

MULHERES RESSIGNIFICANDO O CUIDADO: IMPLICAÇÕES PARA REVISÃO DO CONCEITO

WOMEN RESSIGNIFYING CAREGIVING: IMPLICATIONS FOR CONCEPT REVISION

Dulce Maria Nunes¹

RESUMO

A realização do workshop "Cuidado e Convivência" teve por objetivo proporcionar a moradoras da cidade de Porto Alegre (RS - Brasil) a oportunidade de vivenciarem uma atividade de cuidado, na qual puderam dialogar, intercambiar e conhecer o significado da palavra "cuidado", enquanto arte, enquanto ciência. Num grupo de sessenta mulheres, foi possível recolher depoimentos que vislumbravam os conceitos da palavra cuidado. Foi possível observar que ao significado de cuidar, entre as mulheres, a quem foi conferida a prática do cuidado na sua acepção mais completa e conhecida, que é a maternidade, vieram-se agregando novas direções, novas dimensões quanto ao modo de pensar e agir. A experiência proposta possibilitou um renascimento, um desvelar do mundo interior, uma descoberta de potencialidades, uma evolução, a partir de si, para os outros, no exercício do cotidiano.

UNITERMOS: cuidado, corpo e movimento, mulheres.

"O corpo não mente. Seu tom, cor, postura, proporções, movimentos, tensões e vitalidade expressam o interior da pessoa. Esses sinais são uma linguagem clara para aqueles que aprenderam a lê-los. O corpo conta coisas sobre nossa história emocional e nossos mais profundos sentimentos, nosso caráter e nossa personalidade. O caminho oscilante e inconseqüente de um bêbado e o andar leve e gracioso de um bailarino falam tanto do seu movimento através da existência quanto de seu progresso pelo espaço." (Kurtz; Prester, 1989, p.21)

1 INTRODUÇÃO

Cuidado e Convivência – Workshop – se originou do desejo de proporcionar às pessoas que vivem em Porto Alegre uma atividade de cuidado, na qual se pudesse dialogar, intercambiar e conhecer, através dessas pessoas da comunidade, o significado da palavra "cuidado".

A idéia de desenvolvê-la, numa instituição como a Casa de Cultura Mário Quintana, pertencente à Secretaria de Cultura do Governo do Estado do Rio Grande do Sul, aconteceu porque

ela oferece espaço para viver cultura, arte e conhecimento, conseqüentemente, saúde.

Compreendendo "cuidado" como uma arte e uma ciência, e, sendo ele, hoje, entendido como oriundo do modo de ser, de viver, de cada pessoa, aquele ambiente foi considerado como integrador. Sendo a ação de cuidar-se, também, uma possibilidade de deixar fluir os desejos, um modo de bem utilizar a liberdade, a busca do espaço próprio e do direito de dele usufruir de forma a contribuir para o bem-estar próprio e da sociedade, ela é, igualmente um ato de cidadania.

Assim, durante o ano de 1995, realizaram-se seis "workshops" abertos à participação de todas as pessoas que quisessem se cuidar ou proporcionar cuidados aos outros.

A atividade se propunha a desenvolver técnicas facilitadoras de autodescoberta, visando aquela pessoa que, ao se cuidar, estivesse entrando em harmonia com o seu viver interno e externo. Relembra, igualmente, que o cuidado é uma prática que integra a pessoa à sociedade, de forma útil e equilibrada, pois ao se sentir harmônica a pessoa chega, está e é. Em sendo, ela entra e ocupa de forma criativa os seus espaços. O espaço é uma referência e uma preferência. Se a pessoa está aberta para o mundo, ela o vê; e se está aberta, disponível e curiosa pa-

¹ Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal de São Paulo. Professora Adjunta do Departamento de Enfermagem Materno-Infantil da Escola de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

ra uma nova busca, conhecerá este mundo na sua estrutura e dimensão.

Expliquei sobre o meu desejo de cuidar das pessoas durante algumas horas, num convívio e espaço agradáveis. Enquanto enfermeira, quando cuido, ajudo e acompanho a pessoa, aqui, nessa vivência supostamente saudável, a transitar por seu mundo. Nesse caminho, sigo-a num sinal de referência para o que ela deseja para si e a apóio onde ela encontra a sua preferência. Minha tarefa na atividade foi integradora e comunicadora.

