

ENSINANDO O TOQUE TERAPÊUTICO - RELATO DE UMA EXPERIÊNCIA

*Maria Júlia Paes da Silva **
*Domingos Belasco Júnior ***

SILVA, M.J.P. da; BELASCO JÚNIOR, O, Ensinando o toque terapêutico: relato de uma experiência, **Rev.latino.am.enfermagem**, Ribeirão Preto, v, 4, n° especial, p, 91-100, abril 1996.

O presente trabalho relata a experiência de ensino do Toque Terapêutico imposição de mãos para graduandos e graduados na área de saúde, num curso de 12 horas com aulas teóricas e exercícios práticos, A percepção dos exercícios foi registrada durante os dias de curso e é descrita a avaliação que os participantes fizeram do mesmo. Por ser inovador, este tipo de ensino nas instituições de saúde do Brasil, os autores consideram importante relatar os resultados do início desse ensino que nos EUA recebeu o nome de Toque Terapêutico (T.T.) da enfermeira Dolores Krieger - docente na Faculdade de Enfermagem da Universidade de Nova York. Entre os achados, verificou-se que a grande maioria dos participantes teve um acréscimo na sensibilidade aos sintomas detectáveis pelo T.T. - tanto quantitativa quanto qualitativamente.

UNITERMOS: toque terapêutico, imposição de mãos

INTRODUÇÃO

O toque tem sido descrito como uma das mais importantes formas de comunicação humana. Além de transmitir sentimentos, pode contribuir para reduzir o medo e a ansiedade do outro, proporcionando bem estar físico e psicológico^{1,5,10}.

* Enfermeira. Professor Doutor do Departamento de Enfermagem Médico-Cirúrgica da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo

** Acadêmico do Curso de Fisioterapia da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo. Diretor do Acampamento Terra do Sol

Pode-se classificar o toque em: a) **toque instrumental** - é o contato físico deliberado, necessário para o desempenho de uma tarefa específica, tal como: administrar uma medicação ou fazer um curativo; b) **toque afetivo ou expressivo** - é o contato relativamente espontâneo, não necessariamente relacionado a uma tarefa física, que transmite sentimentos conscientes ou não; e, c) **toque terapêutico** - que baseia-se no princípio fundamental de que há uma energia universal, vital, que mantém todos os organismos vivos. É dentro da concepção energética da natureza que o Toque Terapêutico (T.T.) deve ser estudado e compreendido^{9,10,12}.

Sem menosprezar a importância do estudo do toque instrumental e do afetivo, esse trabalho restringe-se à descrição à discussão do T.T. tendo em vista a necessidade de registrarmos ações de saúde de baixo custo que podem ser utilizados por profissionais treinados e preocupados com o bem estar do paciente.

Estas ações baseiam-se na compreensão de que as manifestações das enfermidades são resultantes da interação corpo, mente e meio ambiente.

Embora a idéia da existência de uma energia vital sutil esteja apenas começando a ser aceita no Ocidente, ela já é parte do sistema terapêutico Oriental há muito tempo. Na Índia, por exemplo, essa energia é chamada de "prana" e está associada à respiração. Desde tempos remotos, exercícios de respiração conhecidos como "pranayana" foram planejados para aumentar o bem estar através do equilíbrio do fluxo energético vital^{4,6}.

Nesse paradigma aceita-se que a vida é um princípio inerente a dinâmica do universo e que a energia vital é um campo de forças que permeia o espaço, tornando-se mais concentrada sobre e ao redor dos organismos vivos. Portanto, todas as coisas vivas, sem exceção, compartilham um campo energético vital, generalizado, da mesma forma que todos os objetos físicos estão sujeitos à gravidade^{3,5,6}.

Entende-se também que em estado de saúde, a energia vital flui livremente dentro, através e fora do organismo de maneira balanceada, nutrindo todos os órgãos do corpo. Porém, no estado de doença, o fluxo energético está obstruído, desordenado ou exaurido. Cabe ao praticante do T.T. então, tendo aprendido a harmonizar-se com o campo universal através de uma interação consciente, dirigir a energia vital do paciente de modo a restabelecer sua vitalidade^{2,3,12}.

É importante registrar que os praticantes do T.T. ajudam os pacientes a assimilarem energia ao aliviar a congestão (acúmulo de energia num determinado local) e a equilibrar as áreas onde o fluxo energético se desorganizou. Por extrair energia do campo universal, não se privam de suas próprias energias, já que estas são continuamente reabastecidas^{3,6,10}.

