



DEPARTAMENTO DE AÇÕES EM SAÚDE
POLÍTICA ESTADUAL DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES

NOTA TÉCNICA 03/2018
BIODANÇA NA REDE DE ATENÇÃO À SAÚDE

OBJETIVO

Esta Nota Técnica tem como objetivo orientar os gestores do SUS sobre a implantação da Biodança como Prática Integrativa e Complementar em Saúde (PICS) na Rede de Atenção à Saúde (RAS) no Rio Grande do Sul.

FUNDAMENTAÇÃO

Criado em 1965 por Rolando Toro, psicólogo especializado em Antropologia, professor, poeta e pintor chileno, o Sistema Biodanza® é um sistema de integração humana, de renovação orgânica, de reeducação afetiva e de reaprendizagem das funções originais da vida. A sua metodologia consiste em induzir vivências integradoras por meio da música, do canto, do movimento e de situações de encontro em grupo (Toro, 2002).

A Biodança apresenta uma epistemologia interdisciplinar: integra um sistema amplo de saberes que conecta o ser humano consigo, com os outros e com o universo; utiliza-se do conhecimento da Biologia, Antropologia, Psicologia e Sociologia (Flores, 2006). Trabalha com a parte sã do ser humano, o que qualifica a Biodança como um verdadeiro investimento na saúde dos indivíduos. Considera a pessoa em sua identidade, para além dos diagnósticos, valorizando a interação sócio-afetiva como fator de recuperação.

A Portaria 849, de 27 de março de 2017, incluiu a Biodança, entre outras práticas, na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) (Brasil, 2006). A presença da Biodança nos serviços de saúde do país, evidenciada pelo Programa Nacional de Melhoria do Acesso e da Qualidade na Atenção Básica (PMAQ) mostra que esta é uma abordagem de cuidado já realizada em muitos

municípios e que, pela ampliação da PNPIC, tem-se um avanço na institucionalização desta prática no âmbito do SUS. Tendo em vista que a integralidade da atenção é uma das diretrizes do SUS, a Biodança vem como uma possibilidade de ampliar as ofertas terapêuticas aos usuários na RAS.

Em Biodança, as práticas têm como base as vivências realizadas em grupo, por meio da música e da dança. As "Linhas de Vivência" são elementos operativos essenciais da Biodança, representando conjuntos expressivos do potencial humano. São elas: a Vitalidade - potencial de equilíbrio orgânico e ímpeto vital; a Sexualidade - capacidade de sentir prazer; a Criatividade - elemento de renovação da vida, criando-se a si mesmo e realizando atividades artísticas; a Afetividade - amor pelos seres humanos e pela vida em geral; e a Transcendência - capacidade de ir além do ego e expandir a consciência (Toro, 2001).

A metodologia da Biodança permite agrupar uma variedade ampla de participantes com características singulares, podendo ser aplicada a idosos, crianças, gestantes, adolescentes, e grupos específicos ou com patologias como hipertensão, diabetes, obesidade, entre outras (Toro, 2001). As vivências nos grupos de Biodança podem ser importantes elementos no controle da ansiedade, sendo capazes de restabelecer um sentimento de segurança e conforto, reduzindo o efeito dos fatores ansiogênicos.

Por estimular uma reeducação do estilo de vida, tem uma proposta de alívio de tensões e redução de estresse, com a modulação da produção de neurotransmissores que ocorre durante as práticas (Góis & Ribeiro, 2008). Uma única sessão de Biodança pode promover redução aguda da pressão arterial em idosos e adultos de meia idade hipertensos (Cazé et al. 2007).

Em estudo realizado com mais de 100 estudantes universitários que apresentavam estresse, sessões semanais de 90 minutos de Biodança, durante um mês, levaram à redução do estresse e dos sintomas da depressão (López-Rodríguez et al. 2017). Carbonell-Baeza et al. (2010) investigaram o efeito da Biodança em mulheres com fibromialgia. Após 12 sessões os pesquisadores verificaram melhora do impacto da doença e redução da dor.

Em estudo de revisão de 2016, foi verificado que a Biodança é capaz de reduzir a impaciência, à qual está relacionada à doença cardíaca. A prática contribuiu para

umentar a disposição, alegria, bem-estar e a capacidade de expressar emoções em seus praticantes (Stueck & Tofts, 2016).

