvem punição divina;
- autodúvidas quanto à inteligência e as capacidades diversas;
- nas interpretações amedrontadoras de eventos comuns;
- na profecia autodestruidora do pensamento 'não consigo'.

Conforme Lipp (2001) na experiência clínica, em atendimento as crianças, as evidencias mostram que pais excessivamente exigentes ou ainda pais superprotetores geram filhos perfeccionistas, ansiosos, inseguros e com muitas crenças irracionais.

Uma crença irracional muito e sempre percebida é de que a criança precisa ter um desempenho sempre perfeito, porque

para ela, somente agindo dessa maneira é que será amada e respeitada por seus pais, e sendo assim a importância de sua pessoa deixa de estar no ser, enquanto ser criança, e passa para o estágio de fazer sempre tudo perfeito (Tricoli e Bignotto apud Lipp,. 2001)

Evidentemente, assim como acontece com os adultos, também nas crianças submetidas à situação de stress são desenvolvidos distúrbios de ordem física e psicológica, depende da gravidade do *stress* e do modo como a criança irá perceber o evento, o *stress* irá escolher um "órgão de ataque", pulmão, coração, pele, fígado... para pronunciar seus sinais e sintomas.

Lipp (2000) afirma que, em muitos anos de clínica do stress, tem observado com mais freqüência, tanto para adultos quanto para com crianças, que o *stress* é, invariavelmente, uma resposta complexa do organismo, que envolve reações físicas, psicológicas, mentais e hormonais frente a qualquer evento que seja interpretado pela pessoa como desafiante. Ainda segundo a especialista, o enfoque do *stress* é a resposta do organismo a um estímulo mediado pela interpretação que lhe é dado.

Esse estímulo, interpretado como desafiador, provoca uma quebra na homeostase do funcionamento interno do organismo que, por sua vez, cria uma necessidade de adaptação para preservar o bem-estar e a vida.

A necessidade de adaptação exige do organismo a elaboração de uma diversidade de comportamentos adaptativos que se constituem na forma como a pessoa interage com a situação de *stress*, ou seja, suas estratégias, adequadas ou não, de enfrentamento da situação porque passa.

Ainda conforme Lipp, os sintomas do stress aparentemente, para a criança pode configurar-se como sendo de mais difícil interpretação, face o fato da própria criança não reconhecer uma determinada situação como provocadora de *stress* ou não. Os sintomas físicos do *stress*, mais freqüentemente observados em clínica são: náuseas, dores de cabeças, dor de barriga, diarréia, agitação, tensão muscular, gagueira, enurese noturna, ranger de dentes, tiques nervosos, dentre outros não menos importantes.

São sintomas psicológicos do *stress*: agressividade, medo e choro excessivo, ansiedade, insegurança, dificuldade de relacionamento, distúrbios de atenção e concentração, desobediência, irritabilidade, impaciência, mudanças constantes de humor, depressão, desânimo, terror noturno, dificuldades escolares dentre outros.

Em maior escala os casos de stress infantil, os distúrbios emocionais da criança têm contribuição para o alto nível de stress tanto para a própria criança, quanto para a família e o ambiente que a cerca. Assim, o não reconhecimento deste distúrbio e, conseqüentemente, a não percepção do stress na vida da criança, podem gerar um significativo agravamento no quadro geral. Existem na verdade, vários distúrbios emocionais que reconhecidamente podem acometer a criança, dentre eles, a depressão, ansiedade, déficit de atenção, hiper atividade. Relacionam algumas posturas que conforme Lipp (2000) contribuem para a minimização da vulnerabilidade ao stress, pela criança, a principal é considerar de suma importância que pais e professores de crianças, tenham noção sobre o distúrbio que afeta a criança e que fiquem atentos para os sinais de manifestação.

A autora salienta que existem situações em que os parentes e professores chegam a perceber "algo estranho" com a criança, mas rapidamente defendem-se dizendo "é coisa da idade, passa com o tempo".

Mas sempre pode ser o caso de a criança que necessita de uma tratamento especializado, com psicoterapia e em alguns casos associados com neurologista ou psiquiatra. Estes especialistas podem identificar e tratar uma série de acometimentos que, via de regra, pode evitar um tanto de comprometimentos presente e futuros na vida da criança.

Sabe-se que a criança com um distúrbio emocional e não tratada pode tornar-se desajustada psicologicamente, e dependendo de qual for o "problema" pode levar a sérios conflitos de diversas ordens, um dos menores são os conflitos com a família, colegas, professores, o isolamento social e por sua vez contribuem para que a criança sinta-se diferente dos seus pares o que pode comprometer o desenvolvimento de suas habilidades intelectuais, sociais e afetivas.

Dos 06 (seis) aos 12 (doze) anos de idade, uma criança depressiva, apresenta sintomas de: tristeza, choro com facilidade, apatia, limitação de movimento, voz monótona, desespero no falar, desesperança e sofrimento.

A depressão é um distúrbio emocional que passou a ser considerada – identificada - em crianças apenas há três décadas. Acredita-se que se apresenta até mesmo antes da criança em idade escolar. A criança já pode apresentar depressão antes de falar. Demonstra tal distúrbio pela expressão facial, pela postura do corpo e afetividade.

Quando a criança já sabe falar, mas ainda não foi para a escola ela pode manifestar depressão por sintomas como dor de barriga, dificuldade em ganhar peso, ou ganho em excesso e abruptamente, hiper atividade, insônia ou o contrário disto, agressividade ou passividade excessiva, dentre outros sinais que denunciam seu conflito interno.

Dos 06 (seis) aos 12 (doze) anos de idade, uma criança depressiva, apresenta sintomas de: tristeza, choro com facilidade, apatia, limitação de movimento, voz monótona, desespero no falar, desesperança e sofrimento. Fala de si mesmo de forma negativa, apresenta baixa auto-estima, inclusive, pensamento suicida. Criança com estas idades, costumam perder o interesse por atividades extracurricular, com a queda no rendimento escolar, dor de cabeça, e dor na barriga.

Os especialistas afirmam que tanto da depressão quanto de outros distúrbios em criança, não se pode indicar uma única fonte causadora, via de regra, são multifatoriais as fontes. Uma delas podem ser o modo como ela é considerada no meio familiar – depreciada, criticada –, as avaliações da criança sobre as fontes *estress*ores presentes em sua vida; a forma como a criança percebe e estrutura seu mundo, consequentemente, determina suas emoções e sua conduta de vida, é até mesmo por sua próprio constituição biológica.

Lipp (2000, p. 30) defende que é notadamente possível que a criança que possui antecedentes familiares de depressão e que nunca tenha sido manifesto sintomas, possa apresentá-los após uma situação estressante, assim, "a ansiedade pode causar o *stress* emocional, uma vez que aqueles que têm a propensão de responder ao mundo pela ansiedade criam seu próprio stress excessivo".

O ideal seria que além da escola a criança praticasse alguma atividade física na qual identifique-se e divirta-se.

Entretanto, existem muitas formas de minimização da vulnerabilidade da criança, ao acometimento dos distúrbios emocionais, salvo em casos especiais. A principal forma é não promover ambientes e situações que promovam a doença, não criticando rigidamente a criança, favorecendo ambiente de otimismo e incentivo – antídotos de qualquer distúrbio emocional e *stress*. Em linhas gerais, a melhor maneira de se prevenir é não provocar deliberadamente seu surgimento. E quando a criança já foi acometida de tal distúrbio a atitude mais acertada é a procura imediata de um especialista que venha intervir antes de qualquer agravamento da situação.

Segundo Bignotto (apud Lipp, 2001) há muitos mitos sobre o stress na criança. Dentre eles um dos principais é a atribuição de culpabilidade exclusiva aos pais. È certo afirmar que há ocorrência em que os pais realmente são responsável direta ou indiretamente pelo *stress* de que a criança foi acometida.

Ao não evitar situações que sejam fontes de distúrbios emocionais ou stress, ao promover ambientes que favorecem o desenvolvimento destes e/ou até mesmo quanto percebe sintomas de quebra da homeostase interna e não toma atitude no sentido de promover tratamento para o caso. Entretanto, não se pode afirmar que os pais são exclusivos culpados pelo surgimento do *stress* na criança. Afirma-se que reside grande influencia dos pais na prevenção do *stress* dos filhos, e que suas atitudes apresentadas para com a criança contribui para que essa criança seja mais vulnerável ou mais resistente às eventuais situações de *stress*.

Neste sentido, considera-se que o papel dos pais na prevenção do *stress* de suas crianças, é baseado em ajudá-los a proporcionar-lhes uma boa qualidade de vida, por meio do equilíbrio do bem-estar, oferecer-lhe ambiente saudável que possibilite um desenvolvimento adequado promovendo-lhes saúde. Pois ser uma criança saudável é a base para tornar-se um adulto adaptado e feliz.

Em 1982, o psicólogo David, em seu livro "o direito de ser criança" já relatava que o conceito de meninice estava ameaçado de extinção na sociedade, visto que, a criança tinha-se transformado vítima involuntária de um stress avassalador, este seria resultado proveniente de rápida e confusa mudança social, ao mais conseguir alcançar este ritmo a criança transforma-se também em um ser apressado, portador de distúrbios comportamentais e emocionais (Elkind apud Bignotto 2001).

Bignotto defende firmemente que a contribuição dos pais na prevenção do *stress* infantil terá início pela realização de uma análise sobre o estilo de educação que é transmitida para a criança: educar reflete no mundo como ele se comportará e seus aspectos que valorizará o seu desenvolvimento integral. Mas, o problema é que na maioria das vezes, os pais preocupados com o bom desempenho escolar, profissional ou escolhas de seu filho, acabam por verbalizar grandes esperanças e expectativas de realizações pela produção de uma criança. Esquece-se que o importante é a criança e não somente o que ela produz.

Assim sendo, é prática comum favorecer o "fazer" o "ter sucesso" ao invés de fortalecer a essência do ser.

Há alguns pais que atribuem valor somente ao desempenho, cumprimento de metas, esquecendo-se de falar para a criança das suas potencialidades existenciais. Crianças tratadas assim, tendem a valorizarem-se mais pelo que faz do que pela pessoa que eventualmente venha a ser. Isso é um dos fatores a contribuir como causa do *stress* elevado em criança.

Como primeiro lugar em cuidados que os pais devem tomar é, não sobrecarregá-los com atividades extracurriculares em demasia. O ideal seria que além da escola a criança praticasse alguma atividade física na qual identifique-se e divirta-se. Faz-se necessário tomar cautela quanto às atividades esportivas que envolvam competição, para não valorizar excessivamente o desempenho e as metas.

Alguns cuidados devem ser observados, tais como os limites específicos respeitando a faixa-etária, o desenvolvimento cognitivo e afetivo da criança, a qualidade do ambiente em que se insere a criança; algumas características são comuns a qualquer faixa-etária, o ouvir suas queixas e alegrias é uma delas.

Recomenda-se que em primeiro lugar, os pais, professores e responsáveis, estejam munidos de uma elevada dose de paciência para conseguir lidar com a hipersensibilidade emotiva, a falta de paciência, os medos e as malcriações da criança acometida do stress. Mas, não quer dizer que tenha que aceitar tudo, entretanto é necessário ter tolerância acima do normal, por que as punições particularmente nesta situação, tendem em agravar o *stress*. Se for necessário discipliná-la mais tarde, que o faça, porém nesse momento não é adequada tal atitude. Sendo eliminado o stress, a criança volta ao seu estado normal, mas é preciso cuidado especial após a crise de *stress*, para que a criança possa voltar a sua rotina anterior.

Lipp (2001) destaca que se faz necessário que envolva a criança em atividade ligeiramente inferior a sua idade. Via de regra, o estressado (criança ou adulto) não consegue concentrar-se bem, por tanto, suas tarefas devem ser de fácil acesso. Dar oportunidade para passear com colegas; porém as visitas não devem ser prolongadas, não mencione o problema que a aflige, deixe que ela fale quando desejar, assegure sempre de que vai ficar boa, não cria mais situação de *stress* para ela. Não discuta acontecimentos trágicos ou tristes. É o momento de poupá-la.

É observado, quando o acometido de *stress* tenta realizar alguma atividade, mesmo as tarefas fáceis podem lhe parecer difíceis, não faça cobrança em demasia, deixe que a criança faça uma coisa de cada vez. Não a aprece ou critique com severidade. Além de situações e ambientes saudáveis, forneça uma alimentação rica em vitaminas do complexo B, Vitamina A, C e Cálcio. Caso não esteja se alimentando adequadamente (excesso ou falta) levá-la ao pediatra.

Assim, faça com a criança os exercícios de relaxamento respiratório. Ensine-a a relaxar, conte histórias leves e engraçadas ao som de música suave, deitados no chão, tapete, balançando em redes. É indispensável que a criança seja seguida pelas orientações de um psicólogo. Volte a explicar o que esta acontecendo com ela, assegurando sempre de que tudo vai terminar logo e bem, que tudo voltará ao normal convença-a de que ela vai ficar bem.

Exercícios de respiração – a fim de aliviar tensão e a ansiedade é preciso aprender a respirar de modo a envolver o diafragma. Com a respiração feita corretamente feita corretamente ela está menos sujeita à crise de ansiedade e medo. Praticar os exercícios de relaxamento durante cerca de 10 (dez) minutos de duas a três vezes ao dia e também em situações de stress.

Estes exercícios ajudam à criança a usar o diafragma para respirar e induz o relaxamento, diminui o medo, a ansiedade e a possível irritabilidade. Ademais que o exercício de respiração profunda ajudam a melhora a habilidade de concentração na criança, visto que, o cérebro torna-se melhor oxigenado e irrigado.

Quanto ao relaxamento, Lipp (2000) afirma que a criança em situação de stress, via de regra, precisa de ajuda para aprender a relaxar. Por se sentirem cansadas ou irritadas, enrijecem seus músculos, ficam tensas, sentindo dores de cabeça e de barriga (reais ou imaginárias). É necessário ajudá-la no relaxamento para aliviar a tensão, e muitas vezes facilitar a explicação do porquê esta tensa.

Lipp assim como outros especialistas defendem que é aconselhável para os pais e professores que ofereçam condições para que a criança possa relaxar, tanto em casa quanto na sala de aula, em benefício de todos.

Da forma que acontece o stress no adulto, assim acontece também na criança, mas num nível moderado, adicionado ao sabor e colorido da vida, porque nos momentos de tensão, o organismo libera adrenalina, que dá ânimo, vigor, entusiasmo e energia em um nível elevado. Esse stress é considerado benéfico para a criança, a qual prepara para reagir diante de situações no seu cotidiano, que a afetam de maneira importante;

Há evidencia relacionando o stress infantil com uma diminuição do sistema imunológico que deixa a criança vulnerável a gripes e resfriados. As mesmas investigações revelam ainda a associação do stress excessivo com a ocorrência de câncer infantil, desordem do pânico (agorafobia) e desordens psiquiátricas severas. Distúrbios psicológicos e comportamentais como, delinqüência, uso de drogas, alcoolismo, suicídio, mudança de humor (instabilidade) alteração da auto-estima, impulsividade, desgaste geral para a criança.

Faz-se importante também que os pais, conversem com a criança o que está acontecendo com ela, qual o motivo dela apresentar este ou aquele comportamento, que não tinha anteriormente. Após, mostrar à criança o que está ocorrendo. Neste momento a criança necessita de apoio afetivo e compreensão das pessoas que convivem com ela, auxiliando-a em sua melhora.

Por se sentirem cansadas ou irritadas, enrijecem seus músculos, ficam tensas, sentindo dores de cabeça e de barriga (reais ou imaginárias)

Partindo da concepção conceitual do stress podemos observar que trata-se de um fenômeno que pode acometer qualquer pessoa, independentemente de idade, classe social e nível intelectual. Outro aspecto importante é a diversidade de modos como o *stress* pode se expressar na vida da pessoa, ou seja, não há como definir e relacionar, seguramente, suas características e sintomas específicos, visto que, o *stress* "respeita" as particularidades da pessoa que acomete e se pronuncia conforme suas próprias conveniências.

É bom ressaltar que os melhores especialistas defendem que o *stress* em si mesmo não é um mal, ou uma doença, patologia. Afirmam que se trata de uma condição adaptativa do organismo e do psiquismo humano funcionando à sua maneira. Mas, observa-se que por outro lado, o stress pode representar a ante-sala de possíveis doenças (patologias), ou melhor, de doenças psicossomáticas, como conseqüência de um modo errado de viver com as situações que significam conflito para a pessoa.

Assim, a maioria dessas alterações psicológicas e físicas provocadas pelo stress, ocorre antes que a pessoa tenha tido tempo de raciocinar, uma vez que, se o *stress*, via de regra, não apresenta sintomas específicos, não "manda aviso" para que a pessoa possa prevenir-se do *stress* ou evitar que atinja níveis comprometedores, o único recurso é saber reconhecer seus primeiros sinais tanto no corpo como na mente, e de posse destes dados o acometido – estressado – deve buscar ajuda especializada.

Outro paradoxo do stress é que o estresse é mantido e reforçado por pressões diversas, dentre elas a ambiental; o indivíduo, ao invés de procurar situações antiestresse, tende a fazer o contrário, ou seja, paradoxalmente termina por aumentar

ainda mais o seu grau de estresse. Por exemplo, toma café em excesso (um "veneno" para o estressado, devido à cafeína, um estimulante; fuma, bebe, alimenta-se mal (pouca vitamina, pouco ferro, pouco magnésio) e não consegue ter hábitos saudáveis de existência.

Estudos orientam (profissionais, pais e escolas) para as cautelas, atentamentos e atitudes que devemos ter frente ao stress infantil, tanto a curto como em longo prazo.

> Volte a explicar o que esta acontecendo com ela, assegurando sempre de que tudo vai terminar logo e bem.

Apontam que se faz necessários cuidados diante das situações de stress infantil, também se recomenda aos pais acompanharem seus filhos e permitirem que seus filhos experimentem a frustração de seus desejos ocasionalmente, para que desenvolvam a tolerância e proteção contra o stress, deixando-os perceber e vivenciarem o lado saudável do stress, uma vez que o stress pode ser algo que deve fazer parte do desenvolvimento da criança normal. Evidentemente, também recomendam que os protejam dos excessos de exposição à situação de stress, visto que, a criança ainda não se encontra apta para lidar com tais situações.

Se considerarmos stress na criança como uma demanda sincronizada de fontes internas e externas bem como uma significativa carga ambiental-familiar, não há como excluir os pais da análise de uma criança, já que o sintoma de stress da criança não se desenrola sem a participação ativa parental. Mesmo porque, é importante reconhecer que se o discurso dos pais funcionam como uma matriz simbólica de partida para a boa compreensão da criança estressada e sua subjetividade. Assim, teremos que perceber cada uma das modalidades ou nuances do stress, uma vez que, significativamente na criança este vai carregar em si conseqüências, visto que, tanto para o momento presente quanto para a vida futura – caso não diagnosticada e tratada em tempo hábil.

Assim, em um processo de intervenção psicológica do stress em criança, nos parece, no entanto, imprescindível ouvir as diferentes demandas nas entrevistas preliminares para procurar retirar a criança de uma posição na estrutura familiar onde seu sintoma muitas vezes mascara as tensões. Durante o processo pode-se promover com a criança a esperança de mudança, de transformação nos modos de interpretação das situações que lhe causam stress e principalmente no que diz respeito à formação de um adulto com funcionamento interno equilibrado.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ELKIND, D. O. **O direito de ser criança:** problemas da criança apressada. São Paulo: Ed. Fundo ed. Brasileira, 1982\.

HENDERSON, Roger; 100 maneiras comprovadas de combater o estresse. São Paulo: Manole, 2000.

LUCARELI, Maria Diva Monteiro. O diagnóstico do *stress* infantil. (In) **LIPP,** Marilda Emmamuel Novaes (org). **Crianças estressadas:** causas, sintomas e soluções. Campinas – São Paulo. Papirus, 2000.

LIPP, Marilda Emmamuel Novaes (org). **Crianças estressadas:** causas, sintomas e soluções. Campinas – São Paulo. Papirus, 2000.