Uma vez que o campo energético localizado do paciente penetra e se estende além do corpo, não é necessário contato físico real para o Toque Terapêutico, daí ele ser chamado popularmente de "**imposição de mãos**".

Embora o T.T. represente uma nova técnica em nosso atual sistema de

cuidados à saúde, existem vários relatos mostrando que ele é infinito e universal^{1,2,10,11}. MACRAE⁶, por exemplo, descreve um caso onde estava praticando o T.T. em um menino hospitalizado que estava morrendo de câncer. Relata que o avô da criança, que falava muito pouco o inglês, costumava visitá-lo algumas vezes, mas era tão difícil para ele ver o menino naquela condição que ele geralmente se afastava e sentava olhando para fora da janela. A autora descreve que assim que começou a usar à T.T., entretanto, o avô veio imediatamente para a cabeceira da cama e juntou-se a ela na prática; quando sentia que era suficiente para o menino, olhava para o avô, ele aquiescia com a cabeça e voltava para a janela. MACRAE⁶ afirma que soube então, que o T.T. é um meio de comunicação por si só e que, assim como a música, não necessita de qualquer interpretação.

A enfermeira Dolores KRIEGER³ é a responsável pelo nome “Toque Terapêutico” e desde os anos 70 vem documentando as experiências de vários terapeutas, além de ensiná-lo na Universidade de Nova York (EUA). Apesar de ser um procedimento não ortodoxo, começou a ser integrado ao sistema de saúde norte americano tradicional. Em 1975 a revista American Journal of Nursing publicou uma experiência conduzida por KRIEGER² na qual foi demonstrado um aumento significativo dos níveis de hemoglobina em um grupo de pacientes que recebeu o T.T., comparados com um grupo de pacientes que só havia recebido cuidados de enfermagem de rotina.

KRIEGER³ e MACRAE⁶ entre outros, consideram que a imposição de mãos não é um talento próprio conferido a indivíduos especiais, mas uma capacidade inata de todo o ser humano. Pela observação dos “hearlers” (curadores) as autoras descreveram as fases do processo de imposição de mãos que pode ser ensinado a todos aqueles que possuem interesse genuíno no assunto. Mas, como qualquer destreza, sua habilidade melhora com a prática⁹.

NOGUEIRA⁷ já afirmava em 1988 que são poucos os cursos da área de saúde que incluem visões inovadoras com relação ao processo saúde-doença, não escapando da abordagem feita pelo biomédico convencional, adotado de longa data pelos cursos brasileiros. PATRÍCIO⁸, mais recentemente, defende a idéia de que a enfermagem deve manter como referencial de trabalho o cuidado, porém um cuidado diferente, de caráter holístico - com todas as características que o termo envolve. SOUZA & SILVA¹¹, também defendem a importância de pesquisas e do ensino de uma enfermagem mais voltada para a compreensão holística.

Por ser o Toque Terapêutico uma prática embasada na **compreensão holística do ser humano** é que os autores se preocuparam em montar um curso extracurricular, voltado para graduandos e graduados em enfermagem, discutindo e praticando a imposição de mãos.

O objetivo deste trabalho é, portanto, descrever os resultados conseguidos com um curso sobre Toque Terapêutico, para graduandos e graduados em enfermagem, segundo a visão dos alunos participantes.

CAMINHO METODOLÓGICO

Com o respaldo do Centro Acadêmico da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo (EEUSP) foi montado um curso no final de novembro de 1993, de quatro noites com 3 horas/aula, aberto a um público de estudantes e profissionais da área de saúde e com o título “Entendendo o Toque Terapêutico”. O curso foi oferecido à noite para facilitar a participação de estudantes que têm atividades acadêmicas durante o dia todo. Limitou-se o número de vagas a 30. Como a procura foi muito grande, só com profissionais (4) e estudantes de enfermagem (26, sendo 5 do último ano de graduação), as vagas esgotaram-se.