IMPLANTAÇÃO NA REDE DE ATENÇÃO

A prática da Biodança envolve um encontro semanal com duração de até duas horas, com grupos de no mínimo dez pessoas, que periodicamente se abrem para o recebimento de novos participantes. Para a sua implantação, orientam-se as seguintes condições:

1. Infraestrutura

Recomenda-se que as práticas sejam realizadas em locais com privacidade, em salas arejadas e com no mínimo 50 m². De maneira ideal, o piso da sala não deve ser frio, devido à importância da prática de pés descalços; isso não impede a realização das sessões caso os praticantes usem seus calçados ou sejam dispostos tapetes emborrachados no piso.

Recomenda-se que seja utilizada uma caixa de som com potência de 80 a 100 Watts RMS.

2. Recursos Humanos

Para a condução das práticas na rede, o professor/facilitador deve ser profissional de saúde ou profissional que atue em Oficina Terapêutica (Rio Grande do Sul, 2011) ou em outro dispositivo da RAS, com formação certificada e com diploma validado em Biodança pela Associação Brasileira de Escolas de Biodanza Sistema Rolando Toro.

O Apêndice A contém alguns aspectos sobre a formação em Biodança, além de outras informações relevantes.

3. Acesso à Biodança

O acesso à Biodança é universal, tendo-se o cuidado de respeitar particularidades e recomendações específicas para cada grupo, como gestantes, idosos e crianças, entre outros.

O projeto de implantação da Biodança deve ser apreciado pelas instâncias de participação e controle social, devendo constar do Plano de Ação Municipal de PICS,

da Programação Anual de Saúde, do Plano Municipal de Saúde e do Relatório Anual de Gestão (Rio Grande do Sul, 2017).

4. Financiamento

A Biodança deverá ser inserida na RAS com ênfase na Atenção Básica, a qual dispõe de recursos para a execução das ações. Para maiores informações, ver Nota Técnica PEPIC-RS / DAS Nº 01/2017 (Rio Grande do Sul, 2017).

5. Registro das Atividades

Para o fortalecimento das ações desenvolvidas, é fundamental o registro das atividades. A Biodança apresenta o código de procedimento no SIGTAP número 01.01.05.010-0. Os profissionais devem ser incluídos no Sistema de Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Saúde (SCNES), nos cadastros dos estabelecimentos/equipes em que exercerem as atividades. Os registros das ações de Biodança na Atenção Básica devem ser feitos por meio do e-SUS AB, no Prontuário Eletrônico do Cidadão (PEC), com o preenchimento da página de Atividades Coletivas, ou em prontuário eletrônico próprio/privado (Rio Grande do Sul, 2017).

6. Monitoramento e Avaliação

Recomenda-se o acompanhamento regular e contínuo das ações realizadas, de modo que a implantação da Biodança ocorra de acordo com o projeto proposto. A partir da coleta dos dados obtidos com a execução das ações, é possível fazer avaliações situacionais que determinem os impactos da prática e a capacidade de gerar as mudanças planejadas.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria nº 971, de 03 de maio de 2006. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Diário Oficial da União, Brasília, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria nº 849, de 27 de março de 2017. Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. Diário Oficial da União, Brasília, 2017.

CARBONELL-BAEZA, Ana et al. Efficacy of Biodanza for Treating Women with Fibromyalgia. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, New York. v. 16 n. 11, p. 1191-1200, nov. 2010.

CAZÉ, Raquel Freire et al. Resposta aguda da pressão arterial a uma sessão de Biodança com pessoas de meia idade e idosas. 2007. In: XV Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte e II Congresso Internacional de Ciências do Esporte, 2007. Recife. Livro de resumos - Política científica e produção do conhecimento em Educação Física, 2007.

GÓIS, Cezar Wagner de Lima; RIBEIRO, Kelen Gomes. Biodança, saúde e qualidade de vida: uma perspectiva integral do organismo. *Revista Pensamento Biocêntrico*, Pelotas, n. 10, p. 43-65, jul./dez. 2008.

FLORES, Terezinha M. Vargas. Epistemologia Interdisciplinar em Biodança. In: Congresso Internacional de Biodança de Buenos Aires. Buenos Aires, 1994. Educação Biocêntrica: aprendizagem visceral e integração afetiva. Porto Alegre, Evangraf, 2006. p. 77.

LÓPEZ-RODRÍGUEZ, María Mar et al. Effects of Biodanza on Stress, Depression, and Sleep Quality in University Students. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, New York, v. 23 n. 7, p. 558-565, jul. 2017.