LIPP, Marilda Emmamuel Novaes (org).. **Como enfrentar o estresse infantil.** Campinas – São Paulo. Ícone, 1991

LIPP, Marilda Novais. **O *stress* está dentro de você** (org.). São Paulo: Contexto, 2001.

TRICOLI, Valquíria A. C. **BIGNOTTO,** Márcia M. Aprendendo a se estressar na infância. (in) **LIPP,** Marilda Novais. **O stress está dentro de você** (org.). São Paulo: Contexto, 2001.

Artigo

▶Dalvani Pereira Vale;
▶Ernubia de Souza Rufino;
▶Lúcia Helena Honório Domingues.

Da rejeição à Depressão:

Enfoque Analítico Bioenergético

RESUMO: Trata-se do arcabouço teórico-vivencial no tocante as questões referente à origem e desencadeamento dos episódios e distúrbios depressivos como oriundos de experiências traumáticas com ênfase na rejeição e abandono, vivenciadas desde a concepção perpetuando após o nascimento, conseqüentemente marcando toda existência humana. Com relação ao objeto de estudo da Psicanálise temos como foco o estudo do inconsciente, onde toda técnica está voltada para a escuta psicanalítica e interpretação do que é dito pelo cliente, seja por associação livre, narração de sonhos e atos falhos. A Bioenergética veio complementar na medida em que tem como objeto de estudo o corpo, enfatizando que é nele também, que ao longo da vida ocorrem registros inconscientes. Toda técnica da Bioenergética é pautada na escuta das sentenças do cliente (interpretação da psicodinâmica) relacionados aos pontos de couraças existentes nos segmentos corporais.

Os seres humanos são configurações emocionais complexas. Não há forma perfeita, tipo ideal ou estrutura completa, nem comportamento perfeito. Os padrões de comportamento e estrutura corporal, a estratificação emocional do organismo, são conseqüências das tentativas humanas de amar e ser amados.

Quando se sente medo e carência, estes decorrem de uma desestabilização energética em nosso organismo, portanto há uma relação entre o que acontece no funcionamento interno e nas emoções apresentadas pelo homem. O organismo todo é um conjunto de tubos peristálticos pulsando em diferentes intensidades e amplitudes, sendo formado por camadas externas de pele e nervos (responsável pela comunicação), por camadas intermediárias de músculos e vasos sanguíneos (fornece suporte e locomoção), por camadas internas de órgãos e vísceras (nutrição e energia básica).

A história emocional de um indivíduo é encontrada e registrada na mente e no corpo. Os impulsos brotam das profundezas pulsáteis e passam através das camadas para atingir a superfície e serem comunicados e satisfeitos. Da mesma forma, os estímulos que vêm do mundo externos passam através das camadas da história pessoal para alcançar as profundezas. Traumas emocionais precoces ou recentes podem congelar ou cristalizar uma camada de tubos, mas ela pode se revestir ou ser compensada por uma outra camada de retesamento. Cada configuração é somaticamente estruturada. A camada externa pode ser dura e rígida para encobrir a expectativa inflada de uma criança rejeitada e abandonada que tem medo do colapso.

Para se compreender como se estrutura o padrão de personalidade de um indivíduo na fase adulta, precisa-se investigar a psicodinâmica do mesmo, com o intuito de obter recursos que nos forneça a compreensão da sua estruturação biopsicossocial, emocional e espiritual.

Objetiva-se ainda aprender como se estrutura o padrão de comportamento do indivíduo na sua relação com o seu corpo e como se revela, na sua forma única de ser, e atuar na vida. Pois é o corpo que se funde no amor, congela no medo, treme na raiva e anseia por contato e calor humano.

Entrelaçar todos esses aspectos com o intuito de vinculá-los como segmentos capazes de favorecer a formação do indivíduo, que está diretamente relacionada ao nível de conflito vivido, a intensidade da frustração, o período em que ocorreu, a freqüência ou repetição da situação dolorosa a que está submetida. Portanto é uma defesa da criança para proteger o ego das ameaças internas e externas.

Durante o período da estruturação do ego a criança está vulnerável a alguns aspectos geradores de distúrbios, deixando-lhes marcas diferenciadas, tais como a REJEIÇÃO que gera a ESQUIZÓIDIA e a PRIVAÇÃO que resulta na ORALIDADE, podendo desencadear processos DEPRESSIVOS.

Entretanto está sendo de uma imensurável riqueza estes conhecimentos teórico-vivenciais na nossa função de facilitar no outro um espaço de liberação de tensões arcaicas que estão impossibilitando as pessoas, de deixar-se ir mais com o outro, abrindo-se a si mesmo, a novas possibilidades, permitindo que o amor externado pelo outro entre em si, porque, apesar de que a liberação da dor, do medo e da raiva sejam cruciais, o que realmente é saudável, pertinente é poder estar aberto para o que a vida poderá oferecer.

A abordagem teórica Bioenergética se apóia na simples proposição de que cada ser é o seu corpo. A mente, o espírito e a alma são aspectos de qualquer corpo vivo. Se você é seu corpo e seu corpo é você este poderá expressar quem você é. É a sua forma de estar no mundo. Uma pessoa é a soma total das suas experiências de vida, cada uma das quais é registrada na sua personalidade e estruturada em seu corpo.

Toda criança nasce com a capacidade de ser uma pessoa completa e integrada, desde que suas necessidades básicas sejam supridas, tais como: o amor, a compreensão e o apoio necessários para, enfrentar as exigências do crescimento. Porém esta é uma frágil possibilidade, visto que a criança é subjugada pelos pais sob ameaças, castigos e exigências. A intensidade e repetição de situações que poldem sua busca de prazer irão afetar os impulsos naturais da criança. As tensões musculares e bloqueios conseqüentemente afetarão o movimento, a postura, o crescimento; contribuindo assim na definição da estrutura de caráter e estabelecendo couraças. O caráter é o aspecto psíquico de nosso sistema total de defesa e a couraça muscular o aspecto físico. A couraça está disposta em segmentos ou anéis e Reich (1987, p.28) que identificou sete segmentos, principais: o ocular, o oral, o cervical, o torácico, o diafragmático, o abdominal e o pélvico. São anéis ou cinturões de tensões que circundam o corpo e afetam os órgãos internos.

As couraças originam-se frente à continuidade de ameaças que ficam sempre ativas, tornando-se crônicas e chegando a reagir a perigos permanentes internos e não mais externos.

Em geral, os bloqueios musculares individuais não correspondem a um músculo ou a um conduto nervoso determinado, eles se alinham segundo uma disposição

▶**PALAVRAS CHAVES:** Abandono, Bioenergética, Concepção, Depressão, Rejeição.

segmentada. Os segmentos funcionam transversalmente, formando ângulo reto com o fluxo longitudinal natural da energia biológica. São como os anéis de uma lagarta: quando são apertados, seus anéis se encolhem alternando e desorganizando o sinuoso fluxo natural de correntes longitudinais de energia.

A relativa independência desses segmentos se observa no fato de que toda atividade emocional ou bioenergética em uma parte do segmento tenderá a influir em suas outras partes, enquanto que os segmentos subjacentes permanecerão relativamente não afetados. Na realidade, se libera a energia retida em um segmento, os segmentos adjacentes freqüentemente mostram sinais de aumento do encouraçamento ou da resistência, como uma reação defensiva à pressão que exerce a energia liberada, a qual está tratando de abrir caminho.

O trabalho corporal proporciona acesso mais rápido e seguro ao inconsciente que habitualmente são inacessíveis. Essas liberações emocionais emergem como resultado do abrandamento contínuo das resistências. Elas fluem livremente, ao serem liberadas, se introduzem nos bloqueios que ainda restam. Dessa forma facilitam seu relaxamento e colocam em movimento um processo de dissolução espontâneo no encouraçamento, que, finalmente, penetra até os níveis mais profundos do funcionamento biológico, atingindo assim o caminho para o prazer ou plenitude.

No entanto, o trabalho corporal é particularmente efetivo e se faz acompanhado pela análise do caráter. Ambos são indispensáveis. O trabalho corporal dá base ao trabalho do caráter e é essa compreensão que se faz inteligível e se dá sentido e direção a todo o processo psicoterapêutico, dentro da Análise Bioenergética.

O caráter revela sempre a existência de conflitos entre o ID (impulsos naturais da criança) e o Superego (repressão das frustrações impostas a ela por uma educação repressiva). É a tentativa da criança de se defender em situações conflitantes com os pais; desta forma, a interpretação correta das defesas atuais, e a dissolução cuidadosa da blindagem conduziria ao campo da experiência infantil.

Economicamente, o caráter na vida diária é a resistência do caráter na análise, vem com a mesma função, ou seja, a de evitar o desprazer, a de estabelecer e manter o equilíbrio psíquico.

A formação do caráter procede das mesmas experiências infantis que produzem a resistência na análise, ou formação de sintomas. Encontra-se na resistência do caráter tanto uma função defensiva quanto uma transferência dos relacionamentos infantis com o mundo exterior. O caráter e as emoções reprimidas estão fisiologicamente enraizados em espasmos musculares crônicos. Fica evidente que a couraça muscular é o aspecto físico e o caráter é o aspecto psíquico do nosso sistema total de defesa, sendo inseparáveis um do outro.

A estrutura de caráter define o modo pelo qual a pessoa conduz sua necessidade de *amar*, sua procura de *intimidade*, sua busca de *proximidade* e sua grande busca de prazer.

Portanto, o caráter é um processo de formação de couraças como proteção do ego. Formam-se couraças como proteção do ego contra os perigos internos, no caso dos impulsos inaceitáveis e externos. À medida que a criança vai reprimindo os impulsos vão formando tensões crônicas. Daí conclui-se que, se a couraça muscular é funcionalmente idêntica ao caráter psíquico então se pode ler o caráter de uma pessoa a partir da expressão do seu corpo.

Freud ressalta que é na situação edipiana (3 à 5 anos) que as sensações incestuosas entre pais e filhos se estabelece e é nessa época, que as lembranças foram suprimidas por efeitos da repressão. Há uma relação entre o caráter neurótico e o problema edipiano. Nesta fase nasce uma raiva assassina do menino(a) com relação ao genitor do mesmo sexo. Quer matar o pai/mãe e ficar com a mãe/pai, e ao mesmo tempo tem medo de ser morto(a) por ele(a). Por conta do medo, a raiva é reprimida e somente aparece como desejo de morte do seu genitor(a) ou medo de que o pai/mãe morra. Aparece em vez de raiva a culpa. A essa repressão das sensações e sentimentos durante a fase edípica é que conduz ao desenvolvimento do *Superego* e isso ocorre no corpo devido às tensões musculares que bloqueiam a expressão desses sentimentos e sensações.

O corpo conta coisas sobre a história emocional e os mais profundos sentimentos, o caráter e a personalidade.

O ser humano é ímpar, portanto todas as pessoas apresentam peculiaridades de ação e reação com as situações de vida.

Toda estrutura de caráter apresenta um conflito inerente porque há em sua personalidade, ao mesmo tempo, a necessidade de intimidade, da aproximação, de auto-expressão e o medo, presente em todo os aspectos do caráter.

A vida caracteriza-se por energia em movimento que circula numa interdependência cósmica. Os movimentos em constante pulsação, (Contração-Expansão), como o coração, respiração e toda natureza (mares, dia, noite, verão, inverno) ocorrem com ritmo e harmonia. O universo tem uma inteligência e funciona num equilíbrio energético de carga e descarga.

O organismo também funciona num processo de contração, expansão, carga e descarga. Cada parte do corpo revela o todo, contendo nele a inscrição da nossa história.

Observa-se nas pessoas a manifestação energética, através do olhar, voz, andar, expressão. A produção de energia se dá basicamente através da alimentação e respiração. A natureza, o sol, o afeto também contribuem no nosso quantum energético. O repouso é um dos restauradores de nossa energia. O aumento da carga energética se dá pelos sentimentos, tornando o corpo mais cheio de vida.

Não é apenas ver; é mais um sentir com o coração. É um sutil captar de energia e interações não explicáveis com facilidade. O que o corpo revela encontra-se também dentro de nós como dentro de alguém que estejamos tentando conhecer. Tudo sobre uma pessoa origina-se no âmago do seu ser.

Os olhos revelam a qualidade de nossa energia. Soa o espelho da alma e do corpo. A pele, através da temperatura, maciez, também indica essa qualidade. No medo a pele fica pálida. Verifica-se esses traços no individuo que tem uma predominância caracterial esquizóide.

O corpo conta coisas sobre a história emocional e os mais profundos sentimentos, o caráter e a personalidade. Essas atitudes e padrões musculares fixos refletem-se, intensificam-se e sustentam-se mutuamente. É como se o corpo visualizasse o que a mente acredita e o coração sente e, então, adapta-se de forma harmoniosa.

Deve-se estar atento para não deixar que minem nossa energia. Os sugadores são: pessoas, trabalho e atividades em excesso. A Medicina Chinesa refere-se que temos três aquecedores em nosso corpo (Freire, p. 35) que são como usinas que transformam matéria-prima em energia que movimenta e aquece o corpo.

O primeiro aquecedor localiza-se no tórax na parte superior, onde estão os pulmões e o coração. Na Análise Bioenergética, esse aquecedor superior esta inserido no 4° nível (segmento torácico), nele está contido o coração e a maior parte do aparelho respiratório: Traquéia, brônquios e pulmões. O segundo e médio aquecedor localiza-se no centro do tronco acima do umbigo, ligado ao sistema digestivo.

A energia que dá origem a vida e ao corpo recebe um constante suprimento dos outros aquecedores.

Corresponde na Análise Bioenergética ao 5° e 6° níveis, que compreendem o diafragma, abdômen incluindo os músculos lombares e as laterais do tronco. O terceiro e inferior aquecedor, localiza-se no baixo ventre e processa a energia primordial ou pré-natal, herdado por esse ser no momento da concepção. Correspondente na Análise Bioenergética ao 7° nível, ou segmento pélvico, compreendendo os órgãos sexuais e todos os músculos da bacia e os membros inferiores.

A energia produzida nesse segmento está ligada à reprodução, é responsável pela formação do corpo, pelas mutações do círculo da vida e perpetua a própria existência. Está ligada aos órgãos genitais e rins. Estes aquecedores funcionam interligados. A energia que dá origem a vida e ao corpo recebe um constante suprimento dos outros aquecedores.

O organismo funciona como um sistema pulsante que propaga as ondas, através dos pensamentos, sentimentos, ações, que afetam o ambiente e os outros organismos. Quando estão centrados, enraizados e conectados percebe-se melhor os sinais do corpo e do ambiente.

Uma mãe conectada com o filho sente o que está se passando com ele. A saúde e motivação de vida dependem da ligação e da vinculação afetiva entre ambos.

O amor é muito importante para a energia vital e motivação de vida. Sabe-se que as crianças de orfanato por mais bem cuidadas que sejam, demonstram uma subnutrição afetiva que se revela numa diminuição do tamanho, peso e na pouca alegria comparada às crianças que tem um vínculo materno de boa qualidade.

No útero o feto e a mãe estão umbilicalmente ligados. Após o nascimento, o bebê busca esta ligação através do peito, pelos braços da mãe. Isto é vital para o bebê. O bom contato estimula a respiração, digestão e os sentimentos, portanto a alegria de viver.

Portanto a este principio pressupõe um plano de desenvolvimento, de construção do ser vivo. Há um intercâmbio recíproco entre o embrião e a mãe, onde essa nova vida constrói junto a mãe um meio apropriado para crescer e usufruir de uma certa autonomia. Vale ressaltar que,a contribuição nutritiva da mãe chega à placenta e o intercâmbio ocorre sem que o sangue materno se mescle com o do novo ser. Essa autonomia se estabelece a partir do desenvolvimento do coração que começa a funcionar no primeiro mês impulsionando pela rede circulatória embrionária e permitindo que seja oxigenado na placenta. Ao mesmo tempo que funciona o coração e continua a modificar sua estrutura e a crescer.

No decorrer da 8ª ou 9ª semana ocorre a formação básica dos órgãos, exceto os sexuais, nesse período surge as primeiras células ósseas, o embrião passa a ser um feto. Confirmada a gravidez desejada ou esperada, surgem na mãe sentimentos ambivalentes (aceitação e rejeição da criança), preocupações com a saúde do bebê, medo dessa nova experiência do parto, e ansiedade pela responsabilidade do desenvolvimento e existência desse novo ser. Com o avançar da gravidez, a presença corporal e psicológica do filho envolve toda a vida interior da mulher. Por ser dois corpos em um, e duas vidas em uma.

Algumas mulheres que não amam a si mesmo e desvalorizam-se, ou as que se amam de forma desmedida, experienciam grandes dificuldades para enfrentar essa profunda e duradoura intimidade que se inicia entre dois (02) seres. Essas condições representam uma construção psíquica, única e independente, portanto necessário se faz uma coerência no pensar, sentir e no agir, denominado por Dr. Stern (apud GRIFA e MORENO, 2001 p. 110), de constelação maternal. A constelação maternal surge diante da criança, mãe e filhos se entrelaçam numa relação dual.

A fecundação até os (três anos) de vida corresponde à era da mãe, da mãe e filho que se caracteriza por fortes laços afetivos e uma certa distancia e isolamento do meio social e familiar. Rompendo ou perdendo o contato com a realidade externa.

Segundo Margaret Mahler (1977, p. 112), o nascimento psicológico da criança, ocorre por volta do 8º mês, na qual o bebê reconhece a mãe como um todo independente dele. E finalmente esse processo de separação chega ao fim com a inclusão do pai no período edípico. Nesse momento a diádica transforma-se triangular.

Todos os sentimentos da mãe durante e após a gravidez, suas reações às necessidades físicas ou emocionais da criança

são determinantes nos padrões físicos. Uma mãe que responde a essas necessidades com amor e compreensão ajuda a criança a sentir segurança, satisfação e prazer.

Um padrão baseado na desesperança destrói a ambição. Baseado no temor mina a confiança e elimina as oportunidades para um contato intimo e afetivo. Cada padrão muscular está associado a um determinado sentimento subjacente.

Sabe-se que a perda e a carência afetiva podem gerar a depressão. O afeto estar estritamente ligado à mãe. Uma criança pode ser tratada de várias maneiras pelos pais. Se a atitude geral em relação a ela resulta em sensações dolorosas, tal como a de abandono então desenvolve uma reação e um comportamento característico. Qualquer que seja o sentimento expresso fisicamente e se torna uma maneira de conduzir-se, um padrão muscular fixo e uma atitude definida em relação à vida, que provavelmente persistiriam se nada for feito para mudá-los.

O indivíduo de caráter esquizóide predominante não é esquizofrênico; porém estas tendências em geral estão bem sedmentadas em sua personalidade. O indivíduo cujo senso de si mesmo está diminuindo, cujo ego é fraco e seu contato com seu corpo e sentimentos está reduzido em grande parte, enquadra-se no perfil caracterial esquizóide.

Todos os estudos de casos clínicos com dados históricos referente à origem do tipo de estrutura de esquizóide, enfocam uma evidência inequívoca de ter ocorrido uma rejeição logo no inicio da vida da pessoa, por parte da mãe, que foi sentida como ameaça à sua vida. A rejeição acompanha-se de uma hostilidade encoberta por parte da mãe.

A hereditariedade não é uma determinante na estrutura corporal, visto que a estrutura do corpo não é fixa, e sim mutável. No decorrer do desenvolvimento, as inúmeras influências externas que atuam e modificam suas características, sua expressão e sua motilidade.

Durante os anos de formação às experiências vividas pela criança, quando totalmente dependente dos pais, condicionaram suas respostas na vida adulta. Com o tempo essas respostas condicionadas se tornaram automáticas, inconscientes e evoluem para atitudes caracterológicas do comportamento. O caráter, no sentido de um padrão fixo de comportamento, é, portanto, determinado pela quantidade e qualidade dos controles impostos a atividades musculares.

