

**BIODANÇA COMO PRÁTICA INTEGRATIVA COMPLEMENTAR
EM CONTEXTO COMUNITÁRIO**

***BIODANZA AS AN INTEGRATIVE AND COMPLEMENTARY PRACTICE
IN COMMUNITY HEALTH***

 Zulmira Áurea Cruz Bomfim¹

¹ Professora Titular do Programa de Pós-Graduação de Psicologia da Universidade Federal do Ceará (UFC). Doutorado em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP).

E-mail: zulaurea@gmail.com



ACESSO ABERTO

Copyright: Esta obra está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional. 

Conflito de interesses: A autora declara que não há conflito de interesses.

Financiamento: Não há.

Declaração de Disponibilidade dos dados: Não se aplica.

Recebido em: 13 dez. 2021.

Aceito em: 23 dez. 2021.

Publicado em: 31 dez. 2021.

Como citar este artigo:

BOMFIM, Zulmira Áurea Cruz. Biodança como prática integrativa complementar em contexto comunitário. **Informação em Pauta**, Fortaleza, v. 6, n. especial, p. 107-116, dez. 2021. DOI: 10.36517/2525-3468.ip.v6iespecial.2021.78038.107-116.

RESUMO

O objetivo deste artigo é apresentar a Biodança como uma prática integrativa no contexto da saúde comunitária. A metodologia deste artigo consta em uma revisão de literatura baseada em materiais mimeografados feitos a partir de escritos de Rolando Toro criados para a formação de facilitadores de Biodança. Tal revisão visa compreender as possíveis relações entre a Biodança e as Práticas Integrativas Complementares (PICs) como estratégia de atenção básica em saúde no Brasil por meio das políticas públicas que compõem o Sistema Único de Saúde (SUS). O estudo aponta que a Biodança ocupa um espaço importante de prevenção, reabilitação e cura de doenças e participa hoje do catálogo de PICs para a população atendida pelo SUS focando não apenas na ausência de sintomas, mas sim na plena qualidade de vida. Conclui-se que essa perspectiva se mostra como uma alternativa de práticas humanizadas de cuidado em nível comunitário, sendo ainda preciso fortalecer o registro de dados relativos à prática e a elaboração de materiais baseados nos seus resultados.

Palavras-chave: terapias complementares; biodança; saúde comunitária.

ABSTRACT

The aim of this article is to present Biodanza as an integrative practice in the community health context. The methodology of this article consists of a literature review based on mimeographed materials made from essays written by Rolando Toro for training Biodanza facilitators. This review aims to understand the possible relationships between Biodanza and Integrative and Complementary Practices (ICP) as a primary health care strategy in Brazil through public policies that compose the Brazilian Sistema Único de Saúde (SUS).

The study points out that Biodanza occupies an important space for the prevention, rehabilitation and cure of diseases and today participates in the ICP's catalog for the population served by SUS, focusing not only on the absence of symptoms, but on the full quality of life. It is concluded that this perspective is shown as an alternative for humanized care practices at the community level, and it is still necessary to strengthen the data recordings related to Biodanza practices and its results.

Keywords: complementary therapies; biodanza; community health.

1 INTRODUÇÃO

O objetivo deste artigo é apresentar a Biodança como uma prática integrativa no contexto da saúde comunitária. A Biodança pode ser definida como um sistema de integração afetiva, renovação orgânica e reaprendizagem das funções originárias de vida (TORO, 1999). O autor desta abordagem — Rolando Toro, antropólogo chileno — expandiu-a nas décadas de 1960, 1970 e 1980 inicialmente no Chile, na Argentina e no Brasil e, posteriormente, em outros países da Europa tais como Itália, França, Espanha, Portugal, dentre outros. Atualmente a Biodança é praticada em todos os continentes. No Brasil, a abordagem tem ocupado, mais recentemente, um espaço significativo de intervenção dentro das Práticas Integrativas e Complementares (PICs).

Para facilitar o desenvolvimento das ideias deste artigo, serão respondidas algumas perguntas que podem situar melhor o leitor — tanto aqueles que estão pela primeira vez em contato com esta abordagem ou mesmo aqueles que já têm as práticas integrativas e complementares em saúde no seu cotidiano. A metodologia deste artigo consta em uma revisão de literatura baseada em materiais mimeografados feitos a partir de escritos de Rolando Toro criados para a formação de facilitadores de Biodança. Tal revisão visa compreender as possíveis relações entre a Biodança e as PICs como estratégia de atenção básica em saúde no Brasil por meio das políticas públicas que compõem o Sistema Único de Saúde (SUS).