Desejei acompanhar a pessoa na leitura de si mesma como ser humano. No momento em que a pessoa está apta a ler seus propósitos para cuidar-se, ajudei na tradução e na realização.

A convivência com outras pessoas enriquece pela possibilidade de troca com outras vivências e alternância de espaços. As mensagens de nosso espaço cotidiano se apresentam nas mais variadas formas e perspectivas. A proposta de trabalho foi de intercambiar situações e interesses, dando lugar à criação e à descoberta das potencialidades de cada um.

As participantes deixaram registrado, na ficha de inscrição, os motivos que as levaram à atividade. Dentre esses, esteve o interesse pelo tipo de trabalho. Elas demonstraram simpatia pela nova informação, considerando-a como algo recente, original.

Outras ponderações foram as de desenvolver a capacidade de relacionar-se com outras pessoas, estimular o sentido do tato, vivenciar experiências em comum com as demais pessoas. Mostraram-se estimuladas para desvendar e alcançar o seu interesse: cuidar-se. Percebeu-se a curiosidade em participar de atividades que revelam algo desconhecido, como as psicodramáticas.

Ao conhecer algo novo, teriam acesso à possibilidade de desenvolvimento desse outro conhecimento e, também, da habilidade para executá-lo para o seu cuidado próprio, bem como para formular idéias e apreciações sobre ele. Queriam compreender os novos rumos relativos ao autocuidado. Buscavam uma atividade de desobstrução, ou seja, o descanso dos fatores estimulantes do estresse da vida diária. Participaram porque estavam estimuladas pelos objetivos e metodologia propostos, os quais sintonizavam com seu modo de ver o mundo. Receberam indicações de professores, pela preocupação e a necessidade de autocuidar-se. Houve participantes que se declararam fascinados pelo seu próprio cuidado e pela possibilidade de ver as outras pessoas bem cuidadas num momento descontraído.

Revelou uma das participantes: *"a crença de que para cuidar de alguém de forma adequada é preciso estar bem consigo. O autocuidado é,*

acima de tudo, uma forma de demonstrar respeito e amor para com as pessoas que apreciamos e com quem convivemos e apreciamos. Há crença também de que 'vivemos, aprendemos e nunca sabemos' e, de que era este o 'outro saber' que buscava no "workshop". Expressou-se confiante por conhecer o trabalho da direção: uma luta determinada pela busca do conhecimento sobre o cuidado."

2 CARACTERÍSTICA DAS PARTICIPANTES

Os "workshops" foram realizados com uma freqüência de aproximadamente dez participantes em cada encontro, totalizando sessenta mulheres.

A maioria delas tem formação superior: são farmacêuticas, sociólogas, assistentes sociais, enfermeiras, pedagogas, advogadas, terapeutas ocupacionais e também estudantes universitárias e donas de casa. A faixa etária variou entre 19 a 70 anos.

Um dos aspectos que caracterizou a maioria dos grupos foi o clima de expectativa, animação e bom-humor. A maioria participou ativamente de todas as propostas apresentadas e/ou fazendo sugestões.

Outro aspecto característico das participantes foi a necessidade de falar; curiosidade para saber sobre as companheiras de grupo.

Os exercícios de coordenação distinguiram algumas pessoas por sua grande dificuldade em acompanhar as atividades propostas. Estas se sentiam envergonhadas e demonstraram desejo de não continuar a atividade, mas, aos poucos, começaram a participar como podiam, estimuladas pelas companheiras e coordenadora.

A realização das propostas iniciais, que necessitassem desenvolver qualquer tipo de flexão das articulações (coxo-femural, joelhos e tornozelos), foi motivo de queixas de dor. Essas mulheres se perceberam sem uma atividade específica que lhes proporcionasse um trabalho consciente para o cuidado do seu corpo.

3 PROGRAMA

A elaboração do programa para cada um dos "workshops" foi feita com base na expectativa de cuidado das pessoas inscritas. Todas as atividades foram oriundas de uma metodologia compreensiva, a qual visava o entendimento da linguagem da participante, através de uma interpretação do verbal e do não-verbal.