Os músculos que se acham sujeitos a estes controles inconscientes são *cronicamente tensos, contraídos e desligados da percepção*. Lowen, (1977, p. 130), empregou o termo couraça para descrever a função e o efeito desses músculos espásticos sobre a personalidade, a couraça muscular é uma defesa contra o meio ambiente externo, mas ao mesmo tempo uma forma de manter reprimidos os impulsos perigosos.

A biologia nos diz que o formato dos ossos é influenciado pela tração dos músculos a eles ligados. A formação óssea continua no corpo vivo, mais ativo durante os primeiros anos de vida, portanto nunca inteiramente estagnada, porém constantemente modificada, como um reflexo das tensões musculares às quais está sujeita.

Como a hereditariedade não é responsável pelas tensões musculares, também não é responsável pelos distúrbios advindos dos músculos cronicamente tensos. A origem e as causas da respiração diminuída, da mobilidade reduzida e da rigidez corporal encontradas na personalidade esquizóide devem ser buscadas nas condições de existência dos primeiros anos de vida, visto que o efeito das influências pré-natais não pode ser descartado se deseja-se compreender a etiologia da estrutura esquizóide.

O tipo corporal esquizóide é descrito como de constituição esguia e pouco desenvolvimento muscular, astêmico, esta fraqueza é a incapacidade de mobilizar sua energia e sentimentos, dirigindo-os para a satisfação das suas necessidades. A falta de agressão na estrutura esquizóide é causada pelo "congelamento" do sentimento e da motilidade. O que se acha congelada é a motilidade natural do organismo. Estas tendências devem ser entendidas como um esforço desesperado para libertar a tensão e coerção internas impostas por um prévio *congelamento*, que teve lugar quando o organismo estava ainda no útero.

A personalidade esquizóide tem a sua origem no útero frio. Um útero frio é aquele o qual foi removido o sentimento como resultado da dissociação geral que a pessoa tem da parte inferior do corpo. A remoção do sentimento dessa metade inferior é o correspondente somático de uma atitude sexual negativa. A mulher que tem medo de sexo e é hostil aos homens amortece sua pélvis de modo a reduzir sua ansiedade relacionada ao seu sentimento sexual. Este é o mecanismo da repressão sexual, e o resultado é um estado de tensão na pélvis e no abdome que afeta adversamente o útero. Mulheres que sofrem dessa perturbação freqüentemente reportam-se uma sensação de vazio na barriga, que desaparece quando elas ficam grávidas.

O feto serve para preencher o vazio, mais pouco recebe em troca. Ele é obrigado a se desenvolver em solo relativamente árido, raramente iluminado pelo brilho da excitação. O efeito dessa condição sobre o feto consiste numa remoção de energia da superfície do seu próprio corpo. Um embrião que se encontra dentro de um útero frio, tem a energia leve no seu organismo, enquanto a pele e a estruturas periféricas se contraem. Portanto, a musculatura próxima à superfície que é uma das últimas partes a se desenvolverem é particularmente vulnerável a está situação.

Este é o mecanismo da repressão sexual, e o resultado é um estado de tensão na pélvis e no abdo-me que afeta adversamente o útero.

O indivíduo esquizóide expressa com muita freqüência a forte convicção de que a sua condição tem origem em experiência intra-uterina. Estas referências não devem ser ignoradas por se tratar de sentimentos interiores do paciente, os quais ele próprio está lutando para aceitar. Segundo Lowen (1979, p. 194), quando existe algo pré-natal desse porte, ela deve ter alguma conseqüência sobre o "feto" visto que o suprimento de sangue provavelmente foi interrompido. *Quando*

se quer abortar um filho este é abortado emocionalmente, mesmo que não se consiga fazê-lo fisicamente (Lowen, 1979, p. 194).

Na origem do caráter esquizóide, portanto evidencia-se uma inequívoca ocorrência que foi a rejeição por parte da mãe ainda na concepção, experienciado pelo bebê através do útero rijo e frio mediante dificuldades dessa mãe em viver a função materna, ato sentido pelo bebê como ameaça a sua vida.

Conseqüentemente nos primeiros meses de vida, o recém-nascido, de uma mãe com as características citadas, é freqüentemente lançado num meio mais hostil do que o experienciado no útero, porque ao nascer necessitará ser nutrido, cuidado, protegido, aquecido e uma mãe com limitações que sejam de ordem psicológicas, biológicas, emocionais, e/ou sociais, certamente, se nada for feito para alterar este quadro, o bebê continuará a contactar com sentimentos de indiferença, rejeição, hostilidade, frieza, apatia e a falta de sentimentos ternos, por parte da mãe. Convém ressaltar que esta situação pode ser amenizada, diante da intervenção de outras pessoas nos cuidados com o bebê, porém as marcas, lacunas inerentes à rejeição permanecem no corpo repercutindo na mente, atuando na vida do indivíduo, como um padrão fixo de comportamento.

A história psicodinâmica de pessoas concebidas por mulheres em conflito com a função materna, revela a falta de sentimentos positivos repletos de segurança e de alegria na vida. Na infância são freqüentes os temores noturnos, a conduta não emocional, retraimento e as crises de raiva. Tudo isto desenvolverá na pessoa o medo de que toda busca, toda tentativa deauto-afirmação conduza ao aniquilamento.

Parte-se do pressuposto que cada pessoa nasce com algo absolutamente novo e diferente, e é justamente o fato de ser único, que os tornam tão especiais, com suas experiências e emoções, com sua história de vida tão peculiar. Portanto *especialmente* diferente, se é, apaixonada pelo ser humano e suas vicissitudes no ciclo evolutivo, no decorrer das fases da infância, adolescência, adulta e idosa que são fortemente marcados pela cultura e história. É um amplo e contínuo processo na busca incessante por melhor qualificar a posição na vida enquanto pessoa e profissional.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

FLAHERTY, CHANNON e DAVIS, Joseph; ROBERT e John. **Psiquiatria: Diagnóstico e Tratamento**, Porto Alegra: Médicas, 1990.

GRIFFA e MOREN, Maria Cristina, José Eduardo. **Chaves para a Psicologia do Desenvolvimento**. Tomo I, São Paulo: Paulinas, 2001.

HALL, CALVIN, SPRINGER, GARDNER, LINDZEY. **Teorias da Personalidade**. 18ª ed., São Paulo – EPU, 1984.

KELEMAN, Stanley. **Anatomia Emocional**, 3ª ed., São Paulo, Summus, 1992.

KURTZ, PRESTERA, ROM, HECTOR. **O Corpo Revela**. São Paulo: Summus, 1989.

LOWEN, Alexander. **O Corpo Traído**, 2ª ed., São Paulo: Summus, 1979.

_____. **O Corpo em Terapia**. 2ª ed., São Paulo: Summus, 1977.

_____. **Bioenergética**. 8ª ed., São Paulo: Summus, 1975.

_____. **A Espiritualidade do Corpo**. 10ª ed., São Paulo: Cultrix, 1995.

_____. **O Corpo em Depressão**. 5ª ed., São Paulo: Summus, 1983.

_____. **Exercício de Bioenergética**. São Paulo: Ágara, 1985.

MIRANDA C.F., e MIRANDA M.L. **Construindo a Relação de Ajuda**. 11ª ed., Belo Horizonte: Crescer, 1999.

REICH, Wilhelm. **Análise do Caráter**. 3ª ed., São Paulo: Fontes, 1998.

ROBBINS, Ronald. **O Tal da Transformação**. 1ª ed., São Paulo: Psy, 1996.

WINNICOTT, W.D. **Natureza Humana**. 1ª ed., Rio de Janeiro: Imago, 1990.

WINNICOTT, W.D. **Os Bebês e Suas Mães**. 2ª ed., São Paulo: Martins Fontes, 1999.

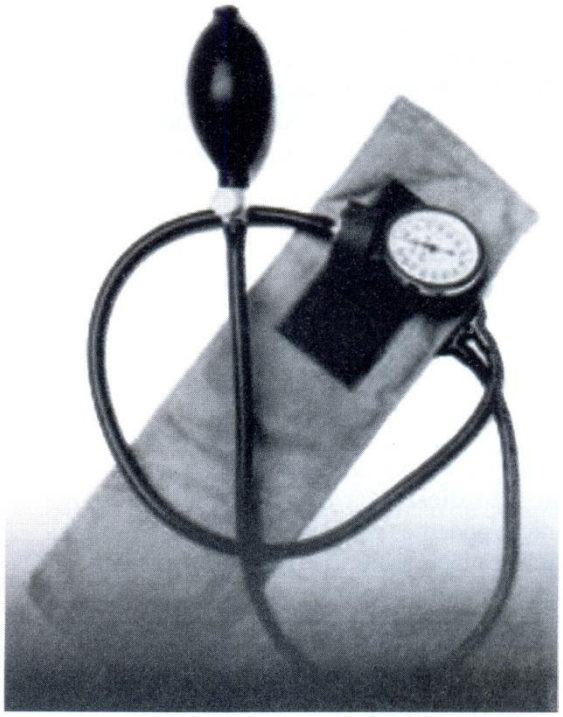
_____. **Tudo Começa em Casa**. 3ª ed., São Paulo: Martins Fontes, 1999.

www.bapera.com.br/revista/psicoterapia/teoria-sexualidade. html: 31/01/2004.

Artigo

▶Ciro Alberto Pereira de Siqueira;
▶Romero Augusto Guimarães.

O Perfil do paciente portador de Hipertensão Arterial



RESUMO: A hipertensão arterial é um problema de saúde pública de enormes proporções. Constitui-se numa das principais causas de óbitos na população adulta, principalmente acima de 50 anos de idade. Tem uma prevalência na população adulta acima de dezoito anos de idade que varia de 15 a 20%. Os fatores de risco mais freqüentes encontrados na população são tabagismo, consumo de bebida alcóolica, consumo de sal em excesso, consumo de gordura, consumo de açúcar, vida sedentária e obesidade. O tratamento mais utilizado é a monoterapia, com uso diário do medicamento. O conhecimento dos fatores de risco da doença é de suma importância tanto para a equipe de saúde como para a população em geral como forma de prevenir, tratar ou amenizar as complicações decorrentes dessa patologia.

A hipertensão arterial vem sendo considerada um dos grandes problemas de saúde pública da atualidade, razão pela qual requer cada vez mais estudos sistematizados que visem a minimizar os altos índices de morbi-mortalidade decorrentes de complicações cárdio e cerebrovasculares, sendo considerada o principal fator de risco para o acidente vascular cerebral.

Estudos demonstram que a hipertensão arterial sistêmica acomete de 15 a 20% da população adulta, chegando a 50% nos idosos, além de ser responsável por 40% dos casos de aposentadoria e falta ao trabalho. É importante salientar que a hipertensão arterial vem gerando fortes repercussões no processo saúde versus doença e interferindo na qualidade de vida do indivíduo, apontando aos profissionais de saúde a importância do estabelecimento de estratégias para garantir melhores condições de vida através da prevenção por meios de adoção de hábitos de vida saudáveis, na detecção precoce da doença, no controle adequado e no afastamento dos fatores de risco com a finalidade de corrigir e evitar as complicações.

A hipertensão arterial sistêmica é hoje um problema de saúde pública no mundo inteiro devido ao aumento dos fatores de risco e das conseqüências desastrosas para a população e o elevado ônus financeiro para o Estado. Além do mais, grande parte das comunidades, principalmente a de baixo nível cultural, carece de melhores informações sobre hábitos alimentares, práticas de atividades físicas e complicações decorrentes da hipertensão arterial.

Em 1998, foram registrados 930 mil óbitos no Brasil. Desse total, as doenças cardiovasculares foram responsáveis por 27%. Daí, a grande importância e a responsabilidade de se conhecer com mais profundidade o perfil da população alvo desta patologia.

Segundo Smeltzer (1999), a hipertensão arterial sistêmica é aquela na qual nos adultos a pressão sistólica é maior que 140mmHg e a pressão diastólica é maior que 90mmHg. Mediante esta definição podemos conceituar hipertensão arterial como forma de estipular níveis arbitrários e limítrofes atribuídos a uma pressão arterial exercida pelo sangue sobre as paredes das artérias durante o momento de contração e relaxamento do coração.

Após suspeita de hipertensão arterial, deve-se medir pelo menos duas vezes em dois exames distintos após a avaliação inicial (Isselbacher, 1995). Já Pierin e Decimo (2001) relatam que para ser fidedigno o achado da pressão arterial, o paciente deve evitar atividades físicas , consumo de álcool, fumo, café e alimentação com intervalo mínimo de trinta minutos e ter esvaziado a bexiga só dez minutos antes da aferição, bem como permanecer sem conversar e sem apresentar estado de tensão e ansiedade.

Hipertensão Arterial Sistêmica Primária ou essencial corresponde a 90% dos casos. Não há uma causa específica identificável. Caracteriza-se por uma lenta progressão na elevação da pressão arterial ao longo de um período de anos. Segundo Cotran (1996), dentre as principais causas e possíveis fatores desse tipo de hipertensão temos: defeito genético na excreção renal de sódio; defeito genético no transporte de sódio e cálcio no músculo liso vascular; hereditariedade; meio ambiente (mudanças de hábitos de vida e de condições inerentes); Fatores hemodinâmicos; variação nos genes que codificam o angiotensinogênio e outras proteínas do sistema renina-angiotensina; sistema nervoso (hiperatividade); substâncias hormonais vasoativas; condições clínicas associadas (tabagismo, obesidade, diabetes melito, alcoolismo entre outros).

A Hipertensão Arterial Sistêmica Secundária - corresponde a 10% dos casos. Decorre de outras doenças orgânicas definidas. Segundo Valentin (1979), esse tipo de hipertensão arterial é remitente desde que se afaste a causa.

Qualquer número é arbitrário, qualquer classificação é insuficiente. Entretanto, devem-se considerar no diagnóstico da hipertensão arterial, além dos níveis pressórios, os fatores de risco, a lesão de órgãos-alvo e as comorbidades associadas. Devemos ter bastante cautela antes de taxar qualquer indivíduo como sendo hipertenso. Devemos respeitar todos os parâmetros para o diagnóstico correto de hipertensão arterial levando em consideração toda história clínica do paciente, ficando atento a todos detalhes do exame físico e quando possível lançar mão de exames complementares. Um fato importante é sempre ficar atento aos dados epidemiológicos da hipertensão, porém, respeitando a individualidade de cada paciente no momento do exame clínico e na hora de fechar o diagnóstico definitivo.

O mecanismo de controle da constricção e relaxamento dos vasos sanguíneos está no centro vasomotor, situado na medula cerebral, que desencadeia impulsos motores por onde descem através do sistema nervoso simpático até os gânglios simpáticos do tórax e abdome, onde há a liberação ganglionar de acetilcolina que estimula as fibras pós-ganglionares nos vasos sanguíneos que liberam noraadrenalina resultando na constricção dos vasos. Simultaneamente em resposta aos estimulos emocionais, estimula-se a glândula adrenal provocando atividade constrictiva adicional, a medula secreta epinefrina provocando vasoconstricção. O córtex adrenal secreta cortisol que aumenta a resposta vasoconstrictora onde resulta uma redução do fluxo sanguíneo aos rins causando liberação de renina que leva a formação de angiotensina I que se converte em angiotensina II, poderoso vasoconstrictor, que, por sua vez estimula a secreção de aldosterona que promove a retenção de sódio e água pelos túbulos renais provocando um

▶**PALAVRAS CHAVES:** Hipertensão artéria. Perfil epidemiológico. Saúde da Família.

aumento do volume intravascular que mantém o estado hipertensivo. (Smseltzer, 1999).

As doenças do coração e dos vasos constituem no Brasil a primeira causa de morte (27,4%), segundo dados do Ministério da Saúde (1998), e desde a década de 1960 têm sido mais comuns que as doenças infecciosas e parasitárias. O acidente vascular encefálico e o infarto do miocárdio são as doenças mais prevalentes. São responsáveis por 65% do total de óbitos na faixa etária de 30 a 69 anos, afetando a população adulta em plena fase produtiva, causando grandes prejuízos para a sociedade como um todo. De acordo com o Ministério da Saúde (1998), na faixa etária de 30 a 60 anos, as doenças cardiovasculares foram responsáveis por 14% da totalidade de internações, sendo 17,2% por acidente vascular encefálico ou infarto agudo do miocárdio. Conforme estudos americanos a prevalência da hipertensão arterial aumenta progressivamente com a idade em ambos os sexos. A prevalência entre os negros é sempre maior em qualquer idade. Até os quarenta anos a prevalência é próxima a 10% (20% para a raça negra), até os 50 anos chega a 20% (40% para a raça negra), após os 60 anos ultrapassa os 40%, atingindo 60% após 70 anos (KAPLAN, 2001). A prevalência da hipertensão arterial aumenta em todos os grupos com a idade (brancos, negros, mulheres, homens). A hipertensão arterial é mais comum nos homens que nas mulheres até os 50 anos; após essa idade a hipertensão arterial é mais comum nas mulheres.

No Brasil, estudos demonstram uma elevada prevalência de hipertensão arterial na população adulta. Em média a prevalência se situa entre 15 a 20% da população geral adulta, variando conforme o estudo e a localidade pesquisada de 9 a 30% de prevalência. Os segmentos sociais mais pobres são os que possuem maior prevalência de hipertensão e também de complicações como acidentes vasculares. Acredita-se que existam cerca de 30 milhões de hipertensos e que 50% destes, desconhecem ser hipertensos (LATULFO; LOLIO, 1996).

No Brasil, estudos demonstram uma elevada prevalência de hipertensão arterial na população adulta.

Em 1998, foram registrados 930 mil óbitos no Brasil. Desse total, as doenças cardiovasculares foram responsáveis por 27%. (IV DIRETRIZES BRASILEIRAS DE HIPERTENSÃO ARTERIAL, 2002).

Segundo Cordeiro (1993), tem sido descrito uma elevada prevalência de hipertensão arterial em motoristas de ônibus em grandes metrópoles. Em análise de 839 trabalhadores, demonstrou associação positiva entre a pressão arterial diastólica e o tempo acumulado de trabalho, separando o efeito da idade nos motoristas.

Uma parte dos hipertensos é assintomática. Outros podem apresentar alterações da retina, tais como, exsudatos, hemorragias, estreitamento das arteríolas; nictúria e azotemia; comprometimento vascular cerebral com crise isquêmica causando hemiplegia temporária, perda da consciência ou alterações da visão; sintomas cerebrais, tais como, cefaléia, tontura, fraqueza; dispnéia aos esforços, dores torácicas; sangramento nasal; claudicação intermitente por comprometimento vascular dos membros inferiores.

São considerados fatores de risco maiores: tabagismo, dislipidemias, diabetes melito, pessoas com idade acima de sessenta anos, história familiar de doença cardiovascular em mulheres com menos de sessenta e cinco anos e em homens com menos de cinqüenta e cinco anos.

Segundo Lúcio Vilar (1999), a hipertensão arterial, que afeta 20% da população de maiores de 18 anos de idade, mostra-se 1,5 a 4 vezes mais freqüente em diabéticos. A prevalência da hipertensão arterial sistêmica em diabéticos varia consideravelmente de acordo com a população estudada, o tipo de diabetes e a presença ou não de nefropatia diabética. No diabetes tipo I, a hipertensão arterial sistêmica normalmente só é observada quando surge micro ou macroalbuminúria. Entre os diabéticos tipo II, 30 a 50% já são hipertensos na ocasião do diagnóstico. A presença da hipertensão arterial sistêmica resulta em graves conseqüências para os pacientes com diabetes, duplicando sua mortalidade, e incrementando significativamente a ocorrência de complicações micro e macro vasculares. A mortalidade nos diabéticos com hipertensão arterial é quatro vezes mais freqüente do que na população não diabética.