Assim, foram traçados alguns questionamentos. Esses foram respondidos durante a apresentação “Biodança como prática e bem-estar no contexto comunitário e coletivo na atualidade”, que compôs uma mesa redonda no VI Seminário Internacional de Informação para a Saúde (VI SINFORGEDS) promovido pelo Programa de Pós-Graduação em Ciência da Informação da Universidade Federal do Ceará (UFC) e que se encontra transcrita no presente artigo.

As perguntas que motivaram a apresentação foram: 1) O que é uma PIC? 2) Por que a Biodança é considerada uma PIC? 3) O que significa saúde para a Biodança? 4) Como a Biodança promove saúde? 5) Como a Biodança atua no SUS? 6) Qual a importância da prática de Biodança na atualidade? Para respondê-las, integram-se tanto os aspectos da teoria da Biodança presente nas produções de Rolando Toro quanto as experiências advindas da prática em Biodança no contexto comunitário.

2 PERSPECTIVAS HISTÓRICAS, TEÓRICAS E EPISTEMOLÓGICAS A PARTIR DE UM LUGAR DE FALA

Para a integração de aspectos teórico-epistemológicos e das práticas e experiências em Biodança nos contextos comunitários — matriz na qual foca a perspectiva de prevenção e promoção na atenção básica em saúde no SUS — apresento meu lugar de fala enquanto autora.

Como facilitadora de Biodança, tenho experimentado os benefícios desta abordagem desde 1982, ano no qual era aluna do curso de graduação em Psicologia na UFC. A partir desse contato, pude experimentá-la com o objetivo de aprofundamento do processo de autoconhecimento e suporte terapêutico. A Biodança como possibilidade de formação propiciou-me um novo olhar para a saúde do indivíduo, a qual passou a ocorrer de forma global (DAMÁSIO, 1998), considerando os fatores biopsicossociais para a prática do psicólogo, assim como a inserção da corporeidade como caminho para o conhecimento da subjetividade.

Fui formada como facilitadora na Escola Nordestina de Biodança em 1984, com sede em Fortaleza. Desde então, tenho facilitado grupos regulares de Biodança com objetivo de desenvolvimento e autoconhecimento humano. Além disso, sou também didata e tenho ministrado aulas em escolas de formação de facilitadores de Biodança no Brasil e internacionalmente.

Meu trabalho de conclusão do curso de formação em Biodança versou sobre um grupo de líderes comunitários do bairro do Pirambu, o que convergiu também para minha prática de atuação com psicologia comunitária e psicologia social. Tais aproximações também me permitiram ministrar a disciplina de Biodança no Departamento de Psicologia da UFC, o qual integro como professora titular.

Como gestora, fui diretora da Escola de Biodança de Brasília no período de 1986 a 1990 e atualmente sou diretora da Escola Comunitária de Biodança (ECOMBIO) com sede na cidade de Meruoca, Ceará. A ECOMBIO é vinculada à Associação de Escolas de Biodança Brasil (EBB).

Como pesquisadora docente, também faço parte do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da UFC, no qual tenho me debruçado sobre a pesquisa, o ensino e a extensão em diálogo com a psicologia social, a psicologia comunitária e a Biodança. Essa trajetória aproximou-me do conceito de saúde na Biodança em comunidades.

3 BIODANÇA COMO UMA PRÁTICA INTEGRATIVA COMPLEMENTAR EM SAÚDE

As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) são procedimentos ou tratamentos que utilizam recursos terapêuticos baseados em conhecimentos tradicionais, voltados para prevenir diversas doenças ou até mesmo em alguns casos como tratamentos paliativos e algumas doenças crônicas (AGUIAR; KANAN; MASIERO, 2019).

A Biodança é uma das PICs por ocupar um espaço importante de prevenção, reabilitação e cura de doenças e participa hoje, juntamente com 29 procedimentos, do catálogo de PICs à população nos atendimentos no SUS, que têm início na Atenção Básica/Primária, sua principal porta de entrada. A prática traz evidências científicas e suas bases epistemológicas estão referenciadas nas ciências humanas. Além disso, a Biodança é interdisciplinar, pois além das ciências — tais como a Psicologia, a Biologia, as Ciências Sociais, a Antropologia, as Neurociências, dentre outras — inclui também as Artes — a literatura e as artes plásticas —, a Filosofia, etc.

A Biodança como parte das PICs tem mostrado os benefícios do tratamento integrado entre medicina convencional e práticas integrativas e complementares. Além disso, há crescente número de facilitadores de Biodança capacitados e habilitados a integrar a prática da Biodança dentro da atuação do SUS.