A síntese de técnicas continha atividades de psicodrama, teatro, dança e exercícios com base nas cadeias musculares (Denys Struyf). Para os exercícios respiratórios e atividades com a voz, contou-se com o trabalho de uma professora de canto, convidada.

Sobre o psicodrama e o teatro, o autor revela:

"O verdadeiro símbolo do teatro terapêutico é o lar. Aí surge o teatro em seu mais profundo sentido, porque os segredos mais bem guardados resistem violentamente a ser tocados e expostos. É o completamente privado. A primeira casa, o lugar onde começa e termina a vida, a casa de nascimento é a casa da morte, a casa das mais íntimas relações interpessoais, converte-se num palco e cenário de fundo. O prosaísmo é a porta da frente, a moldura de uma janela é a galeria. A platéia está no jardim, na rua."(Moreno, 1995, p.75).

As mensagens do corpo são oferecidas:

"O corpo oferece meios de comunicação e caminhos terapêuticos excepcionais, em especial, quando a palavra está ausente, é inadequada, desadaptada ou viciada. Importante é estar em condições de ver, compreender e responder às mensagens gestuais e posturais. Elas são palavras que, se ouvidas e compreendidas, contribuem para aliviar o desconforto humano" (Denys-truyf, 1996, p.13).

Desenvolver um programa desta natureza requer estudo, organização, concentração, assim como grande responsabilidade para com as participantes. Esses requisitos possibilitam acompanhá-las de forma individual e coletiva, reconhecendo as suas potencialidades e ajudando-as em seu cuidado.

A formação em Psicodrama, aulas de teatro, a reeducação do movimento (gesto) e a compreensão do corpo humano em seus aspectos anatômicos e processos psicocorporais, bem como o estudo e a utilização sistemática de uma bibliografia sobre o corpo e o movimento, provê a sustentação teórico-prática para a organização desses programas dentro das atividades de uma enfermeira. Esta profissional é uma pessoa que se entrega à possibilidade de ser cuidada, valoriza o cuidado e deseja cuidar das outras pessoas.

A abordagem inicial das participantes, nestas atividades, foi feita através de brincadeiras com música, explicando-se que se trabalharia com os pés descalços, possibilitando-se o contato com a terra, sugerindo-se liberdade, segurança e amplitude para os movimentos.

A música foi cuidadosamente selecionada desde: MPB, passando pelo jazz, spirituals, orientais e clássicas. A música é essencial, pois proporciona um efeito especial na soltura do corpo para as atividades de movimento.

As atividades se desenvolveram a partir do

movimento do corpo, da dança com coreografias criadas pelos próprios participantes, de movimentos para formação de imagens; do uso do imaginário, na construção de estórias; de exercícios de coordenação motora, estimulando-se os sentidos e as direções no espaço. Esses exercícios ajudaram as participantes a despertar para a possibilidade de se saírem bem; de repetir, provando a si mesmas, a aptidão para realizá-los.

Todo o trabalho realizado o foi no sentido de criar oportunidades, com zelo especial e sugestões para a utilização dos segmentos corporais, acentuando a importância de que cada um tocasse o seu corpo de forma cuidadosa e pensada. Pensar o corpo/refletir sobre o corpo: essa era a mensagem.

A tensão psíquica gerada pela descoberta do novo, a expectativa do desempenho impulsivava para participação e produzia atenção, vibração e descontração. Momentos de sensibilização também foram proporcionados às participantes.

A redução da luz, a música vibrante tocaram a intimidade das participantes, as quais começavam a dançar com movimentos amplos e fortes, mas, aos poucos, iam parando, até alcançarem uma posição de conforto, num gesto de reflexão.

O silêncio também fez parte do programa. Em geral, as pessoas não conseguiam manter-se, por um tempo maior, em silêncio, sem se mexer ou provocar qualquer tipo de barulho. Imediatamente surgia a tosse, o riso, a mudança de posição e o desconforto. Estar consigo mesmo não é fácil, quando o ambiente e as pessoas ainda são pouco conhecidos.