A avaliação da lesão em órgão alvo em um paciente com hipertensão arterial é muito importante. No coração, devemos pesquisar a presença de dor torácica, dispnéia, palpitação e síncope, através da palpação e ausculta e também com a realização de uma radiografia do tórax e de um eletrocardiograma. Avaliar o sistema nervoso central através do exame neurológico pesquisando déficit focal e ou cognitivo, perda de peso, dor de cabeça, náusea e vômitos. Avaliar a retina realizando a fundoscopia. Avaliar o rim pesquisando uremia, hamatúria e oligúria através de um eritrograma, escórias, urina rotina. Deve-se também, avaliar os grandes vasos procurando identificar a presença de claudicação intermitente e a presença de aneurisma de aorta abdominal.

Como a hipertensão arterial é uma doença que engloba vários fatores, seu tratamento exige uma abordagem multiprofissional. O trabalho da equipe multiprofissional poderá dar aos pacientes e à comunidade motivação suficiente para vencer todos desafios de adotar atitudes que tornem as ações anti-hipertensivas efetivas e permanentes. Objetivos múltiplos exigem diferentes abordagens, e a formação de uma equipe multiprofissional irá proporcionar essa ação diferenciada.

Segundo Ferreira (1993), a hipertensão arterial primária ou essencial não tem cura mas pode ser tratada para prevenir complicações. Antes da prescrição de qualquer medicamento, medidas alternativas são utilizadas.

O excesso de peso é um fator predisponente para a hipertensão arterial. Todos os hipertensos com excesso de peso devem ser incluídos em programa de redução de peso. O objetivo é alcançar índice de massa corpórea inferior a 25 Kg por metro quadrado e circunferência da cintura inferior a 102 centímetros para homens e 88 centímetros para mulheres. A redução da ingestão calórica leva à perda de peso e à diminuição

da pressão arterial, mecanismo explicado pela queda da insulemia, redução da sensibilidade ao sódio e diminuição da atividade do sistema nervoso simpático.

O padrão alimentar do paciente hipertenso basicamente deve: controlar o peso corporal em níveis adequados; reduzir a quantidade de sal na elaboração de alimentos e retirar o saleiro da mesa; diminuir o consumo de alimentos industrializados com sal, tais como, conservas, enlatados, defumados, etc. inibir ou abolir o uso de bebidas alcoólicas; dar preferência a temperos naturais; substituir doces por frutas; alimentação diária incluindo frutas e verduras; optar por alimentos com pouca gordura; manter uma boa ingestão de cálcio. Há inúmeras evidências epidemiológicas, que povos que consomem dieta com reduzido conteúdo de sal têm menor prevalência de hipertensão arterial e a pressão arterial não se eleva com a idade.

Abandono do tabagismo. O risco associado ao tabagismo é proporcional ao número de cigarros fumados. Portanto, os hipertensos que fumam devem ser repetidamente estimulados a abandonar esse hábito por meio de aconselhamento e medidas de terapêuticas de suporte específicas. De acordo com Ministério da Saúde (2002), o hábito de fumar é o principal fator de risco para as doenças do coração e dos vasos sanguíneos, bem como para câncer de pulmão e lesões pulmonares irreversíveis. Tal hábito deve ser abolido, mas não é tarefa fácil, pois como outras drogas, a nicotina provoca dependência.

Recomenda-se reduzir a ingestão de bebida alcoólica. A relação entre o alto consumo de bebida alcoólica e a elevação da pressão arterial tem sido relatada em vários estudos observacionais.

A vida sedentária é a principal causa do aumento da incidência de várias doenças. Hipertensão arterial, diabetes melito, obesidade, ansiedade, dislipidemias, infarto agudo do miocárdio são alguns exemplos das doenças que o indivíduo sedentário se expõe. Portanto a prática de atividades físicas promove redução no risco de morte por doenças cardiovasculares. Segundo trabalhos realizados recentemente, praticar atividades físicas por um período mínimo de trinta minutos diariamente é a dose para prevenir doenças e melhorar a qualidade de vida. A atividade física melhora também o nível de saúde mental, melhora o funcionamento corporal e preserva a independência do idoso.

De acordo com as IV DIRETRIZES BRASILEIRAS DE HIPERTENSÃO ARTERIAL (2002), os pacientes hipertensos devem iniciar programas de exercícios físicos regulares, desde que tenham sido submetidos à avaliação clínica prévia. Além de reduzir a pressão arterial, a atividade física pode reduzir o risco de doença arterial coronária, acidentes vasculares cerebrais e mortalidade geral.

A suplementação de potássio promove redução modesta da pressão arterial. Sua ingestão pode ser aumentada pela escolha de alimentos ricos em potássio, como feijão, ervilha, banana, melão, cenoura, beterraba, frutas secas, tomate, batata inglesa e laranja.

É muito importante que todos as modificações dos hábitos alimentares, abandono da bebida alcoólica, abandono do tabagismo, a prática de atividade física, sejam mantidas regularmente para um eficiente controle da pressão arterial.

O objetivo primordial para o tratamento da hipertensão arterial, segundo a Sociedade Brasileira de Cardiologia, é a redução da morbidade e da mortalidade cardiovasculares do paciente hipertenso, aumentadas em decorrência dos altos níveis tensionais e de outros fatores agravantes. Os medicamentos anti-hipertensivos a serem utilizados devem promover a redução não só dos níveis tensionais como também a redução de eventos cardiovasculares fatais e não fatais. Os agentes anti-hipertensivos a serem utilizados devem promover a redução não só dos níveis tensionais como também a redução de eventos cardiovasculares fatais e não fatais. O tratamento medicamentoso visa a reduzir os níveis pressóricos para valores inferiores a pelo menos 140mmHg de pressão sistólica e a 90 mmHg de pressão diastólica, respeitando as peculiaridades individuais, a presença de comorbidade e a qualidade de vida dos pacientes.

Depois de decidido o tratamento medicamentoso, devem ser observados alguns critérios para que se possa obter êxito na terapia anti-hipertensivas, pois, sabemos a dificuldade que os pacientes apresentam para realizar uma adequada adesão à terapia medicamentosa por longo tempo. Segundo a Sociedade Brasileira de Cardiologia (2002), o medicamento anti-hipertensivo deve observar os seguintes critérios: Ser eficaz por via oral; ser bem tolerado; permitir a administração em menor número possível de tomadas diárias, com preferência para aqueles com posologia de dose única diária; Iniciar com as menores doses efetivas preconizadas para cada situação clínica, podendo ser aumentada gradativamente.

A relação entre o paciente e membros da equipe de saúde é um aspecto de real relevância no processo de adesão.

A adesão ao tratamento pode ser caracterizada pelo grau de coincidência entre a prescrição médica e o comportamento do paciente. Segundo Pierin (2001), pacientes do sexo masculino, mais jovens e com baixa escolaridade tendem a ser menos aderente ao tratamento.

A relação entre o paciente e membros da equipe de saúde é um aspecto de real relevância no processo de adesão. Também devemos nos preocupar com os esquemas complexos, efeitos indesejáveis, custo do medicamento, disponibilidade dos medicamentos para se ter uma boa adesão ao tratamento anti-hipertensivo. Principalmente o custo do medicamento deve ser levado em consideração na hora da prescrição, pois moramos em um país de população de baixa renda e com isso, tem dificuldade de acesso aos medicamentos. O tratamento medicamentoso deve ser orientado com boa informação na sua prescrição, baixo custo, posologia cômoda.

A prevenção é a forma mais eficaz, barata e gratificante de tratar esse agravo. É de suma importância seu conhecimento. A prevenção primária tem como meta principal remover os fatores de risco deve-se enfatizar o controle do

tabagismo, da obesidade, do sedentarismo, do consumo de sal e de bebidas alcoólicas e o estímulo a uma alimentação saudável.

A prevenção secundária tem por finalidade a detecção e tratamento precoce da hipertensão arterial. Os objetivos principais da prevenção secundária são: alcançar a remissão da hipertensão arterial, quando possível; evitar o aparecimento de complicações e retardar a progressão do quadro clínico. Toda ação deve ser programada a partir da identificação de fatores de risco associados, lesões em órgão-alvo e avaliação de comorbidades.

A prevenção secundária tem por finalidade a detecção e tratamento precoce da hipertensão arterial.

A prevenção terciária tem por finalidade prevenir ou retardar o desenvolvimento de complicações agudas e crônicas da hipertensão arterial e também evitar mortes precoces. Visa também, reabilitar os indivíduos já acometidos pelas complicações.

No Brasil sempre se tem dado mais importância a medicina curativa em detrimento da prevenção. Hoje, começa a despertar o interesse dos profissionais de saúde e das autoridades no sentido de promoção da saúde com melhor investimento na etapa primária da prevenção. Todas as etapas da prevenção devem ser objetos de conhecimento dos profissionais da área de saúde, quer seja do médico, quer seja da enfermeira, quer seja dos agentes comunitários de saúde, todos formam uma cadeia de informações de suma importância para a população alvo de doenças crônicas e degenerativas como as doenças cardiovasculares.

Dentre as afecções que acometem a população adulta, a hipertensão arterial é das mais importantes e das mais complexas devido seu caráter degenerativo e mutilante, além de possuir uma taxa de morbimortalidade bastante elevada, tornando-se um problema de saúde pública no mundo inteiro. O ônus financeiro para a população e para o Estado é bastante expressivo e requer sempre mais investimentos na sua prevenção, no seu diagnóstico e no tratamento das seqüelas.

Cabe ao médico e aos demais componentes da equipe de saúde o conhecimento e a transmissão das informações aos pacientes atendidos nas unidades de saúde da família. Considerando que uma equipe possua sob sua competência 800 famílias e que uma família tenha em média cinco integrantes, teremos uma população estimada de 4.000 pessoas por equipe. Dados do IBGE, de 1998, apontam que 49% da população brasileira são de adultos. Assim, estima-se que 2.000 habitantes merecerão uma atenção especial para o risco dessa doença.

Estimando-se que 20% dessa população sofram de hipertensão arterial, teremos, aproximadamente, 400 hipertensos na população adstrita . Deste contigente identificado, podemos esperar que cerca de 280 apresentem hipertensão arterial leve; 60, hipertensão arterial moderada; 32, hipertensão arterial grave; e 28, hipertensão sistólica isolada.

Conhecer adequadamente o perfil da população frente à hipertensão arterial, seria uma das melhores armas que a equipe de saúde e os gestores poderiam utilizar no combate a esse mal que leva grande parte da população adulta a ficar exposta a altos índices de morbimortalidades.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CORDEIRO, R. et. al. Ocupação e hipertensão. Revista de Saúde Pública, v.27, n. 5, p. 380-387, 1993.

COTRAN, R. S. et al. Patologia estrutural e funcional de Robbins. 5 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan,1996.1277p.

FERREIRA, C., Povoa, R & Ferreira Fo., C. Hipertensão Arterial e hipertrofia cardíaca-sobrecarga hemodinâmica. In Vassallo,DV, LIMA,

EG. Contratilidade Miocardica-Aspectos Básicos e Clínicos. São Paulo. Fundo Editorial BYC, 1993, pp 41- 54.

ISSELBACHER,K.J. et al. Medicina interna de Harrison. 13. Ed.Mc. Graw Hill. Inc. 1995. 1405p.

KAPLAN, N. M. - System Hypertension: Mechanisms and Diagnosis IN Branwald Libby Disease 6th Ed; Cap 28 p941-947. HIE/Sauders 2001.

LOLIO, L. Epidemilogia da Hipertensão Arterial no Brasil. INSOSESP CARDILOGIA 2 v. Cap 37 p.327-331; Atheneu, 1996.

PERIN, M.G., Jr. Décimo M. Atuação da Equipe de Enfermagem na Hipertensão Arterial. In Manual de Enfermagem. Universidade de São Paulo. Ministério da Saúde - Brasília: Ministério da Saúde, 2001.228p.

SMELTZER,S.C.,BARE,B.G. & Tratado de enfermagem de Brunner Suddarth. 8 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1999.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. Consenso Brasileiro sobre Dislipidemias. Detecção, avaliação e tratamento. Arq. Bras. Cardiol. 1996, 67(2):109-28.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES, Diagnóstico e classificação do diabetes mellitus e tratamento do diabetes mellitus tipo 2, DIAGRAPHIC,2003.

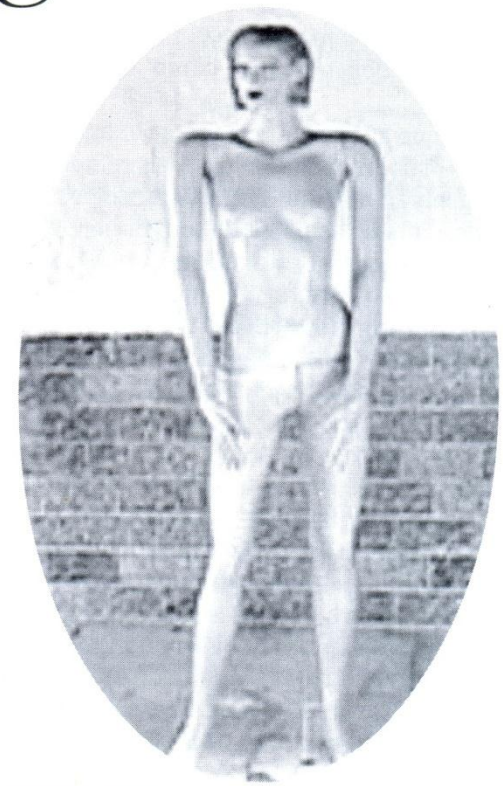
TURÍBIO, L. B. O exercício Saúde e Desempenho Físico. 1 ed. Editora Atheneu, São Paulo, Brasil,1997.

VILAR, L. Endocrinologia Clínica, MEDSI,1999.

Artigo

▶Andrea Dutra Escarião

Adolescência: Construção da auto-imagem e suas implicações na Saúde



RESUMO: A adolescência é considerada como um momento crucial no desenvolvimento do ser humano. É nessa fase que as mudanças corporais se impõem, acompanhadas de emoções, sentimentos e pensamentos até então desconhecidos. Conseqüentemente, é nesta fase que a imagem do próprio corpo parece cada vez mais distante do corpo ideal. A auto-imagem vem sendo cada vez mais discutida entre psicólogos, médicos e sociólogos. Percebe-se que a sociedade vive atualmente sob o ideal da magreza e do corpo perfeito, a aparência física representa ilusoriamente uma importante medida de valor pessoal. Este padrão se impõe especialmente para os adolescentes, tendo em vista a vivência de uma fase onde as mudanças corporais e aceitação do próprio corpo parece algo complicado e difuso. Hoje vivemos a *Era da Beleza Física*. Cada vez mais o ser humano se distancia dos seus verdadeiros sentimentos e necessidades interiores em busca de algo externo e passageiro. Baseada na nossa experiência com adolescentes, direcionamos nosso estudo para esta fase do desenvolvimento humano. Observamos que na busca de se enquadrar nos padrões de beleza impostos pela sociedade e motivados pelos apelos da mídia, a busca pelo corpo ideal tem se tornado uma batalha árdua e perigosa.

Atualmente vivemos a *Era da Beleza Física*. Cada vez mais o homem se distancia dos seus verdadeiros sentimentos e necessidades interiores em busca de algo externo.

Sob esta ótica é baseada na nossa experiência com adolescentes, direcionamos nosso estudo para esta fase do desenvolvimento humano. Observamos que na busca de se enquadrar nos padrões de beleza impostos pela sociedade e motivados pelos apelos da mídia, a busca pelo corpo ideal tem se tornado uma batalha árdua e perigosa.

A adolescência é considerada como um momento crucial no desenvolvimento do ser humano. É nessa fase que as mudanças corporais se impõem, acompanhadas de emoções, sentimentos e pensamentos até então desconhecidos. Conseqüentemente, é nesta fase que a imagem do próprio corpo parece cada vez mais distante do corpo ideal.

Sabemos que a construção da auto-imagem é um processo contínuo e que fatores de ordem emocional, orgânica e social interferem no desenvolvimento, podendo configurar-se em algum distúrbio nesta área.

A adolescência é período do desenvolvimento humano vivido entre a infância e a fase adulta, caracterizada por extremas mudanças orgânicas, cognitivas, sociais e afetivas que interferem largamente nos relacionamentos interpessoais, na maneira de pensar e agir do indivíduo.

Muitos autores marcam esta fase do desenvolvimento humano como o período dos conflitos. Tais conflitos ocorrem devido à gama de fatos novos que o adolescente precisa enfrentar; não é mais criança, ainda não é adulto. As gerações se chocam, os valores sociais entram em discussão e parecem cada vez mais incoerentes.

Segundo D´Andrea, para integrar-se definitivamente no mundo dos adultos, o adolescente precisa enfrentar o problema vocacional, emancipar-se da família, desenvolver relações satisfatórias com o sexo oposto e integrar sua personalidade, cristalizando uma identidade pessoal. (1996. p. 98).

Os estudos de Rosa afirmam que o termo adolescência foi definido no passado apenas considerando-se aspectos biológicos. Não faziam sequer distinção entre os termos adolescência e puberdade. Este conceito, considerado ultrapassado foi posto em questão a partir de novos estudos e pesquisas referentes ao tema. (1982, p. 43)

Podemos definir puberdade como o estágio do crescimento físico durante o qual a criança torna-se apta à reprodução. *O período da puberdade requer um considerável ajustamento psicológico para lidar com a mudança da forma e aparência do corpo, com o novo equilíbrio hormonal e as mudanças emocionais associadas, bem como à mudança na identidade sexual.* (Stratton e Hayes, 1994, p. 191)

Na adolescência os fatores sociológicos, psicológicos e cronológicos passaram a assumir importante papel na busca do seu entendimento. Seguindo esta linha de pensamento, Rosa caracteriza estes três aspectos. No que se refere ao aspecto cronológico a adolescência vai dos doze ou treze anos de idade até aproximadamente os vinte e dois ou vinte e quatro anos, levando em consideração variações em nível individual e cultural. O aspecto sociológico refere-se ao período de transição em que necessita ultrapassar o estado de dependência, característico da infância, para assumir uma condição de autonomia e responsabilidades. Psicologicamente o indivíduo experimenta várias mudanças e transformações durante a adolescência, é a fase da busca da identidade do eu. (1982, p. 44)

O grande responsável por esta cadeia de mudanças é a glândula pituitária, situada na base do cérebro. Mussem nos indica que a ação dos hormônios é responsável pelas mudanças na altura, no peso, acompanhadas por mudanças corporais específicas em meninos e meninas. As partes do corpo crescem em diferentes ritmos, a cabeça, os braços os pés são os primeiros a se desenvolverem, levando o adolescente a sentir-se desajeitado. Este sentimento de estranheza é intensificado pelos comentários feitos pelos colegas e até mesmo por pessoas da família. (1995)

Osório ressalta a tendência existente em reservar o termo puberdade apenas para as modificações biológicas referentes a esta faixa etária e o termo adolescência para a gama de transformações que a acompanham. O fenômeno puberdade-adolescência não pode ser visto de maneira dissociada. (1989, p. 11)

Fase marcada por transformações internas e externas, algumas características são consideradas marcantes e inerentes. Vários autores atestam o desenvolvimento físico como a característica mais visível. É por volta dos onze ou doze anos de idade que os primeiros sinais aparecem, a fisionomia vai ganhando novos traços e o corpo ganha formas definidas.

As partes do corpo crescem em diferentes ritmos, a cabeça, os braços os pés são os primeiros a se desenvolverem, levando

▶ **PALAVRAS CHAVES:** Adolescência. Auto-imagem. Saúde Beleza.

o adolescente a sentir-se desajeitado. Este sentimento de estranheza é intensificado pelos comentários feitos pelos colegas e até mesmo por pessoas da família.

Nos meninos, por volta dos doze anos de idade surge o primeiro sinal externo do desenvolvimento; o aumento no crescimento dos testículos e do escroto, seguido do aparecimento dos pêlos pubianos, da aceleração no crescimento do pênis, assim como o estirão do crescimento na altura. Outros sinais visíveis são o surgimento dos pêlos nas axilas e na face, e a voz atinge um tom mais grave. Nas meninas, o primeiro sinal é o aparecimento dos pêlos pubianos, levando em consideração que o desenvolvimento dos seios pode ocorrer antes. Em seguida surgem os pelos das axilas, e mais tarde o desenvolvimento acelerado do útero e da vagina, resultando na menarca, mas essas características podem variar dependendo de diversos fatores. Atualmente o que podemos observar é que as crianças entram cada vez mais cedo na puberdade e demoram mais a chegar à idade adulta.

