

Congresso
Doente Crónico e Saúde Comunitária
25 e 26 de Novembro

Comunicação

**Idoso e Paremiologia: Fonte de sabedoria
Uma perspectiva de promoção da saúde**

AUTORES:

Celeste da Cruz Meirinho Antão*

Adília Maria Pires da Silva Fernandes*

Carlos Pires Magalhães*

Eugénia Maria Garcia Jorge Anes*

*ESSa - Instituto Politécnico de Bragança

Av D.João V

5300-121 Bragança

Toda a palavra encerra uma força comunicativa e inexplicável, é um encontro interpessoal que estabelece relações entre o eu e o outro. A palavra é um elemento decisivo nas relações humanas (Miguel, 2005). Este autor defende que a palavra tende a ser sempre eficaz e operativa; está destinada à sinceridade (escutar a verdade a alguém não é só ouvir mas também entender e escutar); acreditar na palavra é dar crédito a quem fala. A pós-modernidade caracteriza-se por quatro pontos essenciais: mobilização no sentido de estreitar relações entre a ciência e outras formas de conhecimento; flexibilização da ciência no uso de metodologias; reflexão sobre a interdisciplinaridade como forma de restituir um saber, até então construído na direcção da espacialidade e da fragmentação e por último na reflexão crescente sobre a necessidade de democratizar o saber, ou seja necessidade de apropriação colectiva dos frutos da ciência como forma de promover a democracia, a liberdade e o desenvolvimento (Boaventura Santos, 2000). Um provérbio encerra uma mensagem de aplicação explicativa e identificadora do real. Não se sabe donde emerge a descoberta ou a comprovação. Pode ter sido a experiência repetida e continuada de experiências alternativas, ou o erro sistemático que alguma vez foi corrigido e passou a resultar em eficácia. Uma locução proverbial não se remete a comunidades institucionais abrangentes, mas ao sujeito em si: por exemplo, “deitar cedo e cedo erguer, dá saúde e faz crescer” é uma acção do quotidiano ao longo do seu continuum, que vai identificando um hábito de vida, do qual será remanescente um perfil promotor (ou não, se o não cumprir) de saúde. De uma forma curiosa, mas eloquente, o conceito da Carta de Ottawa vem corroborar a primeira de todas as noções de responsabilidade: centrar no sujeito a assunção de comportamentos e atitudes que o coloquem como protagonista essencial da sua saúde. Assim, cada provérbio releva um contexto e não se centra em excepções, mas tal como o conceito de capacitação dirige-se ao sujeito. “É falando que a gente se entende”- ou seja, parece haver uma mensagem promotora de saúde em cada provérbio, que apesar da sua aparente não evidência científica, vem na grande maioria dos conteúdos proverbiais a ser progressivamente corroborado pelos actuais pressupostos da manutenção da saúde. Os provérbios são frases curtas - emergentes de um passado experiencial, ao qual não parece

haver acesso - passadas de pais para filhos, e embora por vezes contraditórios, encerram conceitos aprendidos na vida, representam uma sabedoria popular, como conselhos sábios ou lições de vida. “*Prevenir é Melhor que Remediar*” expressa uma verdade absoluta, nem sempre seguida pelas pessoas e com consequências, curiosa ou lamentavelmente, reconhecidas. Em geral estas referências culturais no domínio da saúde, dizem respeito ao desenvolvimento da vida. Em geral “visam respeitar um equilíbrio entre o homem e a natureza....têm uma significação preventiva e educativa, dizendo o que é preciso fazer para conservar o corpo, viver o melhor possível as etapas da existência passando sem traumas de uma à outra, para afastar e evitar a doença” (Honoré, 2002, p.62). Resultante de um estudo fenomenológico procurou-se encontrar corroboração científica dos provérbios na área da saúde, verificou-se que de 290 provérbios estudados, em 57% existe fundamento científico e 86% situam-se no âmbito da promoção da saúde (Antão, 2009). Pelo exposto, considerando o postulado de que a aprendizagem é feita ao longo da vida, tal como nos diz o provérbio “aprender até morrer”, recordamos no entanto que o marco fundamental da aprendizagem é a infância e os saberes geracionais explorados no ambiente familiar, social e escolar poderão ser uma mais-valia no âmbito da saúde. O idoso, além de muitos outros actores é aquele que se situa em relevo pelo: conhecimento da realidade da vida (pela experiência e vivência); sentimento de utilidade e valorização da pessoa (as ligações afectivas poder, autoridade, hierarquia).

Bibliografia

- Antão, C. M. (2009). *A importância dos Provérbios na Promoção da Saúde*. Tese de Doutoramento em Gerontologia Social, apresentada à Universidade de Extremadura. Badajoz.
- Direcção Geral de Saúde (2007). *Programa tipo em cessação tabágica*, circular normativa, nº 26, DSPPS, Lisboa: DGS.
- Green, L.; Richerd, L. & Potvin, L (1996). Ecological Foundations of Health Promotion, *Am J Health Promot*, 10 (4)270-281.
- Honoré, B. (2002). *A Saúde em Projecto*, Loures: Lusociência.
- Machado, J. P. (2005). *O Grande Livro dos Provérbios*, Lisboa: ed. Notícias.
- Miguel, J.M. (2005). *Palabra y Refranes*, Salamanca: Universidad Pontificia de Salamanca.
- Paiva, T. (2008). *Bom sono, Boa vida*. Lisboa: Oficina do livro.
- Santos, B.S. (2000). *Introdução a uma ciência pós moderna* (.2ªed).Rio de Janeiro: Graal.