Disfarçar-se, trocar de papel, foram algumas das atividades mais desopilantes. Ocupar o papel de quem incomoda, subjuga e poder traduzir aquele sentimento em ações que levariam a recuperar o moral, foram elementos que mais se evidenciaram na dramatização. As possibilidades de encontrar, a seu lado, alguém com harmonia de traços físicos ou mais inteligência na ação dramática também geraram momentos provocativos, fortes. Verificou-se, também, que outra ação que altera/mobiliza e mexe com o humor das mulheres é a rotina do trabalho doméstico.

No desenvolvimento de atividades criativas, onde as participantes personificavam o que gostariam de ter sido, em várias oportunidades surgiu o perfil do artista, do músico, da bailarina, da decoradora.

Na realidade, os participantes ocupam papéis fortes: são arrimo de família e têm grandes responsabilidades com o prover de outros. Os traços artísticos latentes emergiram, e eles se conscientizaram do desejo de poder viver mais próximo do artista que eles trazem oculto dentro de si.

Outro trabalho criativo oferecido às participantes foi a construção de algo significativo, de cuidado, com argila. Houve pessoas que se sentiram mal e não quiseram tocar a argila. Outras entregaram-se à criação e, com esta, desenvolveram belas obras, recordando a infância, momentos significativos da vida, estórias, nas quais eram as protagonistas.

Praticamente todos os programas foram concluídos com um trabalho de canto. A professora exercitou técnicas de respiração para soltura da voz e para possibilitar o canto. Estimulou-as a cantar desde cantigas de ninar, de roda, valsas, lembrando o primeiro baile, música popular brasileira e, para finalizar, cantaram mantras, formando um coro.

A impressão que as participantes transmitiam era a de que quisessem que aquele momento não tivesse fim, tornando-o uma agradável experiência para continuar as programações sobre o cuidado.

Para concluir, as participantes deixaram registrado o seu conceito de cuidado, a partir da sensação de bem-estar vivenciada no "workshop". Registraram críticas, as quais nos possibilitam renovar a cada oportunidade. Essas eram relativas ao tempo e ao espaço.

4 ANÁLISE DOS CONCEITOS

Dos conceitos emitidos pelas participantes, a palavra "cuidado" revelou-se a partir da atividade que vivenciaram.

Desejando compreender seus mundos vividos, optei por fazê-lo através da fenomenologia existencial, tomando por referência Merleau-Ponty.

A fenomenologia oferece três momentos em sua trajetória: a descrição, a redução e a compreensão fenomenológica, a qual envolve uma interpretação.

Martins (1992), quando se refere à descrição fenomenológica proposta por Merleau-Ponty, diz:

"Constitui-se de três elementos: a percepção que assume a primazia do processo reflexivo; a consciência que se direciona para o mundo vida, isto é, consciência do corps propre, ou seja, do corpo vivido, consciência que é a descoberta da subjetividade e da intersubjetividade; o sujeito, pessoa ou indivíduo capaz de experienciar o corpo vivido por meio da consciência que é a conexão entre o indivíduo, os outros e o mundo (être-au-monde)", (Martins, 1992, p.59).

A redução possibilita chegar à essência do fenômeno, à busca da natureza daquilo que se procura compreender. Reflete-se sobre as experiências que chegam ao pesquisador como

significados. Esse, ao compreender o significado da experiência do sujeito, aproxima-se da essência e da existência. Pode-se dizer que esta existência traz, em si, a presença, o sentido e o significado da consciência.

Ao alcançar a essência, o fenômeno esclarecido, o pesquisador se apropria desta iluminação e dialoga, conversa, entra em comunicação com o mundo, olha-o, vê e se coloca.

"Visible y móvil, mi cuerpo está en el número de las cosas, es una de ellas, permanece al tejido del mundo y su cohesión es la de una cosa. Pero, puesto que ve y se mueve, tiene las cosas en círculo alrededor de si, ellas son un anexo o una prolongación de él mismo, estan incrustadas en su carne, forman parte de su definición plena y el mundo está hecho con la misma tela del cuerpo."(Merleau-Ponty, M., 1986, p.17).