Costumes e valores que antes demoravam décadas para mudar agora se transformam rapidamente.

E assim, muito cedo, as crianças vão deixando, ao menos externamente, de ser crianças. Hoje o aparelho de televisão é presença obrigatória na maioria das casas, as palavras e debates sobre sexo, tratado – e nem sempre da melhor forma – nos meios de comunicação, estão na boca de todos. Costumes e valores que antes demoravam décadas para mudar agora se transformam rapidamente. Muitas vezes essas mudanças têm acontecido de forma radical chegando a adotar comportamentos que não eram seus só por causa de determinada pessoa famosa da tv.

Zagury segue com mais alguns aspectos característicos da adolescência. Além do desenvolvimento físico destaca-se o amadurecimento sexual, ocasionado também pelo disparar dos hormônios, o que levará a capacidade de reprodução. Este amadurecimento sexual está relacionado ao desenvolvimento físico. A autora afirma que de maneira geral, as meninas amadurecem mais cedo do que os meninos. As meninas por volta dos dez anos de idade e os meninos um pouco mais tarde, por volta dos treze anos. (1997)

Outro aspecto tratado por Zagury é referente às modificações a nível social. É neste período que o adolescente tende a dar maior importância ao grupo de amigos, acentuando as semelhanças quanto à forma de se vestir, de falar, de agir, e até mesmo as preferências seguem o modelo do grupo. Necessitam de aceitação e valorização, baseados nesta busca sedem a pressão do grupo, contrariam suas próprias vontades, apenas para se sentirem aceitos, para fazerem parte de algo. (1999)

Os adolescentes vivem neste momento um enfraquecimento da relação com os pais e uma grande afinidade nas relações com os companheiros do mesmo sexo e do sexo oposto. As relações com os membros da família se tornam conflitantes e carregadas de emoções nos primeiros anos da adolescência.

O adolescente necessita equilibrar-se emocionalmente para tentar vivenciar esta fase com um pouco mais de tranqüilidade. É extremamente difícil para eles conviverem com tantas modificações físicas, com tantas implicações psicológicas, com tantas contradições. Em um momento sentem-se capazes de tudo, fortes, robustos. Em seguida, sentem-se fracos, desprotegidos, acham-se feios e desengonçados.

Segundo Erickson apud Campos, a adolescência é o período mais conflituoso e crítico do desenvolvimento humano. Fase correspondente ao quinto dos oito estágios do desenvolvimento na teoria de Erickson, denominado formação de identidade versus confusão de papéis. Nesta fase o jovem necessita dominar os problemas da infância e prontidão para enfrentar os desafios do mundo adulto. (1987)

É neste período que o adolescente tende a dar maior importância ao grupo de amigos, acentuando as semelhanças quanto à forma de se vestir, de falar, de agir, e até mesmo as preferências seguem o modelo do grupo. Necessitam de aceitação e valorização, baseados nesta busca sedem a pressão do grupo, contrariam suas próprias vontades, apenas para se sentirem aceitos, para fazerem parte de algo.

O desenvolvimento da identidade perdurará por toda a vida, o que se observa é a necessidade de buscar um senso de identidade na fase da adolescência. O jovem ao se deparar com um turbilhão de mudanças fisiológicas, psicológicas, sexuais e cognitivas, seguidas de exigências intelectuais e sociais, defronta-se continuamente com o questionamento: Quem sou eu ?

Lacerda pressupõe que esta crise de identidade ocorre principalmente pelo desejo do adolescente em buscar entender o para que da vida, quem ele mesmo é e qual o seu potencial perante a sociedade. Seguindo estes questionamentos, tenta sobreviver disfarçando a sua insegurança, os seus medos, assumindo posturas que os outros esperam. *É-lhe muito incômodo perceber que ele não é os outros, mas, ao mesmo tempo, que não sabe exatamente quem ele é.* (1998, p.35)

A auto-imagem apresenta-se como a imagem interna que um indivíduo faz de si mesmo. Uma descrição de si mesmo construída através da sua interação com o meio em que vive e do feedback fornecido pelas pessoas. Envolve desde o conhecimento dos aspectos físicos, como também os papéis sociais desempenhados pelo indivíduo. Alguns funcionam com uma auto-imagem que dá uma exagerada idéia de sua própria atratividade, e isto parece ser necessário para o bem estar psicológico.

O adolescente constrói a imagem do corpo seguindo o produto de suas experiências concretas e também de fantasias. As fantasias do adolescente são concebidas a partir do seu desenvolvimento físico, da influência causada pelo grupo a que pertence, assim como, a crescente conscientização das expectativas da sua cultura. É seguindo a sua própria avaliação

e aquilo que os outros esperam dele, que o adolescente cria o conceito de sua importância pessoa e do seu status aos olhos dos outros. (1982)

Grinder *apud* Rosa, afirma que a imagem que o adolescente tem do seu corpo depende da forma com a qual se relaciona com as outras pessoas. Esta relação com o outro influencia largamente no conceito que tem sobre sua capacidade de realização, na sua auto-estima e na compreensão de suas limitações e frustrações. (1982)

De acordo com Vigotsky *apud* Rego, o desenvolvimento e obtenção de valores estão inter-relacionados desde o nascimento da criança. Desde cedo o indivíduo, através da interação com o meio físico e social, realiza uma série de identificações e aprendizados que afetarão a sua maneira de ser e a sua auto-imagem. Nas palavras do autor: *Como membro de um grupo social-cultural determinado, ela vivencia um conjunto de experiências e opera sobre todo o material cultural (conceitos, valores, idéias, concepções de mundo, etc.) a que tem acesso*. (1995, p. 76)

Rosa confirma esta concepção, afirmando que se o adolescente esta contextualizado num ambiente familiar que dá extremo valor à beleza física, será difícil ao adolescente ajustar-se a esta família, caso sofra qualquer desvio dessa concepção ideal adotada. *Os pais, portanto, podem deixar profundas marcas nos seus filhos quando fazem freqüentes observações sarcásticas a determinadas características físicas dos seus filhos, principalmente na fase adolescente da vida.* (1982, p. 65)

Rosa cita pesquisas realizadas que indicam que a atitude do adolescente para com seu próprio corpo influencia o conceito que ele forma de si mesmo. de certa forma, o desenvolvimento físico e a imagem do corpo parece ser mais importante para a menina do que para o menino. Esta afirmação se baseia no fato de que culturalmente sempre se deu mais ênfase as formas do corpo feminino. A autora prossegue abordando sobre o ritmo do desenvolvimento físico do adolescente e as implicações causadas ao seu auto-conceito e ajustamento social.

Quando um adolescente desenvolve-se fisicamente mais rápido, pode assumir esportes em níveis mais avançados e conseqüentemente conviver com pessoas mais adultas.A tendência é receber desse mundo adulto tarefas que normalmente não seriam atribuídas a alguém de sua idade. Se ele é capaz de desempenhar bem a tarefa que lhe foi atribuída, isto resultará no desenvolvimento de uma atitude positiva quanto a sua capacidade e imagem que faz de si mesmo.

Este auto-conceito segundo Tambara é composto de alguns elementos: as percepções das próprias características e habilidades, as percepções e conceitos em relação ao outros e ao ambiente, as qualidades de valor percebidas nas experiências, as metas e ideais que são percebidos como tendo valor positivo ou negativo. (1999)

Sabemos que a mídia e os meios de comunicação de massa incluem a televisão, o rádio, os jornais e a publicidade em geral. Como agente de socialização, é capaz de manter os indivíduos de uma sociedade em contato com a evolução das tendências sociais, modificando e influenciando nas atitudes e valores. No período da adolescência o indivíduo fica mais vulnerável a assumir como seus, valores que lhe parecem da moda.

Atualmente, um tema que vem sendo bastante explorado pela mídia, é referente ao corpo. Para comprovar o apelo da imagem, basta dar uma rápida olhada numa banca de jornal, ou assistir os programas de televisão: é preciso ser belo ! Este padrão de beleza que nos vem sendo imposto, é muitas vezes cruel; fere os limites do próprio corpo, a saúde e a valorização das diferenças.

Em busca dessa imagem ideal, o indivíduo trava uma verdadeira guerra, e para ter ou preservar esta imagem não importa os limites do corpo. Malhação, aparelhos, dietas milagrosas, cirurgia plásticas, remédios, hormônios, anabolizantes, toxinas, etc. No vale tudo pelo padrão estético ideal o homem parece esquecer cada vez mais o velho ditado: *Mente sã em corpo são*.

As pessoas procuram sintonia perfeita entre corpo e imagem porque seu ideal está fora. Numa pesquisa realizada entre adolescentes, ficou constatado que 80% deles não gostam da própria aparência, e 50% deles estão em dieta porque pensam que são gordos. Existe uma batalha pela beleza devido a mensagem que a publicidade e a mídia divulgam que você pode sim, tornar-se a pessoas que pensa ser, você pode se refabricar e ser gestor do próprio corpo desde que use os produtos certos. A idéia é que, se você não tem o corpo certo, a culpa é sua. Se você não é magro, é porque não se esforça. No imaginário social, a alteração do corpo remete a uma alteração moral que imobiliza tanto a constância do olhar sobre ele mesmo como os julgamentos. Não é à toa que o gordo tema fama de ser uma pessoa descontrolada, sem auto-estima e fracassada. Tacham seu corpo de ineficaz, ocioso. (Viver, 2001, nº 98)

No imaginário social, a alteração do corpo remete a uma alteração moral que imobiliza tanto a constância do olhar sobre ele mesmo como os julgamentos

A televisão reflete este aspecto nas novelas e programas em geral. Os personagens de sucesso profissional e pessoal são geralmente pessoas que seguem os padrões de beleza que nos vem sendo imposto. Contribuindo dessa forma com a reprodução da idéia de que é necessário ser belo para obter êxito na vida.

Esta realidade reflete o crescente aumento do número de freqüentadores de academias de ginástica. O dia-a-dia das academias mostra que as pessoas não estão muito interessadas em preservar a saúde, o que realmente prevalece é a busca irresponsável pela perfeição física a qualquer custo, podendo envolver sessões diárias de exercícios exagerados e utilização de anabolizantes. É por este motivo que o instrutor tornar-se cada vez mais indispensável nas academias, é este profissional

que informa o aluno do exercício mais adequado ao seu nível de condicionamento físico. Infelizmente nem sempre essas informações são levadas em consideração. As pessoas preferem não prestar atenção nas diversas etapas que precisam ser respeitadas em favor de sua própria saúde. (Viver, Ano VII, nº 88)

Esquecem que esse sonho pode se tornar um grave problema psicológico e metabólico.

Quando a malhação e os remédios não resolvem ou não satisfazem totalmente, o próximo passo é a cirurgia plástica, que vive seu auge. Nunca se viu consultórios com tanta gente disposta a modificar o corpo. Os cirurgiões plásticos dividem seus pacientes em três principais grupos: um formado pelos que recorrem à plástica como forma de lutar contra o inevitável processo de envelhecimento; outro grupo reúne aqueles pacientes cujas imperfeições físicas provocam tamanho desgaste psicológico que a minimização ou a eliminação do problema é mais do que bem vinda; o outro grupo possui perfil mais ousado, é formado por aqueles cuja meta é esculpir um corpo perfeito, são pacientes que buscam cirurgias estéticas. (Veja, Ano 34, nº 2)

O sonho de ser tornar um modelo, um exemplo dos padrões de beleza da vida moderna, está fazendo com que muitos jovens recorram a dietas radicais para manter uma imagem perfeita. Esquecem que esse sonho pode se tornar um grave problema psicológico e metabólico.

Azevedo destaca o fato de que os jovens atualmente vivem sob o ideal da magreza e da boa forma física. Experimentam a constante incongruência entre o corpo ideal e a imagem corporal que se tem. (1999)

Brownell apud Azevedo aponta para duas crenças falsas que acompanham a busca do corpo ideal. A primeira delas é a idéia de que o corpo é totalmente maleável e que qualquer objetivo pode ser alcançado, desde que siga as instruções dos manuais de beleza, academia de ginástica ou dietas mágicas. As particularidades do corpo de cada um não são levadas em consideração, nem mesmo, as limitações impostas pela biologia e genética. A segunda crença diz respeito a idéia de que aqueles que atingirem este padrão de forma corporal alcançaram tudo que almejam, desde o sucesso da profissão, nos relacionamentos sociais e amorosos. (1991)

De acordo com esta concepção, percebe-se que a valorização da imagem vem ganhando cada vez mais espaço. Azevedo alerta que esta pressão cultural para emagrecer e enquadrar-se nos padrões impostos é considerada um elemento fundamental da etiologia dos transtornos alimentares, que interage com fatores biológicos, psicológicos e familiares para gerar a preocupação excessiva com o corpo e o pavor de engordar, características da Bulimia e Anorexia Nervosa. (1999)

Segundo Stratton e Hayes, anorexia é uma perturbação que torna a pessoa incapaz de comer e que pode levar à morte por inanição. A anorexia é mais comum entre jovens adolescentes, geralmente iniciada por uma dieta excessiva. (1994)

Paim aborda o tema ressaltando que indivíduos que apresentam quadros de anorexia, começam a restringir os alimentos sem nenhuma razão para tal, queixam-se de dores no estômago e mal-estar após as refeições. Essa falta de alimentos causa progressiva perda de peso. A ausência total de alimentação só ocorre depois de algum tempo. O autor chama a atenção para o fato de que, em nossa época a anorexia se desenvolve em função de uma exigência social, pois costuma aparecer nos casos em que as mulheres fazem regimes para emagrecer e se manterem magérrimas. (1993)

No que diz respeito à bulimia, Ballone afirma que as principais características consistem de compulsões periódicas e métodos compensatórios inadequados para evitar ganho de peso. A auto-avaliação dos indivíduos com bulimia nervosa é excessivamente influenciada pela forma e peso do corpo. Após ingestão de grande ou pequena quantidade de alimento utilizam como método compensatório a indução de vômito, a fim de sentirem-se mais leves e magros. Outros métodos também podem ser utilizados, porém com menos freqüência; uso de laxantes e diuréticos. (2001)

Levando em consideração as pesquisas relacionadas ao tema observa-se que os pacientes com transtornos alimentares costumam ocultar seus comportamentos alimentares e purgativos, assim como as motivações que os levam a apresentá-los, em decorrência de vergonha e medo de serem impedidos de alcançar seus objetivos. Passam por diversos médicos até chegarem ao psiquiatra ou psicólogo. Por se tratar de uma etiologia multifatorial necessita de um tratamento multidisciplinar para se obterem melhores resultados terapêuticos.

Cooper et al (1987) elaborou uma Escala de Auto-Imagem que vem sendo bastante utilizada pelos profissionais da área de saúde. O instrumento, Body Shape Questinonnaire (BSQ), mede as preocupações com a forma do corpo, e a autodepreciação devida à aparência física. Considerada de grande utilidade para pacientes com transtornos alimentares. O autor afirma que de 1 a 5% da população possui algum transtorno, onde a imagem corporal está comprometida.

Corroborando com o nosso estudo sobre adolescência e auto-imagem, podemos destacar uma pesquisa que confirma a estimativa referente as possíveis implicações para a saúde. Para a realização da pesquisa foram utilizados como amostra, alunos da 7ª e 8ª série do ensino fundamental e 1º ano do ensino médio. A pesquisa foi aplicada em 100; sendo 50 em uma escola pública, e 50 em uma escola particular.

Todos jovens entre 12 e 20 anos. A pesquisa teve como instrumento o Body Shape Questinonnaire (BSQ). Os dados encontrados através dos 100 pesquisados confirmaram a estimativa, onde se afirma que de 1 a 5% da população possui algum transtorno, onde a imagem corporal está comprometida, podendo acarretar sérios riscos para a saúde. (Escarião, 2001)

Desde cedo o indivíduo, através da interação com o meio físico e social, realiza uma série de identificações e aprendizados que afetarão a sua maneira de ser e a sua auto-imagem. O adolescente constrói a imagem do corpo seguindo o produto de suas experiências concretas e também de fantasias. As fantasias do adolescente são concebidas a partir do seu desenvolvimento físico, da influência causada pelo grupo a que pertence, assim como, a crescente conscientização das expectativas da sua cultura. É seguindo a sua própria avaliação e aquilo que os outros esperam dele, que o adolescente cria o conceito de sua importância pessoal , porém, a imagem que o adolescente tem do seu corpo depende da forma com a qual se relaciona com as outras pessoas. Esta relação com o outro influencia largamente no conceito que tem sobre sua capacidade de realização, na sua auto-estima e na compreensão de suas limitações e frustrações.

Percebe-se na prática clinica que o adolescente esta contextualizado num ambiente familiar que dá extremo valor à beleza física, sendo difícil ao adolescente ajustar-se a esta família, caso sofra qualquer desvio dessa concepção ideal adotada. Os pais, muitas vezes podem deixar profundas marcas nos seus filhos ao fazerem freqüentes observações sarcásticas a determinadas características físicas dos seus filhos, principalmente na fase adolescente da vida uma vez que a atitude do adolescente para com seu próprio corpo influencia o conceito que ele forma de si mesmo.

Sabemos que a mídia e os meios de comunicação de massa incluem a televisão, o rádio, os jornais e a publicidade em geral. Como agente de socialização, é capaz de manter os indivíduos de uma sociedade em contato com a evolução das tendências sociais, modificando e influenciando nas atitudes e valores. No período da adolescência o indivíduo fica mais vulnerável a assumir como seus, valores que lhe parecem da moda.

Atualmente, um tema que vem sendo bastante explorado pela mídia, é referente ao corpo. Para comprovar o apelo da imagem, basta dar uma rápida olhada numa banca de jornal, ou assistir os programas de televisão: é preciso ser belo ! Este padrão de beleza que nos vem sendo imposto, é muitas vezes cruel; fere os limites do próprio corpo, a saúde e a valorização das diferenças.

Em busca dessa imagem ideal, o indivíduo trava uma verdadeira guerra, e para ter ou preservar esta imagem não importa os limites do corpo. Malhação, aparelhos, dietas milagrosas, cirurgia plásticas, remédios, hormônios, anabolizantes, toxinas, etc. No vale tudo pelo padrão estético ideal o homem parece esquecer cada vez mais o velho ditado: *Mente sã em corpo são*.

As pessoas procuram sintonia perfeita entre corpo e imagem porque seu ideal está fora. Numa pesquisa realizada entre adolescentes, ficou constatado que 80% deles não gostam da própria aparência, e 50% estão em dieta porque pensam que são gordos. Existe uma batalha pela beleza devido a mensagem que a publicidade e a mídia divulgam que você pode sim, tornar-se a pessoa que pensa ser, você pode se refabricar e ser gestor do próprio corpo desde que use os produtos certos. A idéia é que, se você não tem o corpo certo, a culpa é sua. Se você não é magro, é porque não se esforça. No imaginário social, a alteração do corpo remete a uma alteração moral que imobiliza tanto a constância do olhar sobre ele mesmo como os julgamentos. Não é a toa que o gordo tem a fama de ser uma pessoa descontrolada, sem auto-estima e fracassada. Tacham seu corpo de ineficaz, ocioso.

A televisão reflete este aspecto nas novelas e programas em geral. Os personagens de sucesso profissional e pessoal são geralmente pessoas que seguem os padrões de beleza que nos vem sendo imposto. Contribuindo dessa forma com a reprodução da idéia de que é necessário ser belo para obter êxito na vida.

Esta realidade reflete o crescente aumento do número de freqüentadores de academias de ginástica. O dia-a-dia das academias mostra que as pessoas não estão muito interessadas em preservar a saúde, o que realmente prevalece é a busca irresponsável pela perfeição física a qualquer custo, podendo envolver sessões diárias de exercícios exagerados e utilização de anabolizantes. É por este motivo que o instrutor tornar-se cada vez mais indispensável nas academias, é este profissional que informa o aluno do exercício mais adequado ao seu nível de condicionamento físico. Infelizmente nem sempre essas informações são levadas em consideração. As pessoas preferem não prestar atenção nas diversas etapas que precisam ser respeitadas em favor de sua própria saúde. (Viver, Ano VII, nº 88)

No período da adolescência o indivíduo fica mais vulnerável a assumir como seus, valores que lhe parecem da moda.