4 SAÚDE, PRINCÍPIO BIOCÊNTRICO E DEFINIÇÃO DE DANÇA DA VIDA

A Biodança se baseia no princípio biocêntrico, no qual a vida torna-se a grande referência (MATURANA, 1993; THOMPSON, 1987). O ser humano faz parte deste grande universo cósmico, assim como toda a vida no planeta. Para isso, Rolando Toro (2002) criou um modelo de reeducação para a vida que nos conduz à Arte de Viver, nos convida à grande dança cósmica. Seus recursos são também universais: ritmo e harmonia musical, movimento orgânico, criação e encontro amoroso. Biodança é a Arte Magna, a Arte Suprema que nos conduz à saúde como expressão da ordem cósmica.

A base de construção da teoria da Biodança advém de uma meditação sobre a vida (TORO, 2002), principalmente quando reflete sobre o estilo de vida doentio humano, que o autor associou com o que denominou como “doenças da civilização”. Em seu modelo teórico, Toro dá um destaque especial à forma como as doenças humanas se desenvolvem a partir de um estilo de vida humano antivida, que mata o ser humano, extingue espécies e devasta a natureza.

Ele se fundamentou em Arthur Jores (1982 *apud* TORO, 1999b), o notável inovador da Medicina Psicossomática. Ao fazer um balanço do número de enfermidades existentes em um Catálogo de Patologia Geral, Jores contabilizou aproximadamente duas mil enfermidades, das quais só quinhentas são comuns ao homem e aos animais. Neste grupo estão as de origem traumáticas, virais, microbianas, parasitárias e carenciais. As mil e quinhentas restantes são “exclusivamente humanas” e, de acordo com Toro (2002), constituem o preço que devemos pagar por nossos modos alienados de vida.

Esta reflexão sobre o estilo de vida levou Toro (1999) a construir os conceitos de saúde e doença na biodança baseado numa visão de totalidade que, segundo ele, envolve dimensões biológicas, psicológicas, culturais, dentre outras. Considerando esses aportes, o autor define a Biodança “como um sistema de [1] integração afetiva, [2] renovação orgânica e [3] reaprendizagem das funções originárias da vida, baseada em vivências induzidas pela dança, pela música e por situações de encontro em grupo” (p. 7).

Cada eixo dessa definição é fundamental para a compreensão da abordagem: 1) a integração afetiva pela possibilidade de restabelecer a unidade perdida entre o homem e a natureza; 2) já a renovação orgânica diz respeito, principalmente, a estados especiais de entrega e relaxamento que ativa processos de reparação celular; 3) quanto à reaprendizagem das funções originárias da vida (LEBOYER, 1986), essa significa

aprender a viver a partir dos instintos, visto que o estilo de vida deve ter coerência com os impulsos primordiais da vida e que os instintos têm por objetivo conservar a vida e permitir sua evolução.

Outro aspecto importante que se agrega à definição da Biodança é trabalhar a saúde a partir da dimensão sã, mesmo quando o contexto é de baixa autoestima dos participantes, com desmotivação para criar e para viver. Considera-se que sempre há uma espécie de, como cita Antonin Artaud em poema (apud TORO, 1999b, p. 7), “vontade de luz para iluminar a insistente sombra”.

No pensamento do autor, “o grito original [...] vem de uma esperança de mais vida, não do terror ou da repugnância, nem do desespero, mas do ser primitivo, do tempo dos deuses ancestrais, reorganizadores do universo dos humanos” (MEDINA, 2020).

A ideia é fazer crescer a parte luminosa e saudável da pessoa que passa por dificuldade ou doença. A parte sombria — os sintomas — tende a desaparecer. O processo terapêutico na Biodança acontece mesmo quando não se fala sobre ele. Por exemplo, as queixas e dificuldades expressas podem ser trabalhadas aumentando a parte saudável. A depressão e a angústia serão consideradas, porém não será esse o foco. O facilitador/terapeuta escutará as queixas, porém convidando a dançar criando logo depois, no próximo encontro, condições para o compartilhamento de vivências via intimidade verbal.

Pensar a doença e o sintoma como um transtorno de um órgão ou de um sistema isolado representa o erro mais dramático da medicina segundo Rolando Toro (1999). Esse modo de pensar dissociativo para o autor implica em o ser humano ser uma soma ou um conjunto de peças isoladas e não um sistema de circuitos funcionais nos quais o processo vital consiste em uma complexidade muito maior do que a soma de suas funções.