Eis aí o fenômeno da palavra "cuidado" através da manifestação de participantes do sexo feminino:

É o primeiro momento da existência – o desvendar do mundo tem início na estruturação do ser pessoa: vida, espírito. A pessoa do ser, como essência, emergindo do imaginário para a realidade na relação homem-mundo, surge como a descoberta da afinidade que permeia elementos do cotidiano.

Significa evolução, modos de ser diferente, resulta de um viver ativo, que cede espaço ao sensível. Ao desenvolver-se com harmonia, a pessoa passa pelos outros seres humanos, através de relações de convivência, demonstrando formas de sentir, observar e compreender o lado interno dos outros; desenvolve a consciência de si mesma, pelo zelo e devotamento à vida e ao que ela significa; ajusta-se ao seu espaço próprio, procurando o autoconhecimento, sendo este, a experiência que a ajuda a construir o cotidiano.

Mostra-se como uma busca ampla e constante da satisfação física e emocional, social e moral dos indivíduos; como a procura, a descoberta e os modos de conservação desses valores. Surge como a procura do respeito para si e para com o outro; como a providência do indispensável para a existência. Revela-se como a conscientização da importância da pessoa no como lidar com as necessidades e limitações: implica em desprender-se, satisfazer-se.

O cuidado e o querer bem a si próprio e aos outros. O querer bem como o melhor modo de zelar, experimentar e descobrir; como capacidade de amar aos humanos como eles são; como tornar as realidades afetuosas. Aparece como um modo de ser, que encerra disposição afetiva, troca de energia. Expressa confiança, carícia,

tenuidade na convivência. Fala da dependência, das vinculações, da análise dos sentimentos, da transparência na forma de amar.

Significa toque entre gente: o ser que é cuidado e o ser que cuida; surge, também, como relação de intimidade com o próprio corpo, do corpo por inteiro, enquanto conjunto de todas as partes que o ser humano possui. Manifesta-se pelo ter contatos; pela possibilidade de estabelecer relações, mostra-se como apreço pelo convívio, como descoberta. Revela-se como a possibilidade de ampliar a capacidade de ser sensível, de estar em paz, em liberdade. Surge como possibilidade de providências para conservação e equilíbrio do universo; como zelo pelo espaço próprio; como atenção para com as circunstâncias que permeiam o perigo. Implica zelo às espécies, atenção aos meios de transporte, cautela com o que é essencial a vida.

Mostra-se como dar liberdade às práticas de atitudes sensibilizantes; como estar em sintonia consigo mesmo, com os seres humanos e com a natureza. Implica a percepção do que é mais importante nos espaços da vida; evidencia-se no conjunto de atitudes que tornam o ambiente organizado, equilibrado. Aparece como um espaço bonito, onde ocorre o dar-se conta de que se é um conjunto; pessoa-inteira.

5 A SIGNIFICAÇÃO DA PALAVRA "CUIDADO"

Este termo, tão conhecido, guarda os mais diversos significados.

Na expressão dos que a utilizam, na arte da significação – na semântica, a palavra "cuidado" vem agregando novos conceitos. As transformações nos modos de viver, no mundo dos seres humanos, em função das mudanças tecnológicas que ameaçam o ecossistema e a vida humana, e com o advento da atuação da mulher nos movimentos sociais, o termo "cuidado" está impregnado da certeza de novas direções quanto ao modo de se pensar e agir enquanto pessoa. Cabe salientar-se, no caso, a mulher, pois, desde o começo da humanidade foi-lhe conferido o fazer do "cuidado" em sua acepção mais completa e conhecida: a maternidade.

Com o objetivo de tornar mais clara ao leitor a compreensão do significado do termo "cuidado", colocamos aqui o resultado de uma consulta ao léxico das línguas mais faladas em nosso meio e da bibliografia mais comumente utilizada:

"Cuidado – S.m. 1. Atenção. 2. Precaução, cautela. 3. Diligência, desvelo, zelo. 4. Encargo, responsabilidade. 5. Inquietação de espírito. 6. Pessoa ou coisa que é objeto de desvelo. 7. Pensado, imaginado, meditado. 8. Previsto, calculado, suposto. Interj. 9. Atenção, cuidado, cautela" (Ferreira, 1986, p.507).