Quando a malhação e os remédios não resolvem ou não satisfazem totalmente, o próximo passo é a cirurgia plástica, que vive seu auge. Nunca se viu consultórios com tanta gente disposta a modificar o corpo. Os cirurgiões plásticos dividem seus pacientes em três principais grupos: um formado pelos que recorrem à plástica como forma de lutar contra o inevitável processo de envelhecimento; outro grupo reúne aqueles pacientes cujas imperfeições físicas provocam tamanho desgaste psicológico que a minimização ou a eliminação do problema é mais do que bem vinda; o outro grupo possui perfil mais ousado, é formado por aqueles cuja meta é esculpir um corpo perfeito, são pacientes que buscam cirurgias estéticas.

De acordo com esta concepção, percebe-se que a valorização da imagem vem ganhando cada vez mais espaço. Esta pressão cultural para emagrecer e enquadrar-se nos padrões impostos é considerada um elemento fundamental da etiologia dos transtornos alimentares, que interage com fatores biológicos, psicológicos e familiares para gerar a preocupação excessiva com o corpo e o pavor de engordar, características da Bulimia e Anorexia Nervosa.

Anorexia é uma perturbação que torna a pessoa incapaz de comer e que pode levar à morte por inanição. Mais comum entre jovens adolescentes, geralmente iniciada por uma dieta excessiva.

No que diz respeito à bulimia, outra doença muito atual e comum entre jovens as principais características consistem de compulsões periódicas e métodos compensatórios inadequados para evitar ganho de peso. A auto-avaliação dos indivíduos com bulimia nervosa é excessivamente influenciada pela forma e peso do corpo. Após ingestão de grande ou pequena quantidade de alimento utilizam como método compensatório a indução de vômito, a fim de sentirem-se mais leves e magros. Outros métodos também podem ser utilizados, porém com menos freqüência; uso de laxantes e diuréticos. (2001)

Levando em consideração as pesquisas relacionadas ao tema observa-se que os pacientes com transtornos alimentares costumam ocultar seus comportamentos alimentares e purgativos, assim como as motivações que os levam a apresentá-los, em decorrência de vergonha e medo de serem impedidos de alcançar seus objetivos. Passam por diversos médicos até chegarem ao psiquiatra ou psicólogo. Por se tratar de uma etiologia multifatorial necessita de um tratamento multidisciplinar para se obterem melhores resultados terapêuticos.

Corroborando com o nosso estudo sobre adolescência e auto-imagem, podemos destacar uma pesquisa (Escarião, 2001) que confirma tal estimativa. Realizada em duas escolas sendo 50 na Escola Municipal General Rodrigo Otávio, e 50 no Colégio Montessoriano Ebenézer, onde pude perceber que o perfil dos adolescentes construído através dos resultados coletados revela quase nenhuma diferença entre os pesquisados, apesar de apresentarem realidades sociais e econômicas bastante diferenciadas todos preocupam-se com o corpo, e procuram sempre fazer alguma atividade, seja ela em academia ou não para atingir um corpo caracterizado como perfeito *ideal*.

Ao realizar essas reflexões procuramos trazer estudos sobre o tema para clarificar as questões que se apresentaram no decorrer do trabalho de análise. Os estudos de Rosa, Zagury, Rogers, Mussem, entre outros contribuíram para a elaboração deste trabalho refutando ainda mais a validade deste.

Portanto, considerando que a adolescência é uma fase marcada pela vivência de conflitos, busca de identidade e aceitação, acreditamos que a abordagem centrada na pessoa oferece caminhos para o indivíduo conquistar a sua individualidade ao descobrir a essência do seu próprio eu, a medida que se engaja na sua realidade vivendo intensamente as suas experiências e buscando senti-las inteiramente.

Como afirma Rogers: *Tenho ressaltado que cada indivíduo parece estar fazendo uma pergunta dupla: 'Quem sou eu ?' e 'Como posso tornar-me eu mesmo?' Tenho afirmado que no clima psicológico favorável um processo de tornar-se ocorre; que o indivíduo deixa cair as máscaras defensivas com as quais vinha encarando a vida, uma após a outra; que ele vivencia plenamente os aspectos ocultos de si mesmo; que descobre nessas experiências o estranho que vinha vivendo por detrás destas máscaras, o estranho que é ele mesmo*. (1997, p. 139-140)

Por conseguinte, é um alerta para nós, educadores, psicólogos e profissionais da saúde, considerando os resultados encontrados e a realidade do mundo de hoje. É necessário buscarmos cada vez mais desmistificar a falsa idéia que o corpo ideal é a condição essencial para o crescimento e bem-estar interior.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABDALLA, João. **A dor de ser belo**. Revista VIVER, nº 88, 2000

BALLONE, G.C. Transtornos alimentares.

BENJAMIN, Alfred. **A entrevista de ajuda**. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1986.

BRANDEN, Nathaniel. **Auto-estima e os seus seis pilares**. 5. ed. São Paulo: Saraiva, 2000.

CAMPOS, Dinah Martins de Souza. **Psicologia da adolescência: normalidade e psicopatologia**. 11. ed. Petrópolis: Vozes, 1987.

CAMPOS, Rose. **A imagem é tudo**. Revista VIVER, nº 98, 2001.

D´ANDREA, Flávio Fortes. **Desenvolvimento da personalidade**. 12. ed. Rio de Janeiro. Bertrand Brasil. 1996.

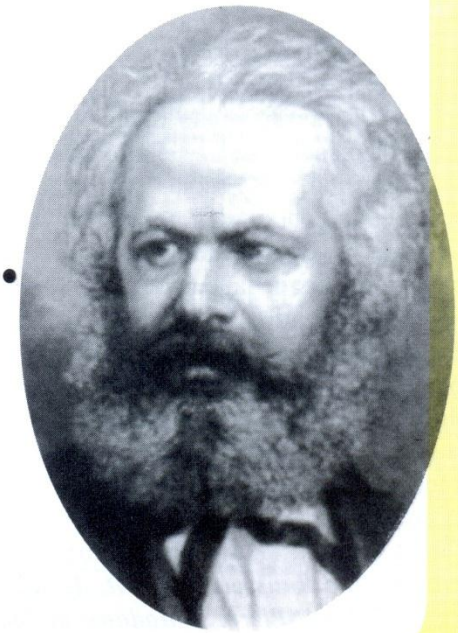
MAY, Rollo. **O homem à procura de si mesmo**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1998.

ZAGURY, Tania. **O adolescente por ele mesmo**. Rio de Janeiro: Record, 1997.

Resenha

▶Dimas Lucena de Oliveira

História da Pedagogia, de Franco Cambi: um olhar sobre a Época Contemporânea.



A Época Contemporânea tem sua gênese ou marco histórico convencional na Revolução Francesa, quando ocorre o inicio da implantação do ideário da sociedade burguesa pensada pelos filósofos do Iluminismo. Na sua construção histórica Cambi ressalta que ***"a contemporânea é a época das Revoluções: desde 1789 até 1848, depois até 1917 e até o pós 1945, a história dos últimos dois séculos é marcada justamente pelas tensões revolucionárias, pelas rupturas que elas implicam e pelas exigências que manifestam"*** (p. 378).

A contemporaneidade é também a época da Revolução Industrial, nos nossos dias da Pós-Industrial, quebrando paradigmas e que trazem no seu âmago fortes transformações políticas, sociais e econômicas, bem como o surgimento de novas classes e sujeitos sociais. Ao mesmo tempo temos a marca pela luta dos Direitos Humanos que se particulariza na busca de consolidação, em muitos casos a implantação, dos Direitos da Criança, da Mulher, da Cidadania, das Minorias, da Natureza, dos Animais, entre outros que expressam a pluralidade e a complexidade da sociedade contemporânea.

Outra característica marcante da Época em foco, diz respeito à influência da ideologia como um fenômeno que perpassa o tecido social e influi sobre a visão de mundo e a ação dos sujeitos. Assim, ***"Marx já tinha sublinhado que as "idéias dominantes" num determinado momento histórico são as "idéias das classes dominantes", ditadas pelos seus objetivos sóciopolíticos, pelos seus interesses econômicos, pela sua visão do mundo"***. (p. 382) Foi compreendida a relação entre a teorização pedagógica, o sistema educacional de determinada sociedade e os ideais de sociedade seus modelos de valores e de ação social. Nesta direção, ***"na pedagogia contemporânea, de Pestalozzi a Capponi, de Comte a Gentile, de Dewey a Luhmann, colocou-se como central a função política da pedagogia"***. (p. 383)

Na dimensão dos novos sujeitos cabe destacar a ***"descoberta da infância"***, com a compreensão do universo biopsicosocial da criança e da importância deste período para a construção da vida humana. É inclusive, compreendido que a criança é ***"o pai do homem"***, ou seja o que é o adulto tem por base o que foi a criança, daí é dada, ou teoricamente deveria ser dada, uma atenção especial a esta fase do desenvolvimento humano.

Outras características marcantes da Educação na contemporaneidade passam pela relação entre instrução e a categoria trabalho, pela Escola e sua vocação para as reformas que vão sendo construídas de acordo com os contextos e demandas sociais e pela dimensão científica, política e filosófica incrustada no saber pedagógico.

Compreendendo, dentro do contexto da contemporaneidade, especificamente o século XIX, podemos caracterizá-lo como o século do ***"triunfo da burguesia"*** e também dos conflitos ideológicos subjacentes as transformações políticas, sociais e econômicas que imprimem diversidades e rupturas com conjunturas anteriores.

Cambi destaca que o século XIX abre-se com uma grande revolução cultural, ***"herdeira das vozes mais heréticas do iluminismo (de Rousseau a Kant, de Arder a Jacobi em filosofia, de Saint-Pierre a Madame de Staël e Goethe em literatura, de Buffon a Alexander Von Humboldt nas ciências, só para exemplificar) bem como do espírito da Revolução Francesa (ligado à idéia de liberdade"*** (p. 414). Neste contexto na Alemanha floresce a Pedagogia romântica de Pestalozzi, de Schiller e de Fröbel, produzindo uma profunda renovação teórica, o que traz uma nova idéia da formação do homem colocado, nesta concepção, como o centro do mundo.

No seu "passeio" sobre as concepções pedagógicas Cambi reflete sobre as pedagogias de Hegel, com seu historicismo, e de Herbart, com seu realismo, ambos críticos do romantismo pedagógico. Destaca a essência das pedagogias burguesas na França, na Inglaterra, na Suíça e na Rússia e se detém com maior densidade na pedagogia italiana do Risorgimento. Neste caso, reflete sobre a Educação Pública de Vincenzo Cuoco a Carlo Cattaneo, seqüenciado com o pensamento pedagógico de Rosmini, Giobert e Mazzini. Passando pelos católicos liberais, ressalta as concepções de Lambruschini, Capponi e Tommaseo e finaliza expondo elementos do pensamento pedagógico de Aporti e Mayer e suas contribuições na criação dos denominados ***"abrigos infantis"***, abertos a crianças dos dois anos e meio aos seis anos de idade, o que estaria na base da Educação Pré-escolar dos dias atuais.

Com o desenvolvimento, na Europa, da sociedade industrial, novas tarefas despontam para a Pedagogia, que pela exigência de um caráter epistemológico vai deixar o campo da Filosofia para ser caracterizada no campo do conhecimento científico. Nesta direção, dois modelos epistemológicos divergentes, também na conotação ideológica, marcam o período: o Positivismo e o Socialismo.

A visão positivista estava voltada para o desenvolvimento de uma Pedagogia como ciência (***"Ciência da Educação"***). Assim, esta corrente via a Educação ***"como meio primário para operar uma evolução no sentido laico e racional da vida coletiva; a atenção aos problemas da escola, sentida como o instrumento essencial desse crescimento educativo das sociedades industriais"*** (p. 467).

Como expoentes do Positivismo podemos citar Auguste Comte; na Filosofia, Stanley Hall; na Psicologia da Infância e da Adolescência ("Psicologia da Adolescência", 1904, obra em dois volumes que o projetam como pioneiro deste campo de estudo da ciência psicológica), Edouard Séguin; com seus estudos sobre reeducação de excepcionais e Emile Durkheim, no campo da Sociologia.

Ainda na primeira metade do século XIX, o pensamento pedagógico ganha contornos inovadores na dimensão dos chamados socialistas utópicos. Segundo Cambi, ***"a exigência que estes manifestam com vigor, de reorganizar a sociedade segundo um ideal de justiça social e de igualdade entre os homens, e de dar a tal sociedade uma ordenação racional e orgânica, contém um aspecto educativo preciso"***. (p. 477) Nesta corrente de pensamento cabe destacar Babeuf, Saint-Simon, Proudhon , Fourier e Owen.

O ápice e a gênese do pensamento socialista científico encontra-se nos fundadores do materialismo histórico: Karl Marx e Friedrich Engels. Na dimensão marxista ***"está contida uma perspectiva pedagógica, às vezes de forma mais explicita, como elaboração de algumas propostas em torno da instrução***

(...) outras vezes de forma implícita e destinada a desenvolver alguns grandes temas da "filosofia" marxista".(p. 482)

Cambi destaca que pelo menos duas propostas podem ser consideradas revolucionárias nas contribuições do pensamento marxista: a referência ao trabalho produtivo, que se punha em aberto contraste com toda uma tradição educativa intelectualista e espiritualista, e a afirmação de uma constante relação entre educação e sociedade. (485)

Também é ressaltado por Cambi a pedagogização crescente da sociedade do século XIX e o crescimento das instituições educativas, destacadamente a família e a escola. Neste período também cabe destaque a gênese da Pedagogia científica,bem como, a influência do pensamento de Nietzsche, Dilthey, Bergson e Sorel em meio à efervescência de um contexto histórico marcado por tensões.

Os dois últimos capítulos da obra em foco são referentes à História da Pedagogia no século XX. Este período, segundo Cambi, ***"foi um século dramático, conflituoso, radicalmente inovador em cada aspecto da vida social: em economia, em política, nos comportamentos, na cultura"***. (p. 509) Foi um século marcado por duas guerras mundiais, por transformações radicais, pela Revolução de 1917, pela implantação de regimes totalitários, pela ***"guerra fria"***, pela ameaça nuclear e, entre tantos outros fatos marcantes, ao seu final temos a revolução da informação com o avanço das tecnologias da informática.

A cultura ideologizou-se e no interior de tantas mudanças e fatos transformadores de conceitos e paradigmas, tivemos a renovação da escola com a pedagogia ativista. O universo escolar é colocado como fundamental na sociedade democrática e se alimentou de um forte ideário libertário. A criança e suas necessidades são colocadas como centro das preocupações pedagógicas e se compreende as suas capacidades cognitivas, ressalte-se neste caso a influência de Piaget. Este destacou o desenvolvimento cognitivo e o amadurecimento da aprendizagem em um plano operatório.

Na História da Pedagogia neste período, cabe destaque a influência da "Escola Nova". Esta concepção tem difusão inicial na Europa ocidental e no Estados Unidos e se nutre de uma ideologia democrática e progressista, segundo Cambi: ***"inspirada em ideais de participação ativa dos cidadãos na vida social e política, de desenvolvimento no sentido libertário das próprias relações sociais, ainda que ligadas a uma concepção fundamentalmente individualista do homem, segundo a qual as relações de comunicação com os outros são certamente essenciais, mas sem que venham prejudicar a autonomia da consciência e a liberdade pessoal de escolha"***. (p. 515)

Cambi destaca a pensamento pedagógico dos teóricos do ativismo, ressaltando os nomes de Dewey, Decroly, Ferrière e Montessori. O autor verticaliza sua análise em Dewey, pois ele ***"foi certamente o teórico mais ilustre da educação nova, pela riqueza e rigor filosófico do seu pensamento"***. (p. 527) Em relação ao Idealismo enquanto pensamento pedagógico, ***"afirma-se assim um novo modelo de pedagogia (como saber histórico-crítico-dialético, científico e político ao mesmo tempo) e um novo modelo de educação (emancipativa, igualitária, baseada no trabalho, delegada a uma escola radicalmente renovada por fins e estruturas), que terão longo sucesso e autoridade por quase todo o século, ainda que abertos –no seu interior- a um pluralismo de posições e também a frontais conflitos"***. (p. 535)

Como acontece ao longo de sua extensa narrativa histórica, o autor sempre verticaliza o pensamento pedagógico italiano (natural por ser esta a sua nacionalidade). Neste caso não é diferente em relação ao século XX e temos a pedagogia do atualismo, elaborada por Gentile, refletida em sua essência espiritualista e em sua influência sobre a cultura pedagógica destacadamente entre 1910 e 1930. Nesta mesma concepção pedagógica também faz alusão, sem o mesmo destaque que Gentile, ao pensamento de Spirito, Calogero, Radice e Codignola.

Nos modelos de pedagogia marxista, de forte influência no século XX, estreita-se um vínculo entre educação e política, a categoria trabalho ganha uma forte dimensão na formação do homem.Os ideais desta pedagogia se difundem, sobretudo inspirados nas posições de Lênin e divulgados pela III Internacional, que ganham grande força de influência após 1917.

Neste modelo ganha expressão à experiência o educador russo Makarenko, realizada numa colônia de trabalho da Ucrânia, de 1920 a 1928, foi divulgada através da sua obra intitulada ***"Poema Pedagógico"***. Este pedagogo trabalhou em um dos setores educacionais mais difíceis, organizando uma colônia para crianças abandonadas e jovens delinqüentes.

A colônia foi batizada com o nome de Gorki e o trabalho físico e o labor intelectual estavam fortemente ligados. Ciclos de estudos diversos, esportes, música, teatro e viagens pelo país, contribuíam para desenvolver o nível cultural dos jovens. O trabalho de Makarenko mostra a luta para permitir o nascimento de um mundo novo dentro da colônia em oposição a um mundo velho, em desagregação, mas sempre tenaz. Procurou mostrar os benefícios da coletividade sobre o individuo.

Para este educador, coletividade não é um complexo estandardizado, mas um mar de personalidades, sem limites, em constante mudança. Segundo ele, através do trabalho o homem encontra a alegria da união com os outros, afirma seu senso de dignidade humana. Um mundo novo pode surgir para o individuo, cheio de encantos e possibilidades, Makarenko o chama de "o nascimento misterioso do novo".

Outro pensador de destaque é Antonio Gramsci (1891-1937), segundo Cambi nele ***"o aspecto pedagógico é predominante: a hegemonia cultural se constrói pela ação de muitas instituições educativas (desde a escola que deve tornar-se "escola única", sem latim até os 14 anos, e iniciação a uma cultura histórica e científica, eminentemente crítica, mas nutrida de noções que permitem superar o folclore e a concepção religiosa do mundo, até a imprensa, a editoração, o teatro e a própria ação desenvolvida pelo partido como educador coletivo) e visa à formação de "intelectuais orgânicos", isto é, funcionais para o processo de construção da hegemonia"*** (p. 563).

O marxismo valoriza a "filosofia da práxis", ou seja, a ação humana que interpreta e transforma o real. Nesta direção, a realidade é um processo histórico-dialético e pode ser transformada pelos homens mediante um projeto político revolucionário da sociedade e que, segundo Gramsci, deve operar "em particular a partir da superestrutura (a ideologia, a cultura). Em torno de uma revolução da mentalidade é possível agregar diversas classes ou grupos sociais, interessados nas mudanças ("bloco histórico"), para construir uma "hegemonia" cultural e depois política". (563)

Outra grande força pedagógica nos caminhos do século XX foi à pedagogia cristã liderada, destacadamente, pelo pensamento da igreja católica. Cambi destaca que ***"os pedagogos e os educadores católicos desenvolveram de forma diferente a doutrina oficial da Igreja em matéria educativa, embora sem afastar-se muito das diretivas pontificiais e da tradição"***.(p. 567) Representando a pedagogia cristã e personalista destaque para os nomes de Förster, Hessen, Maritain, Mounier e Stefanini.