Com base nisso, o êxito pedagógico e terapêutico da Biodança deve-se a seus efeitos sobre o organismo como totalidade e seu poder de reabilitação existencial e afetiva motora considerando dimensões integradoras chamadas por Toro de “sete poderes”: a música, a dança integradora, a vivência, o encontro (carícia e contato), o transe, a expansão da consciência e o grupo.

5 PODERES DE TRANSFORMAÇÃO E CURA

Biodança tem sua inspiração nas origens mais primitivas da dança. De acordo com Rolando Toro (1999, p. 5):

É importante esclarecer que a dança, num sentido original, é movimento vivencial. Muitas pessoas associam a dança ao espetáculo de 'balé'. Esta é uma visão formal da dança. Biodança tem sua inspiração nas origens mais primitivas da dança. [...] A música pode despertar emoções e sentimentos amorosos, eufóricos, nostálgicos, que ao ser dançada (movimento) se transforma em vivências.

Por sua parte, Novalis — o místico poeta alemão — anunciou a possibilidade de uma verdadeira “sociologia musical”, na qual o homem possuiria todas as harmonias e ressonâncias do universo, apesar de atualmente viver sob a pressão da estridência. O poeta defende a tese de que perdemos a harmonia: somos seres angustiados. Como possibilidade, despertar o “homem musical” que jaz em cada criatura seria o programa do porvir.

Com suporte nessa perspectiva, a metodologia da Biodança orienta-se pela deflagração de vivências integradoras, capazes de superar as dissociações que nossa cultura induz. “A Vivência é uma experiência vivida com grande intensidade pelo indivíduo em um espaço de tempo aqui e agora, abarcando as funções emocionais, cinestésicas e orgânicas” (TORO, 1999e, p. 3).

Assim, a vivência como compreensão da totalidade do organismo tem importância central para o cuidado de si e do outro pois, de acordo com Toro (1999e, p. 3), “muitas pessoas vivem estados de dissociação psicossomática. Pensam algo, sentem de forma diferente e atuam de modo dissociado em relação ao que sentem”.

É importante lembrar que a “Biodanza é uma poética do Encontro humano. A conexão entre as pessoas é essencial em todo ato de reabilitação ou cura” (TORO, 1999b, p. 10). Não existe crescimento solitário para Rolando Toro. A conexão verbal é insuficiente. É necessário o contato, a dança em par, ou coletiva e o compromisso corporal dentro de um contexto sensível, sutil e em feedback.

6 AS LINHAS DE VIVÊNCIA

O objetivo da Biodança não é tratar um sintoma, mas sim desenvolver os potenciais humanos. Neste caso, o conceito de saúde para a Biodança não é apenas a ausência de sintomas, e sim a plena qualidade de vida por meio da integração da identidade. A saúde em Biodança está intrinsecamente relacionada às cinco linhas de vivência e ao princípio

biocêntrico. Trabalhar a saúde é uma forma de reeducação para os cinco potenciais de vida (TORO, 1999d):

1) *Vivências de Vitalidade*: O desenvolvimento da linha de vitalidade é gerado estimulando, mediante as danças, o sistema neurovegetativo (simpático-parassimpático), a homeostase (equilíbrio interno que se conserva apesar das mudanças externas), o instinto de conservação (luta e fuga), a energia para a ação e a resistência imunológica. Basicamente, os exercícios de vitalidade mobilizam o que Toro, baseado em Jung (1986), intitula “Inconsciente Vital” (TORO, 1999a), que constitui o fundo endotímico, o humor, e os estados de ânimo.

2) *Vivências de Sexualidade*: Os exercícios estimulam os movimentos e sensações relacionadas com o erotismo, a identidade sexual e a função do orgasmo. Estes exercícios permitem o despertar das fontes do desejo e superar a repressão sexual.

3) *Vivências de Criatividade*: São estimulados os impulsos expressivos e de inovação, da capacidade de criar danças, da criatividade existencial e artística.

4) *Vivências de Afetividade*: Cerimônias de encontro, rituais de vínculo e danças de solidariedade permitem uma reeducação afetiva e o acesso à amizade e ao amor.

5) *Vivências de Transcendência*: As danças na natureza, os exercícios na água, as danças dos Quatro Elementos, vinculam os participantes de Biodança com a harmonia universal, despertam a atitude ecológica e o acesso à consciência cósmica.

As cinco Linhas de Vivência se relacionam entre si e se potenciam reciprocamente, movendo o ser humano a partir de seu potencial genético em direção à expressão das suas capacidades adormecidas ou bloqueadas.