"Cuidado – 1. (Del lat. cogitatus, el pensamiento). m. solicitud y atención para hacer bien alguna cosa. 2. Dependencia o negocio que está a cargo de uno. 3. Receio, sobresalto, temor. correr una cosa al cuidado de uno. fr. estar obligado a responder a ella. 2. Se usa a veces con sentido ponderativo o simplemente para llamar la atención de cuidado. loc. adj. Cauteloso, peligroso. estar uno de cuidado. fr. fam. Estar gravemente enfermo en peligro de muerte. Salir de su cuidado una mujer. fr. fig. parir" (Real Academia Española... 1970, p.395).

"Cuidado – part. e agg. pensato, meditato. Previsto e.m. cura, attenzione, sollecitudine, diligenza, responsabilità. preoccupazione" (Palagresco, 1992, p.177).

"Les soins - 1. Actes par lesquels on veille bien-être, au bon état (de qqn, qqch). 2. Actions par lesquelles on conserve ou on rétablit la santé. 3. Le soin: manière appliquée, exacte scrupuleuse (de faire qqch)" (Rey, 1993, p.27).

"Care/(s)/n. 1 [U] Serious attention or thought; watchfulness. 2. [U] protection; change; responsibility 3. [U] worry; anxiety; troubled state of mind caused by doubt or fear. 4 [C] (usn pl) cause of sorrow and anxiety" (Hornby, 1985, p.127).

"Care – Protection. n [U] the process of or responsibility for protecting and giving special attention to someone or something" (International Dictionary of English, 1995, p.197).

A compreensão do significado da palavra "cuidado" entra em sintonia entre as diversas línguas examinadas. E quando se procede à análise conceitual de "atenção"; "pensado"; "meditado" "meditação"; "attention to someone"; "manière scrupuleuse", "exacte"; "de faire quelque chose", aproximamo-nos do sentido de cuidado emitido pelas mulheres. Observe-se que ao cuidar, a pessoa dirige-se à mente de forma cuidadosa, a alguma coisa ou a alguém; reflete (vê de novo); preocupa-se (ocupa-se previamente); examina o interior (olhar para dentro de si); concentra-se de forma intensa, o que significa meditar.

6 O SIGNIFICADO DO CUIDADO: um diálogo com a vida

Ao ressignificarem o "cuidado", percebi as mulheres dialogando com a vida. Tratava-se de um "renascer", de um desvelar para si o seu mundo interior. E esse mundo visualizara, no imaginário, suas potencialidades.

Rever as "coisas" da vida, significa ver novamente, através de outras perspectivas. É descobrir, é evoluir.

As mulheres refletiram sobre o respeito. Abordaram-no, através da tolerância para consigo e para com os outros. Saber respeitar mostrou-se como questão indispensável para que se possa considerar as pessoas nas inter-relações.

Notificaram a relevância da forma de lidar com as fases de mudança nos ciclos de suas vidas e com as limitações, as quais elas podem experimentar ou não. Pontuaram a necessidade de desenvolver a percepção, ter simpatia, disposição afetiva e confiança para trocar energia com as pessoas – o contato.

As mulheres buscam sua realização: na correspondência com seus desejos físicos e emocionais; no desenvolvimento de seu papel social. Percorrem os espaços da ética e da moral, enquanto interferem em ações no seio da sociedade, de forma independente e autônoma: gerando e criando filhos, contribuindo no orçamento familiar, ensinando, educando, zelando, cuidando, enfim.

Elas falaram do amor, do prazer e da liberdade, expressando-se, simbolicamente, através da natureza, da terra, como seio que faz nascer, que acolhe, nutre e provê o repouso. Evidenciaram a compreensão da finitude do homem, que o viver bem traz felicidade, alegria e paz, ainda que na turbulência do cotidiano.

7 O CONCEITO

Ao participarem dos "workshops" as mulheres se expuseram ao mundo, ao mundo do cuidado.

Nesse lugar, elas foram orientadas sobre a estética do seu modo de viver, percebendo-se. Ao se depararem com as suas potencialidades, refletiram, também, sobre os seus limites e possibilidades. A proposta da atividade foi um convite a reviver momentos passados, a viver o presente e a criar o amanhã.