Os regimes totalitários implantados na Itália, na Alemanha e na URSS, construíram um ***"Estado autoritário, burocraticamente organizado, dirigido por um partido único, capaz de controlar e unificar num projeto de ação comum toda a sociedade, sem resíduos; é um Estado ideologicamente compacto, rigidamente estruturado, empenhado em conformar as massas aos objetivos dos partidos-Estado"*** (p. 577). Esta concepção nefasta de sociedade também foi importa ao modelo pedagógico, sendo uma das marcas negativas do século XX.

No curso do século em tela também merece destaque o crescimento científico da pedagogia. Assim,

"Opera-se uma riquíssima investigação científica sobre a criança (pense-se em Freud, em Piaget, em Vygotski etc.) ou sobre a aprendizagem (ainda Piaget, mas também Koehler ou Wertheimer), redesenhando desse modo todo o horizonte do saber educativo, inervando-o de conhecimentos científicos e de práticas cognitivas de tipo científico-experimental, encetando aquela passagem da pedagogia para as ciências da educação que será plenamente aclamada e assumida como um ponto de não-retorno da pedagogia no curso da segunda metade do século" (p. 582).

São marcantes, ainda, a Pedagogia Cognitiva e o primado da instrução e das tecnologias educativas, ocorrendo uma verdadeira revolução na capacidade da práxis pedagógica. Para tanto, além do desenvolvimento da tecnologia informática, é marcante as contribuições do pensamento de Bruner, com sua Teoria da Instrução, Chomsky, com suas pesquisas lingüísticas, Skinner, com o seu neocomportamentalismo e a Teoria do Reforço, Freire, com seu método de alfabetização (citado por Cambi como ligado à educação de adultos na "América do sul"), Gardner, com seus estudos sobre a estrutura da mente e a Teoria das Inteligências Múltiplas, entre outros que revelam a diversidade e a amplitude deste período da História da Pedagogia.

Na sua caminhada pela História e pela Filosofia, demonstrando grande erudição, capacidade de análise e articulação dos fatos, Cambi reflete, ainda, sobre a idéia da desescolarização, sobre as pedagogias radicais, sobre a escola do pós-guerra e sobre as novas emergências educativas (Feminismo, Ecologia, Intercultura). Diante da complexidade da nossa época, o autor analisa: ***"a pedagogia/educação atual está à procura de um novo equilíbrio, ligado porém a uma nova identidade ainda in fieri. Daí a impressão de oscilação, de ondulação, de formigueiro, até mesmo de confusão que a caracteriza"***. (p. 642) Isto é a História (ou mesmo as Histórias), vamos construindo-a cotidianamente sem jamais perder as utopias, afinal, a utopia deve ser também motor de ação e de vida.

Cambi, Franco. História da Pedagogia. São Paulo: Unespe, 1995.

Artigo

▶Dimas Lucena de Oliveira

Práxis de Leitura e Hipertexto: Caminhos Contemporâneos.

RESUMO: Neste artigo, construímos reflexões teóricas sobre a importância e o significado da Práxis de Leitura, procuramos enfatizar sua construção no processo educacional. Pelos dados de inúmeras pesquisas, ela se configura como uma das principais lacunas do nosso sistema de ensino. Buscamos demonstrar como a utilização das novas tecnologias, através do Hipertexto, pode ser uma ferramenta importante para motivar e dinamizar o desenvolvimento do processo de leitura, estabelecendo assim, dependendo da concepção pedagógica que viabilize sua utilização, uma relação eficiente e contemporânea.

Palavras-chave: Práxis de Leitura, Pedagogia da Leitura, Hipertexto.

I – Introdução.

A semente que germina o analfabetismo funcional de 67% dos brasileiros, conforme revelou a pesquisa "*Indicador Nacional de Analfabetismo Funcional,*" da Fundação Paulo Montenegro e Ação Educativa, está na baixa qualidade da escola que, apesar de alfabetizar os alunos, não tem procurado desenvolver a leitura. A escola brasileira continua formando analfabetos funcionais que, apesar de saber ler e escrever, não são capazes de entender textos básicos.

Também cabe destacar os resultados "caóticos" da avaliação de capacidade de Leitura registrados através do Sistema Nacional de Avaliação da Educação Básica – SAEB – e do Programa Internacional de Avaliação de Estudantes – PISA – (Cf. Bonamino, Coscarelli e Franco, 2000). Neste último, citando o resultado de 2000 cuja principal área investigada foi a de Leitura, o Brasil ficou em último lugar, inclusive com estudantes de classe média registrando uma capacidade de interpretação de texto abaixo do nível de operários norte-americanos. Ressaltemos que no caso do PISA, a leitura é definida como ***"compreender, usar e refletir sobre textos escritos, a fim de atingir um objetivo, desenvolver o conhecimento e o potencial e de participar da sociedade"*** **(OECD/PISA, 1999, 18).**

Assim, o processo de desenvolvimento da leitura no sistema educacional brasileiro necessita ser repensado. Compreendemos que a leitura é a base para todo o processo ensino-aprendizagem e que ler é um ato cognitivo ativo, onde o sujeito interage com seus conhecimentos anteriores, com suas emoções e com o seu contexto sócio-histórico. È também importante salientarmos que o ato de ler evolui, o que se espera de um leitor é determinado socialmente, num certo período da História ou no seu contexto cultural.

Contemporaneamente não podemos, enquanto educadores, deixar de compreender

o impacto das novas tecnologias e sua relação com o sistema educacional. Os avanços tecnológicos e o incremento da capacidade de produção têm auxiliado na popularização dos computadores em várias áreas do conhecimento humano. Em relação à Educação, o computador tem potencial para ser uma ferramenta eficaz quando pedagogicamente inserido dentro do processo Ensino-aprendizagem.

Talvez nenhuma outra recente inovação na educação vem sendo tão debatida quanto à utilização dos computadores em situações educacionais. Quando utilizados pedagogicamente podem desempenhar um papel valioso no processo educacional, estimulando o interesse do aluno, resolvendo problemas ou realizando simulações. Por outro lado, quando utilizados sem critérios e princípios pedagógicos podem não só produzir efeitos indesejáveis como também consumir recursos expressivos. Nenhuma ferramenta educacional é “boa” ou “ruim” em si mesma, depende da concepção pedagógica que norteia a sua utilização.

Assim, em relação a crescente utilização dos computadores em situações educacionais, uma das ferramentas de interesse é a dos sistemas *hipertexto* ou *hipermídia.* Estes sistemas têm surgido como uma nova ferramenta para o gerenciamento de informações, pois permitem criar, anotar, unir, e compartilhar informações a partir de uma variedade de meios, como texto, gráfico, som, vídeo e animação, proporcionando leitura dos textos de uma forma não linear e utilizando métodos inteiramente novos, ao contrário dos sistemas tradicionais que são lineares por natureza. Nesse sentido, estaremos refletindo sobre as contribuições de Lévy (1993, 1996) em relação ao hipertexto, na terceira parte deste nosso trabalho.

A cultura escrita através do livro, desde os primórdios, tornou-se o principal meio de armazenamento do conhecimento. As informações são ordenadas em páginas seqüenciais para serem lidas de modo linear. Ao contrário dos livros, os sistemas hipertexto podem representar uma coleção de arquivos interconectados em uma rede. Os usuários são livres para progredir, ou navegar, através do conhecimento do sistema, utilizando vários caminhos distintos e não seqüencialmente pré-determinados, cujas ligações foram de alguma maneira estabelecidas pelo projetista, mas não precisam serem seguidos linearmente, permitindo a liberdade de navegar ao sabor dos ventos do desejo de cada navegador.

O hipertexto, que foi inicialmente concebido como uma ferramenta para a recuperação de informações, atualmente tem sido considerado como uma ferramenta para estímulo à leitura e à pesquisa. Esta tecnologia pode ser adequada para aplicações educacionais, principalmente por causa de sua flexibilidade e grande

capacidade de exploração de informações relevantes. Esta flexibilidade é refletida no acesso não seqüencial da informação e na transferência de controle do programa para o usuário. Assim, trabalhando pedagogicamente o hipertexto, se parte da suposição de que a interpretação do estudante ou aprendiz é fundamental, pois caberá ao mesmo buscar e selecionar os textos e as informações que deseja encontrar.

Nesse sentido, cabe ressaltar que da mesma forma que um projeto pedagógico necessita ter a preocupação de construir leitores críticos, deve ter a mesma preocupação de construir "internautas" críticos, capazes de compreender e selecionar as mensagens e conteúdos que "inundam" com um simples toque a sua "tela". Assim, iremos a seguir fazer uma reflexão teórica sobre a Pedagogia da Práxis de Leitura e em seguida uma relação entre o Hipertexto e a Práxis de Leitura.

II – Um breve olhar sobre a Pedagogia da Práxis de Leitura.

O termo Práxis de Leitura é aqui utilizado na perspectiva de unir teoria e ação pedagógica em torno da ampla dimensão que a categoria Leitura suscita. Pela sua abrangência e significados, se torna inerente à sua essência a questão da Linguagem e da sua Pedagogia. Diante disto, um projeto político-pedagógico necessita ter a preocupação com a construção de um leitor crítico, capaz de interpretar os mecanismos de dominação e exercer uma cidadania ativa e transformadora. Nesse sentido, Práxis de Leitura é um ato político, um ato ideológico e assim precisa ser compreendido e exercido pelo Educador.

Ler é uma atividade complexa que não pode ser estudada apenas com a observação, porque depende de um conjunto de atitudes internas, cognitivas e mentais (Cf. Silva, 1999). O indivíduo que lê se apóia no registro gráfico do papel, com as informações que o autor lhe fornece, somando a isto as informações que ele tem disponível em sua mente, em sua estrutura cognitiva, decorrentes do seu conhecimento de mundo e de sua sócio-gênese.

O ato de ler é uma construção ativa, em que o leitor aciona as informações não visuais que possui em sua estrutura cognitiva e ao entrar em contato com o texto produzirá sentido. A interlocução lingüística mediada pela linguagem escrita requer a participação do leitor, a leitura pode ser formada como um instrumento de conscientização e de transformação da realidade. Diante destas colocações, ressaltamos que o processo de desenvolvimento da leitura deve estar

vinculado à realidade do leitor, à compreensão, ao debate, à consciência crítica e a contextualização histórico-social do texto.

Todo texto é produzido por um sujeito, em um dado tempo e em um determinado espaço. Esse sujeito por pertencer a uma classe social, a uma etnia, expõe em sua produção textual a sua ideologia, anseios, temores, as expectativas do seu tempo e do seu universo político-social. Devido a esta constatação, todo texto tem um caráter histórico-político-social e revela as visões de mundo e as transformações dos conhecimentos produzidos ao longo da História.

Ao considerarmos a Leitura como um processo fundamental de acesso ao conhecimento produzido pela humanidade, podemos ressaltar duas direções: primeira, o desenvolvimento das capacidades cognitivas, da capacidade de comunicação oral e escrita, o aumento do vocabulário, o desenvolvimento da linguagem e, sobretudo, da criticidade, ou seja, a leitura crítica do texto em si e da realidade político-social; segunda, o desenvolvimento da sensibilidade e das emoções (Cf. Bakhtin, 1995 e Silva, 2000).

Ressaltamos que não há dicotomia nas duas direções, ao contrário, pode e deve haver convergência. No entanto, tudo dependerá do projeto pedagógico que norteia a concepção e a prática do Educador. Para a concretização das direções acima mencionadas a Leitura não pode ser vista como um processo mecânico, obrigatório ou isolado em si mesmo. Ao contrário, deve ser tratado como um processo de prazer e de interação, ou seja, de ação interdisciplinar em prol do melhoramento do processo Ensino-Aprendizagem. A motivação da Leitura deve ser intrínseca, um reconhecimento pessoal do seu significado e valor, além da descoberta de novos caminhos, da possibilidade de um novo olhar político sobre as questões sociais.

No entanto, a prática na maioria das Escolas aponta para uma ação pedagógica que contraria os princípios acima descritos. A leitura é colocada dominantemente como algo obrigatório, isolada em si mesma, sem uma perspectiva interdisciplinar. Normalmente está desvinculada dos interesses, da realidade e, sobretudo, da visão do amadurecimento político, ideológico e do prazer.

Na estatística do resultado do Exame Nacional do Ensino Médio - ENEM (2002), em relação à competência para dominar a norma culta da língua portuguesa e fazer uso das linguagens, a média nacional foi 33,72 (trinta e três virgula setenta e dois). Em relação à competência para selecionar, organizar, relacionar, interpretar dados e informações representados de diferentes formas, para tomar decisões e enfrentar situações problema, a média foi de 32,26 (trinta e dois virgula vinte e seis). Estes números, somados aos apresentados no

inicio deste trabalho, reforçam a carência das leituras no sistema escolar brasileiro.

Destacamos estas competências pela relação direta com a capacidade de leitura analítica e interpretativa. Podemos ressaltar, como outro exemplo, os resultados dos Vestibulares e, especificamente, as baixas notas divulgadas no Processo Seletivo Seriado - PSS da nossa UFPB (Relatório Anual da Comissão Permanente do Vestibular – Coperve, 2002), no concernente à produção textual e às questões que requerem dos candidatos à análise e interpretação de textos.

No Brasil o consumo de livros ainda é muito restrito. Baseado em Resende (2000), sabemos que a média de leitura no nosso país é de 1,8 (um virgula oito) livro por ano; na Espanha, por exemplo, esta média é de 10 (dez) livros por ano. Em um país onde falta o pão, o livro se torna um privilégio. Em nosso país um editor edita preferencialmente livros que já são sucesso ou edita uma tiragem pequena de cada título, o que tem feito aumentar o número de títulos disponíveis no mercado. Basta lembrar que o número de habitantes do Brasil é de 160 (cento e sessenta) milhões de pessoas e a tiragem média é de apenas três (três) mil livros. Existem países na Europa em que a 1ª edição de um livro é toda comprada por uma biblioteca, que pode, inclusive ser voltada para operários, por exemplo (Cf. loc. Cit).

Outro aspecto é a dificuldade de formar leitores pelo preço do livro, inacessível para a maioria da nossa população. Neste sentido, as bibliotecas ganham particular importância para as Escolas Públicas. No entanto, quando existem bibliotecas escolares, em grande parte deixam de cumprirem o papel de ser um dos poucos, se não o único espaço disponível para nossos alunos lerem, em muitas escolas são transformadas em locais onde se põe aluno de “castigo”, ou seja, não são utilizadas ou são mal utilizadas, quebrando a necessária visão de ser um local lúdico e de possibilidade de crescimento, elementos importantes para despertar o interesse pela leitura. Diante destas carências e lacunas pedagógicas, provavelmente as primeiras experiências não alicerçaram a construção de um leitor crítico e amante da leitura.

O fato dos estudos e estatísticas indicarem um baixo nível de leitura entre os adolescentes (Relatórios do ENEM e da COPERVE, Resende, 2000), pode ser decorrente de um meio físico/social carente, sem incentivo. Porém, partindo do pressuposto de que a leitura constitui uma prática social, é importante ressaltar a importância do Educador no processo de construção de significações atribuídas à leitura no universo escolar.

Nesta Direção, Moura (1996) diz que o educador na sua prática deve construir leitores de acordo com a nova Pedagogia da

Leitura, para que estes questionem os valores da sociedade brasileira atual e construam outros, relacionados diretamente com a democracia e com a justiça social, para que estes, dominando os mecanismos da Leitura, tenham um processo contínuo de Letramento, na perspectiva da intervenção social.

Ainda segundo Moura (ibid), ***"para que a leitura cumpra as funções, necessário se faz que a postura do Professor formador de leitores tenha uma visão crítica de mundo e de leitura"***. Consideramos importante ressaltar que nossa postura depende da nossa visão de mundo, que influencia, também, nossas práticas pedagógicas. Assim***, "aquilo que eu sei sobre o ato de ler ou, ainda, a forma pela qual eu concebo a leitura enriquece ou empobrece, dinamiza ou paralisa, dirige ou desvia, conscientiza ou serve para alienar as ações pedagógicas dirigidas à formação de leitores".*** (Silva, s/d: 10).

Estudiosos da Leitura, tais como Abramovich (1993) e Kuethe (1984) ressaltam que esta não deve ser imposta aos alunos, destacadamente aos adolescentes que são tomados por uma necessidade existencial de afirmação e vontade própria. Estes devem ser estimulados a buscarem leituras a partir de temas geradores. Nesse sentido, Freman (1977) afirma que, ***sentimentos negativos podem sustar completamente o desejo da leitura***. Caso o Educador tenha consciência desta visão pedagógica a leitura poderá fluir; senão, poderá se tornar uma atividade mecânica e sem significado.

Outro fator de grande relevância no processo de desenvolvimento da leitura é a capacidade compreensão do texto. Assim, inspirados em Bacha (1974) podemos dizer que a compreensão é a alma da leitura. Só podemos dizer que alguém leu quando interpretou o sentido das palavras impressas. Ler é interpretar, logo o principal objetivo da leitura é a compreensão crítica, como nos ensina Freire (1982), *é preciso ler além das palavras*. Compreender o conteúdo simbólico das palavras e as conotações ideológicas dos textos. Com esta compreensão pedagógica o Educador contribui, fazendo do ato de ler um ato político, na formação da necessária consciência crítica e na capacidade de compreensão política do mundo.

Quem lê e não compreende, não lê verdadeiramente, desenvolve apenas uma habilidade mecânica. Assim, este aspecto precisa ser analisado nos processos pedagógicos de desenvolvimento da leitura. É fundamental ter em mente que a leitura não é uma atividade fechada em si mesma. Ela pode desenvolver e ampliar a dimensão da realidade político-social. O leitor poderá, através dos elementos cognitivos e emocionais vivenciados no texto, refletir sobre a exploração do ser humano, sobre a fome, a exclusão social, entre tantos outros temas que auxiliarão no seu crescimento político e intelectual.

A independência do leitor no reconhecimento de palavras é uma das muitas habilidades requeridas pela leitura. Não sendo reconhecidos os símbolos gráficos, nada significarão para o leitor, ficando prejudicada sua compreensão. No entanto, no encontro com novas palavras ele amplia a sua capacidade de comunicação oral e escrita. Para tanto, Bacha afirma que "***a maturidade mental e emocional, bem como condições físicas, tanto do ambiente quanto do leitor, terão grande influência na compreensão do trecho lido. O professor deverá trabalhar para que existam estas condições e conhecer o leitor que deseja formar".*** (1974:72-74)

Diante destas reflexões, consideramos importante o educador conhecer as características bio-psico-sociais dos educandos e selecione textos literários que tragam subsídios ao seu mundo existencial, desperte a curiosidade em relação a descobertas de realidades distintas da sua e faça da leitura uma ferramenta para o desenvolvimento da capacidade de análise, interpretação e consciência crítica radical da realidade.

Obviamente, não há fórmula pronta para formar leitores, qualquer que seja a faixa etária, mas existe um conjunto de fatores que podem favorecer esta formação. Ao nível do gênero, a leitura em nossa sociedade é vista dominantemente como "coisa de mulher" (Resende, 2000). Por isto muitos adolescentes tendem a não querer ler; cabe aos Educadores trabalhar para mudar esta visão estereotipada, como aconteceu no projeto político-pedagógico implantado nas escolas de Cuba, por exemplo.

Em relação ao fator de grupos sociais, estudos como o de Soares (1988) e Rezende (2000), revelam que existe uma resistência maior nas camadas sociais populares. As classes média e alta tendem mais a ver a leitura como algo que é bom, que dá prazer e pode proporcionar coisas boas. É o que poderíamos chamar de "gratuidade da leitura": as pessoas pagam para ler sem uma finalidade utilitária imediata.