7 A BIODANÇA NO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE

A Biodança atua no SUS respeitando o fluxo de encaminhamento dos pacientes a partir de seus princípios, entendendo que todo cidadão tem direito à saúde e acesso a todos os seus serviços públicos respeitando a universalidade, a integralidade, a equidade, a descentralização, a regionalização, a hierarquização e a participação social (BRASIL, 1990).

A Organização Mundial da Saúde — OMS — (*apud* SEGRE; FERRAZ, 1997, p. 539) afirma que a “saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a mera ausência de doença ou enfermidade”. A Biodança na atenção primária em saúde se alia a essa perspectiva atuando na promoção de bem-estar individual e comunitário pautado não apenas na presença de doenças ou sintomas, mas sim nas potencialidades humanas.

Apesar de não focar na presença de sintomas e de doenças, os protocolos de encaminhamento podem ser realizados para o tratamento de doenças psicossomáticas tais como as citadas por Toro (1999b, p. 17): “epidermite, asma brônquica, úlcera duodenal, colite ulcerosa, anorexia nervosa, hipertensão essencial, enxaqueca”.

8 CONCLUSÕES

A Biodança, denominada por Toro (1999c) como a “dança da vida”, reafirma sua importância ao sustentar que “o primeiro conhecimento do mundo, anterior à palavra, é o conhecimento pelo movimento. A dança é, portanto, um modo de ser-no-mundo, a expressão da unidade orgânica do homem com o universo” (GARAUDY, 1980, p. 15).

A inclusão da Biodança como prática integrativa no campo da saúde coaduna com a urgência da implementação de abordagens que primam por uma visão de totalidade que abarque uma outra estratégia de tratamento para as “doenças da civilização” pautada na vivência e na dança.

A inserção da prática nos protocolos de atenção básica em saúde, em sintonia com as demandas dos territórios, requer a contratação de facilitadores de Biodança devidamente capacitados e credenciados junto aos órgãos reguladores da atividade. Tal perspectiva se mostra como uma alternativa de práticas humanizadas de cuidado em nível comunitário.

Os resultados alcançados na prática de Biodança no SUS têm sido relatados informalmente em fóruns de práticas integrativas complementares ou mesmo em eventos

vinculados à prática de Biodança — como seminários e congressos. Apesar disso, a produção, a difusão e a apropriação desses dados ainda necessitam de maior aprofundamento e rigor metodológico. Assim, conclui-se que é preciso fortalecer o registro de dados relativos à prática e a elaboração de materiais baseados nos seus resultados.

REFERÊNCIAS

- AGUIAR, J; KANAN, L. A.; MASIERO, A. V. Práticas Integrativas e Complementares na atenção básica em saúde: um estudo bibliométrico da produção brasileira. **Saúde em Debate**, v. 43, n. 123, p. 1205-1218, 2019. DOI: 10.1590/0103-1104201912318.
- BRASIL. **Lei n.º 8080, de 19 de setembro de 1990**. Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. Brasília, 1990.
- DAMÁSIO, A. R. **O Erro de Descartes**. São Paulo: Companhia das Letras, 1998.
- GARAUDY, R. **Dançar a vida**. São Paulo: Nova Fronteira, 1980.
- JUNG, C. G. **Símbolos de Transformação**. Petrópolis: Vozes, 1986.
- LEBOYER, F. **Nascer Sorrindo**. 11. ed. São Paulo: Brasiliense, 1986.
- MATURANA, H. R. **El Árbol Del Conocimiento: las bases biológicas del entendimiento humano**. Santiago: Editorial Universitária, 1993.
- SEGRE, M.; FERRAZ, F. C. O conceito de saúde. **Revista de Saúde Pública**, v. 31, n. 5, p. 538-542, 1997. DOI: 10.1590/S0034-89101997000600016.
- THOMPSON, W. I. **Gaia: uma teoria do conhecimento**. São Paulo: Gaia, 1987.
- TORO, R. **Aspectos Psicológicos**. Curso de Formação Docente (Série). Santiago: International Biocentric Foundation [mimeo], 1999a.
- TORO, R. **Biodanza**. São Paulo: Ed. Olavobrás, 2002.
- TORO, R. **Biodanza: Ars Magna**. Curso de Formação Docente (Série). Santiago: International Biocentric Foundation [mimeo], 1999b.
- TORO, R. **Definição de Biodança e Modelo Teórico**. Curso de Formação Docente (Série). Santiago: International Biocentric Foundation [mimeo], 1999c.
- TORO, R. **Vitalidade**. Curso de Formação Docente (Série). Santiago: International Biocentric Foundation [mimeo], 1999d.
- TORO, R. **Vivência**. Curso de Formação Docente (Série). Santiago: International Biocentric Foundation [mimeo], 1999e.