A ponderação sobre cada momento desse viver, orienta talvez, à participação; à ocupação do seu espaço simbólico e concreto; à elaboração de novos contratos consigo mesmas.

O despertar para a procura de novos meios de buscar a felicidade e o redimensionamento da contribuição de sua presença para si e para o mundo traçam rumos diversos. As mulheres desejam continuar se autodescobrindo.

Refletir, descobrir, divisar o encontro, constituíram as perspectivas de cuidado emitidas pelos seus conceitos.

"Abrir o peito e deixar brilhar a luz do coração." (Penna, 1993, p.164.)

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1 DENYS-STRUYF, Godelieve. *Cadeias musculares e articulares*. São Paulo : Summus, 1996. p. 13.
- 2 FERREIRA, A.B.H. *Dicionário da língua portuguesa*. 2.ed. Rio de Janeiro: Editora Nova Fronteira, 1986. p.507.
- 3 HORNBY, A.S. *Oxford advanced dictionary of current english*. Oxford: London Unniversity Press, 1985.
- 4 INTERNATIONAL DICTIONARY OF ENGLISH. *Guides you to the meaning*. London: Cambridge University Press, 1995.
- 5 KURTZ, Ron; PRESTERA, Hector. *O corpo revela*. São Paulo: Summus, 1989.
- 6 LOWEN, Alexander. *Prazer: uma abordagem criativa da vida*. São Paulo : Summus, 1984.
- 7 MARTINS, Joel. *Um enfoque fenomenológico do currículo: educação com poiesis*. São Paulo: Cortez, 1992.
- 8 MERLEAU-PONTY, M. *El ojo y el espíritu*. Barcelona: Paedoz, 1986.
- 9 MORENO, J.L. *Psicodrama*. São Paulo: Cultrix, 193.
- 10 PALAGRECO, Carlo. *Dizionario portoghese italiano*. São Paulo: Martins Fontes, 1992.
- 11 PENNA, Lucy. *Dance e recrie o mundo: a força criativa do ventre*. São Paulo: Summus, 1993.
- 12 REAL ACADEMIA ESPAÑOLA. *Dicionário de la lengua española*. 19.ed. Madrid: 1970.
- 13 REY, Alain. *Le Robert micro poche*. Dico Robert. Paris: Unc, 1993.

Endereço do autor: Dulce Maria Nunes
 Author's address: Rua Cel. Corte Real, 228/201
 90630-080 Porto Alegre-RS-Brasil

ABSTRACT

The goal of the workshop "Caregiving and Companionship" was to provide women living in Porto Alegre with an opportunity to participate in a caregiving activity in which they could exchange ideas, get to know and talk about the meaning of the word caregiving as perceived both in an artistic and/or a scientific realm. Testimonies collected from a group of 60, shed light on the concept of the word. New directions, news dimensions were added to the meaning of maternity - which for women represents caregiving in its fullest and most well - know sense. The workshop gave them a chance to reshape concepts, discover new potentials and share growth on a me to you basis, as a part of their daily endeavors.

KEY WORDS: *care, women.*

RESUMEN

La realización del workshop "Cuidado y Convivencia" tuvo por objetivo proporcionar a moradoras de la ciudad de Porto Alegre (RS - Brasil) la oportunidad de vivificar una actividad de cuidado, en la que pudieron dialogar, intercambiar y conocer el significado de la palabra "cuidado", en cuanto arte, en cuanto ciencia. En un grupo de sesenta mujeres fue posible recoger depoimentos que vislumbraban los conceptos de la palabra cuidado. Fue posible observarse que al significado de cuidar, entre las mujeres, a quienes fue conferida la práctica del cuidado en su más completa y conocida acepción, que es la maternidad, se agregaron nuevas direcciones, nuevas dimensiones cuanto al modo de pensar y agir. La experiencia posibilitó un renacimiento, un desvelar del mundo, una descubierta de potencialidades, una evolución, a partir de si para los otros, en el ejercicio del cotidiano.

DESCRITORES: *cuidado, cuerpo y movimiento, mujeres.*