RIO GRANDE DO SUL. Secretaria Estadual da Saúde. Resolução CIB-RS 404, de 26 de outubro de 2011. *Diário Oficial do Estado*, Porto Alegre, 2011. Disponível em: <http://atencaobasica.saude.rs.gov.br/upload/arquivos/201510/01114724-20141103171938rs-res-404-2011-incentivo-oficina-terapeutica.pdf>

RIO GRANDE DO SUL. Secretaria Estadual da Saúde. Resolução CIB-RS 695, de 20 de dezembro de 2013. Política Estadual de Práticas Integrativas Complementares em Saúde do Rio Grande do Sul. *Diário Oficial do Estado*, Porto Alegre, 2013. Disponível em: <http://atencaobasica.saude.rs.gov.br/upload/arquivos/201712/13142927-nota-tecnica-pecic-rs-das-01-2017.pdf>

RIO GRANDE DO SUL. Secretaria Estadual da Saúde. Departamento de Ações em Saúde. Nota Técnica PEPIC-RS / DAS Nº 01/2017. Orientações para a Inserção de Práticas Integrativas e Complementares na Rede de Atenção à Saúde. Porto Alegre, 2017. Disponível em: <http://atencaobasica.saude.rs.gov.br/upload/arquivos/201712/13142927-nota-tecnica-pecic-rs-das-01-2017.pdf>

STUECK, Marcus; TOFTS, Paul S. Biodanza Effects on Stress Reduction and Well-Being - A Review of Study Quality and Outcome. *Signum Temporis*, vol. 8 n. 1, p 57–66, 2016.

TORO, Rolando. Biodanza. São Paulo: Olavo Brás/Escola Paulista de Biodanza, 2002.

TORO, Rolando. Teoria da Biodança. Tomo I. Fortaleza: ALAB, 2001.

GRUPO DE TRABALHO

Alexandre Daniel Noronha, Professor de Biodança, Psicólogo, Presidente da Associação Gaúcha de Biodança.

Angélica Woicichoski, Política Estadual de Práticas Integrativas e Complementares, SES/RS;

Artur Ferreira Almeida, Professor de Biodança, Administrador, Vice-presidente da Associação Gaúcha de Biodança.

Carlos Manuel de Oliveira Dias, Professor de Biodança, Agrônomo, Diretor da Escola de Biodanza Sistema Rolando Toro, Viamão, RS.

Carmen Lucia Bez Batti, Professora de Biodança, Nutricionista, Diretora da Escola Gaúcha de Biodanza Sistema Rolando Toro, Santa Maria, RS.

Melaine Terra, Farmacêutica, Política Estadual de Práticas Integrativas e Complementares, SES/RS.

Sílvia Czermainski, Farmacêutica, Sanitarista, Coordenadora da Política Estadual de Práticas Integrativas e Complementares, SES/RS.

Zélia Villarinho, Professora de Biodança, Pedagoga, Diretora da Escola de Biodanza Sistema Rolando Toro, Porto Alegre, RS.

APROVAÇÃO PELO COMITÊ GESTOR

Esta Nota Técnica foi aprovada em reunião no dia 05 de julho de 2018, pelo Comitê Gestor da Política Estadual de Práticas Integrativas e Complementares da SES/RS, instituído pela Portaria SES/RS 143/2017.

APÊNDICE A -

INFORMAÇÕES ADICIONAIS SOBRE BIODANÇA

O curso de formação em Biodança tem duração mínima de três anos. Para admissão nas escolas de Biodança, alguns requisitos são exigidos, como ter curso superior, ser participante de um grupo regular cujo professor seja titulado por escola vinculada à Associação Brasileira de Escolas de Biodanza Sistema Rolando Toro e haver realizado no mínimo 50 horas de prática vivencial.

O plano de estudos consiste em 28 módulos com carga horária mínima de 15 horas para cada um; realização de um relatório referente ao tema de cada módulo; participação em um mínimo de três conferências sobre temas afins à Biodança; participação em grupos de estudos; estágio de no mínimo 3 meses junto a um grupo regular, preferencialmente os de inclusão social; sessões de práticas supervisionadas por um professor didata e apresentação de uma monografia ou trabalho de conclusão de curso para obter o título de professor de Biodança.

Atualmente, a Biodança está presente em 38 países, com aproximadamente 200 escolas de formação de facilitadores, sendo 23 no Brasil e 4 no Rio Grande do Sul.

A Biodança propõe níveis de desenvolvimento, que representam mudanças biológicas, expressão de potenciais genéticos, processos de integração, aumento da complexidade das conexões neurológicas, expansão da consciência e amplificação da percepção. No desenvolvimento e aplicação da Biodança, seu criador Rolando Toro observou nos praticantes um aumento da autoestima, da motivação para a vida, intensificação da alegria de viver, fortalecimento dos vínculos afetivos e do equilíbrio emocional. Além destes aspectos, outros como consciência corporal, desinibição progressiva e expressão criativa foram potencializados, havendo melhora da coordenação motora, ritmo, flexibilidade e agilidade (Toro, 2001).