Nesse sentido, afirma Soares:

" Os valores da leitura sempre apontados são aqueles que atribuem-lhe as classes dominantes, radicalmente diferentes dos que lhe atribuem as classes dominadas. Pesquisas já demonstram que, enquanto as classes dominantes vêem a leitura como fruição, lazer, ampliação de horizontes, de conhecimentos, de experiências, as classes dominadas a vêem pragmaticamente como instrumento necessário à sobrevivência, ao acesso ao mundo do trabalho, à luta

contra as condições de vida ". (1988:17-19)

Podemos inferir que, para as classes populares, a leitura é um meio e não um fim. Ler por prazer seria coisa de "gente à toa", que tem tempo para ficar de "papo pro ar" (Loc. cit.). Para incentivar o ato de ler o Educador pode manter o discurso do caráter utilitário da leitura, mas acrescentar a ele o discurso democrático de que o acesso à leitura deve ser um direito de toda sociedade, de que o ato de ler também produz prazer.

Outra relação fundamental para a Pedagogia da Leitura é a compreensão da relação entre Leitura, linguagem e ideologia. Na visão de Fiorin (2001), a linguagem é instrumento ideológico de poder e que os segmentos sociais dominantes tentam ridicularizar e menosprezar a palavra dos dominados. Inclusive o Movimento modernista abordou literariamente esta dimensão da linguagem, com destaque para Oswald de Andrade e Mário de Andrade no primeiro momento e para a chamada "literatura regionalista" em um segundo momento.

Esta chamada "vanguarda literária" valorizou a linguagem popular, a colocou como uma categoria artística e por isto receberam fortes ataques dos setores conservadores. Dentro do pensamento de Gramsci (1986), é na ideologia e pela ideologia que uma classe pode exercer "hegemonia" sobre outra; este teórico abriu novos caminhos ao analisar o papel dos intelectuais e dos aparelhos ideológicos na transmissão da ideologia. Assim, ***"a ideologia é uma concepção de mundo implicitamente manifesta na Arte, na Educação, no Direito na atividade econômica e em todas as manifestações da vida individual e coletiva"*** (Bottomore, 1992:186). Desta forma, é importante no processo pedagógico com Leitura e Linguagem a reflexão ideológica, sobre sua produção, características e objetivos.

Convém ressaltar que quem sofre com o preconceito são os indivíduos das variedades lingüísticas menos valorizadas socialmente, aqueles que sofrem mais com a má distribuição dos bens econômicos e culturais. No sistema escolar, destacadamente, as crianças oriundas das classes populares. Soares (1992), lembra que as línguas vivem uma variação grande e expressam a diversidade de origens sociais e regionais, a diversidade etária, a diversidade de formações profissionais, como, por exemplo, o *pedagogês*, o *psicologês*, o *economês* ou qualquer outro ramo de atividade humana, o que evidencia o caráter social das linguagens.

O trabalho pedagógico com a leitura na escola deve privilegiar a linguagem e a discussão sobre as várias possibilidades de falar e de escrever um texto, dependendo do contexto, de quem o vai receber, do objetivo do texto. Da mesma forma como

escolhemos a roupa que vamos usar em função do local para onde vamos, com que objetivo, do clima, também selecionamos os modos de falar e escrever. O trabalho pedagógico é um trabalho; e trabalho, no melhor sentido da palavra, envolve criação, do mesmo modo que a linguagem, ou porque se produz como linguagem, que também é um trabalho humano que se refaz a cada dia (Cf. Soares, 1992). È importante levar em consideração e valorizar as pessoas que os alunos são, os conhecimentos que têm, principalmente por meio de seus modos de falar, de suas histórias.

Nesse movimento de falar, de conversar, de construir leituras de variados textos e discutir, de escrever pensando no contexto, vão aprendendo novas "roupagens" para a linguagem e ingressando cada vez mais no mundo letrado. Assim se constrói uma Práxis de Leitura, no movimento permanente da relação entre teoria e prática pedagógica, no movimento permanente da ação-reflexão-ação. Nesse sentido, a seguir iremos refletir sobre as possibilidades da Práxis de Leitura e sua relação com os novos caminhos representados pelo Hipertexto.

III – Compreendendo o Hipertexto: um caminho contemporâneo.

Entende-se o hipertexto, partindo da visão de Lévy (1996), como um meio de informação que existe ***on-line***, disponível eletronicamente sob demanda, em um computador. Possuindo uma estrutura composta por blocos de informação interligados, através de links (interconexões ou nexos) eletrônicos, ele oferece ao usuário diferentes trajetos para a leitura, provendo os recursos de informação de forma não linear. As conexões, facilitadas pelo computador, ligam as informações umas às outras. Assim, o hipertexto apresenta-se como sendo parcialmente criado pelo autor que o organiza e parcialmente pelo leitor que escolhe as ligações de sua preferência, conectando os dados informacionais que mais lhe interessam.

Tais dados podem estar contidos não só em textos escritos, mas também em sons, imagens, animações, bem como facilidades de interação e criações de realidade virtual cuja complementaridade se torna mais clara através do termo hiperdocumento que generaliza para todas as categorias de signos os princípios da experiência hipertextual. A introdução deste recurso computacional no ambiente educacional ainda causa resistência e muitos se mantêm num verdadeiro ostracismo, numa recusa aos avanços da tecnologia (Lévy, 1996). Mesmo no ambiente acadêmico, observamos que muitos estudantes e até mesmo alguns professores,

que têm acesso ao computador não o utilizam enquanto ferramenta de leitura, pesquisa, ensino e aprendizagem.

A forma de composição material do hipertexto eletrônico gera liberdade de construção de leituras e pesquisas, uma vez que ele apresenta um campo quase interminável de ramificações, ampliando, assim, suas possibilidades. O fato de podermos iniciar e acabar em diferentes pontos a cada leitura, nos coloca frente a um labirinto de grandes variações de conteúdos. Estes conteúdos / textos são organizados de forma plurissignificativa, manifestando riqueza de aspectos e ressonâncias (ECO, 1986), instaurando uma leitura instigante porque nunca é definitiva, mas um caminho formado por veredas inesgotáveis e abertas.

Essa possibilidade de leitura "livres", sem normas lineares, muito antes do surgimento do meio tecnológico, já estava presente na produção literária de grandes autores da literatura universal, a exemplo de Borges com seus contos "*Caminhos que se bifurcam*" e "*Biblioteca de Babel*", textos que suscitaram muitas exclamações em virtude do desmantelamento de sua ordem formal. Além de ser um fragmento, obra inacabada, ela apresenta confusões cronológicas, o que leva muitos a acreditarem que a disposição de seus capítulos não foi predefinida pelo autor. Podemos citar ainda, entre outros, "*Ulisses*" de James Joyce, "*O Processo*" de Kafka e "*O Estrangeiro*" de Albert Camus.

Em termos de literatura brasileira "*Senhora*" e "*Lucíola*" de José de Alencar, "O Mulato" de Aluísio Azevedo, "*Catatau*" de Paulo Leminski, "*Grande Sertão: veredas*" de Guimarães Rosa e, entre outros, "*Dom Casmurro*" e "*Memórias Póstumas de Brás Cubas*" de Machado de Assis, sendo esta última uma narrativa em primeira pessoa que, ironicamente e surpreendentemente, tem inicio com o enterro do personagem narrador. A recorrência a essas obras foi feita com intuito de assinalar que o texto impresso também possibilita vôos semelhantes ao do hipertexto eletrônico. Estes textos literários, muitos outros poderiam ser citados, é aqui compreendido como a atualização de uma vontade, de uma idéia, de uma aspiração de expandir os limites que cercearam a produção e o conhecimento humano, isto agora facilitado na dimensão labiríntica do hipertexto.

A construção dinâmica do texto impresso à moda destes autores, e de outros não citados, nos faz pensar que a arte de escrita não linear já está entre nós há muito tempo; ***"a imaginação, a memória, o conhecimento, a religião são vetores da virtualização que nos fizeram abandonar a presença muito antes da informatização e das redes digitais"*** (LÉVY, 1996, p. 19). É

possível entrever no hipertexto eletrônico a possibilidade de obra aberta preconizada também por Eco, que instiga a temática da criação, ou ainda os *textos escrevíveis* anunciados por Barthes (1992). Este afirma que o texto ideal é aquele que apresenta redes que são ***"múltiplas e se entrelaçam, sem que nenhuma possa dominar as outras"*** (p. 42), um texto que oferece ***"uma galáxia de significantes, não uma estrutura de significados; não tem início; é reversível; nele penetramos por diversas entradas, sem que nenhuma possa ser considerada principal"*** (p.58). Assim, as características do hipertexto podem ser vistas e olhadas não somente a partir do meio eletrônico, mas numa perspectiva muito mais ampla.

O hipertexto eletrônico desencadeou um outro processo de leitura e escritura, ampliando, no mínimo, nosso entendimento dos termos *texto, autor e leitor*. O texto se encontra desterritorializado pelos seus dispositivos hipertextuais: ***"fizeram emergir um texto sem fronteiras nítidas, sem interioridade definível. (...) O texto é posto em movimento, envolvido em um fluxo, vetorizado, metamórfico. (...) Perdendo sua afinidade com as idéias imutáveis que supostamente dominariam o mundo sensível, o texto torna-se análogo ao universo de processo ao qual se mistura"*** (LÉVY, 1996, p. 48).

O texto perde, assim, sua identidade singular nessa circunvolução da palavra. A facilidade que a rede oferece ao usuário na divulgação de sua produção, através da mediação de suportes magnéticos como o disquete ou o CD-ROM, ou através da rede, bem como, a estrutura dinâmica do hipertexto eletrônico modifica as posições autor/leitor. A produção e recepção da mensagem possui uma modalidade interativa imediata que o texto impresso não oferece. O leitor passa a escritor e vice-versa, diluindo-se as fronteiras entre quem escreve e quem lê. Não se configura um sistema unilateral, cada usuário é um autor, leitor e um editor em potencial. Essa possibilidade, essa fractalização das posições que cada um vinha assumindo diante do objeto textual Lévy (1996) denomina de "efeito Moebius".

Lévy (1993) situa muito bem o meio eletrônico frente aos outros meios de comunicação: ***"a sucessão da oralidade, da escrita e da informática como modos fundamentais de gestão social do conhecimento não se dá por simples substituição, mas antes por exemplificação e deslocamento de centros de gravidade"*** (p. 43). Estamos tão embebidos na *galáxia de Gutenberg* que não nos damos conta das diversas dificuldades que foram enfrentadas pelo homem na luta pela popularização da escrita. Durante séculos esta foi privilégio de poucos, a

alfabetização era restrita a grupos eclesiásticos e a nobres. Seu nascimento deu-se num ambiente de violenta discriminação, ela tornou-se privilégio de determinada casta, somente a alguns era permitido o seu acesso e exercício e os poucos que a dominavam controlavam os muitos que a ignoravam. A história comprova que nenhuma tecnologia veio para usurpar o espaço da outra, todas convivem pacificamente, tendo cada uma seu público e sendo utilizadas em situações diversas, conforme a necessidade do indivíduo. Assim, quando surgiu à fotografia afirmou-se que esta acabaria a pintura, da mesma forma quando surgiu à televisão anunciaram o fim do cinema, estas formas hoje convivem sem uma negar ou destruir a outra (Cf. Cavallo e Chartier, 2003).

Podemos observar que as tecnologias mais avançadas geralmente absorvem as conquistas das tecnologias anteriores, assim como aconteceu com o cinema cujo desenvolvimento estava respaldado na foto. O hipertexto eletrônico pode ser uma leitura muito familiar se nós o relacionarmos também com as notas de rodapé, as revistas e as enciclopédias. Essas últimas permitem um movimento sem seguir nenhuma seqüência específica. A diferença básica seria que no hipertexto uma nota pode ser maior que o texto original e dela você opta por voltar ao texto inicial ou perder-se nos oceanos dos textos eletrônicos. Além disso, a velocidade faz a diferença. Tudo acontece mais rapidamente e essa expansão da informação necessita ser uma preocupação dos professores com essa "hiperinflação informativa". Daí, uma das competências para ser desenvolvida junto aos alunos – leitores, é a seletividade das informações apresentadas no universo on-line.

Ressaltamos que o hipertexto é um meio de informação que existe somente *on-line* no computador, dispõe de diferentes entradas e saídas, verdadeiras trilhas aos usuários, sua estrutura é formada por blocos que se unem e têm passagem através de *links*, possui disposição não linear, podendo ser construído com sons, gráficos, animações, vídeo e realidade virtual. E as ligações que fazemos de uma *homepage* a outra dão passagem a um universo que nem sempre se encontra relacionado ao tema que pesquisamos (Cf. Lévy, 1996).

As inovações tecnológicas - ressaltamos neste trabalho o hipertexto, são resultado das ações sociais, é fundamental que o ser humano e seus interesses seja sempre o centro desse processo de conhecimento e que seja perenemente beneficiado. As modernas tecnologias não agem, simples e diretamente sobre esse tempo histórico, o homem não está inerte nesse “labirinto”. Pensar o mundo é pensar

que o ser humano está mergulhado nele. Tudo o que ocorre no tempo, que nasce, se desenvolve e morre, aliás, tudo o que nasce já trás em si o gérmen de sua destruição, é um princípio da dialética e uma lei da existência. Daí precisamos nos manter sempre acordados e num estado dinâmico de contínua descoberta. A pedagogia enquanto ciência não pode prescindir dos avanços tecnológicos inerentes ao seu universo de ação. Nesse sentido, esta ciência necessita pensar a importância da ferramenta Hipertexto como uma possibilidade de contribuir com o processo de leitura, numa visão de fortalecimento das descobertas sem fim da pesquisa e dos valores humanizantes que o ato de ler pode inspirar e fortalecer.

IV – Considerações finais: uma nova perspectiva da práxis de leitura.

O processo de leitura fundamenta o acesso do indivíduo aos saberes construídos pela humanidade e, mais ainda, pode fundamentar a educação das emoções e da compreensão política da sociedade. Nesse sentido, o sistema educacional precisa dar ênfase ao seu desenvolvimento como um dos alicerces para alavancar o processo ensino-aprendizagem. Se a leitura apresenta este significado e importância, e sabendo que as suas características e o que se espera de um leitor muda através dos tempos (Cf. Cavallo e Chartier 2003), as novas tecnologias incrustadas cada vez mais no cotidiano contemporâneo, necessitam serem pensadas como ferramentas pedagógicas aliadas na necessidade da construção de leitores e de leituras.

Daí, o hipertexto, cada vez mais amplo na inteligência coletiva da rede mundial de computadores, se torna essencial na chamada “sociedade da informação”. No entanto, como qualquer outra ferramenta pedagógica, pode ser bem ou mal utilizada pelo sistema educacional. Necessário se faz que na sua utilização os princípios pedagógicos do diálogo, da reflexão crítica, da afetividade, da interatividade, da pesquisa e da construção ativa do conhecimento se façam presentes e, ainda, além destes princípios, na relação com a tecnologia não se pode perder a dimensão insubstituível da humanização. Assim, necessário se faz privilegiar sempre a construção do indivíduo enquanto sujeito histórico, criativo e criador.

Como antítese a estes princípios, as novas tecnologias podem ser utilizadas dentro da concepção bancária e conservadora. Não é a utilização da tecnologia em si, como já afirmamos anteriormente, mas a concepção pedagógica de sua utilização que irá transformá-la em um instrumento catalisador do processo ensino-aprendizagem. Quando o

professor recebe do aluno "trabalhos de pesquisa" fruto de leituras hipertextuais e não constrói uma relação dialógica e reflexiva, por exemplo, não está utilizando esta ferramenta nos princípios democráticos. Este tipo de ação favorece, muitas vezes, o aluno apenas "copiar" textos ou simplesmente "reproduzir" idéias que não são suas sem a necessária discussão e reflexão.

Evidentemente ao estudarmos uma práxis de leitura, verificamos que não existe uma fórmula pronta capaz de, ao mesmo tempo, motivar e construir leitores. No entanto, os princípios norteadores da educação democrática, e libertária no dizer de Freire, são essenciais, somando a isto a própria motivação do professor para a leitura. O professor que não gosta de ler, ou mesmo tem uma visão limitada do prazer e potencialidades da leitura, dificilmente irá inspirar a construção de novos leitores. Portanto, temos aí a dimensão da própria formação do profissional enquanto leitor e inspirador de leituras.

Além desta questão ligada à postura pessoal do professor frente à leitura, merece destaque às suas diretrizes metodológicas (Cf. Rezende, 2000), é preciso que compreenda a importância de utilizar textos plurais quanto à forma (prosa, verso, descrição, narração, dissertação) e conteúdos relacionados a várias áreas do conhecimento e a diversos gêneros literários (lírico, épico, dramático) bem como, respeitar os interesses, curiosidades e necessidades dos alunos. Em relação específica a leituras hipertextuais, é também essencial a sua identificação e vivência com as realidades virtuais da informática, além, como já frisamos anteriormente, de uma concepção pedagógica libertária e crítica, ou seja, nem "endeusamento" nem "satanização" das possibilidades das novas tecnologias.

A capacidade de acessar textos "intermináveis", aliando a isto sons e imagens pode ser uma descoberta enriquecedora para motivar e fortalecer o desenvolvimento do processo de leituras e de formação de leitores. No entanto, também nesta nova perspectiva de práxis de leitura a ação do professor é fundamental, este deverá ser o inspirador que vai "navegar" ao lado do seu aluno, na construção do seu aprendizado pelos oceanos de informações, disponíveis na contemporânea sociedade do conhecimento.

Referências

AGUIAR, V. T. **Que livro indicar: Interesses do leitor jovem.** Porto Alegre: Mercado Aberto, 2009.

BAKHTIN, M. **Marxismo e filosofia da linguagem.** São Paulo: Hucitec, 1995.

BAMBERGER, Richard. **Como incentivar o hábito da leitura**. São Paulo: Ática, 2010.

BARTHES, Roland. **O Obvio e o Obtuso.** Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2009.

CAVALLO, Guglielmo e Chartier, Roger. **História da Leitura no Mundo Ocidental Volumes I e II.** São Paulo: Ática, 2003.

ECO, Humberto. ***Obra aberta*.** São Paulo: Perspectiva, 1996.

FIORIN, J. L. **Linguagem e Ideologia.** São Paulo: Ática, 2001.

FREIRE, Paulo. **A importância do ato de ler.** São Paulo: Cortez, 1992.

FREIRE, P. e Macedo, Donaldo. **Alfabetização leitura do mundo leitura da palavra.** Rio de Janeiro: Paz e terra, 1990.

LÉVY, Pierre. **As tecnologias da inteligência.** Rio de Janeiro: Ed. 34, 1993.

_____. **O que é virtual?** São Paulo: Ed. 34, 2006.

_____. **Cibercultura.** São Paulo: Ed. 34, 2009.

_____. **A Inteligência Coletiva.** São Paulo: Edições Loyola, 2008.

MANGUEL, A. **Uma História da Leitura.** São Paulo: Companhia das Letras, 2007.

REZENDE, Andréa Siqueira de. **O desafio de formar leitores.** Revista Presença Pedagógica, Belo Horizonte, N. 33: 2000.

SILVA, E. Theodoro e outros. **A Leitura nos Oceanos da Internet.** São Paulo: Cortez, 2002.

SILVA, Ezequiel Theodoro da. **Elementos de Pedagogia da Leitura.** São Paulo: Martins Fontes, 2009.

_____. **Leitura e Realidade Brasileira.** Porto Alegre: Mercado Aberto, 2007.

_____. **O Ato de Ler – Fundamentos Psicológicos para nova Pedagogia da Leitura.** São Paulo: Cortez, 2000.

SOARES, M. B. **As condições sociais da leitura: Uma leitura em contraponto.** In Silva, E. T. (org.) **Leitura perspectives interdisciplinares.** São Paulo: Ática, 2008.

SOARES, M. B. **Linguagem e Escola: uma perspectiva social.** São Paulo: Cultrix, 2002.

Tecnologia e Humanismo a Serviço da Produção Gráfica e Editorial

IMPRIMINDO QUALIDADE

(83) 244-2392

utopiagrafic@terra.com.br