O conteúdo do curso versou sobre conceitos de saúde/doença ao longo da história, concepção energética da natureza, conceitos de T.T., sua técnica, atributos necessários ao terapeuta, sinais observáveis no paciente, experimentos relatados com essa prática e fatores que interferem na sua aplicação^{3,6}. Todos os dias foram feitos exercícios, em duplas, os quais possibilitaram aos participantes começar a perceber o campo energético existente nas pessoas. Os exercícios consistiam em impor as mãos sobre as mãos do receptor, por um e meio minuto trocando-se as funções em seguida (doador-receptor). Nos últimos dois dias de curso, também foi feita a imposição de mãos sobre a região do músculo trapézio do receptor, escolhida por ser área comumente relacionada com queixas de tensão e dores musculares.

No momento de inscrição para o curso, salientou-se aos participantes que registrassem o que conheciam sobre o T.T. e suas expectativas com relação ao mesmo. Durante o curso, pedimos que registrassem, diariamente, as percepções ao tentar transmitir e receber energia ao outro nos exercícios práticos. No final, solicitamos que avaliassem o curso e dessem sugestões para melhorá-lo (Anexo I).

No primeiro impresso - de inscrição - também foi solicitada autorização aos participantes para usar os registros do curso em um posterior trabalho dos autores, relatando a experiência.

É importante registrar que apesar de uma das autoras ser docente da faculdade onde o curso foi oferecido, nenhum dos participantes seria novamente seu aluno em curso de graduação e, não poderia se sentir “pressionado” a responder as perguntas de acordo com quaisquer expectativas da docente. Os impressos para a resposta eram todos sem identificação nominal.

RESULTADOS E COMENTÁRIOS

Com relação ao questionário que foi preenchido no momento da inscrição pelos participantes, constatou-se que a grande maioria referiu ter interesse pelo assunto tendo em vista a possibilidade de aplicar essa técnica profissionalmente. Cinco inscritos registraram também considerar que essa prática poderia auxiliá-los como pessoa.

Oito inscitos referiram saber que o T.T. é um método eficiente de tratamento para os pacientes; 10 que através do toque se transmite uma mensagem, energia ou “algo de bom” para os pacientes e 12 que nada sabiam sobre o tema. Dezesesseis dos participantes não tinham lido nada sobre bioenergética; 12 haviam lido “pouca coisa” (não foi identificado o que foi lido anteriormente).

Perguntou-se aos inscitos se tinham alguma prática com o T.T. e 26 responderam que não. Os demais responderam “talvez houvesse usado a prática intuitivamente”, “não sei”, “formalmente não” e “talvez sem a técnica”.

Verificou-se que a grande expectativa do grupo, com relação ao curso, era saber sobre o assunto para desenvolver-se melhor profissionalmente e favorecer os pacientes. Doze gostariam, de aplicar o T.T. profissionalmente ao final do mesmo. HEIDIT¹, KRIEGER³ e LE MAY⁵ afirmam que o T.T., assim como várias outras práticas alternativas de saúde, pode ser complementar ao tratamento que os pacientes recebem, mesmo nas instituições oficiais de saúde.

Percebe-se, com os dados registrados na inscrição dos participantes, que a maioria não tinha conhecimento sobre a abordagem bioenergética da natureza e do homem, como já referiu NOGUEIRA⁷, alertando-nos para o fato de que os fisioterapeutas estão sendo formados e estão trabalhando baseados unicamente no modelo biomédico de atendimento. Porém, essa prática permite ao fisioterapeuta uma ampliação do seu fazer profissional, além de auxiliar a manutenção da própria saúde e bem estar do praticante^{3,6}.

Com relação a expectativa dos participantes de, ao término do curso, sair aplicando a técnica do T.T., foi explicado que como qualquer técnica, um curso é só começo de um treinamento que, para ser bem sucedido, precisa ser repetido várias vezes e constantemente.

Os resultados dos formulários que contêm os registros das sensações provocadas pelos exercícios práticos de imposição de mãos mostram-nos que os sinais e sintomas mais comuns apresentados na recepção e na emissão de energia pelos participantes foram: aumento da temperatura das mãos, diferença de peso nas mãos, diferença de pressão, pontadas e formigamento.

A literatura consultada relata que muitas pessoas verbalizam a sensação de formigamento e/ou calor moderado ao receberem a energia vital e alguns contam que podem sentir esse calor, peso, pressão deslocando-se por seu corpo quando é feita a seqüência completa do T.T.^{4,5,6}. Muitos relaxam durante o tratamento com o T.T. - especialmente quando a energia começa a fluir para eles - e referem sensações típicas de relaxamento: pés e mãos mornos e pesados, respiração mais profunda, entre outros. Alguns podem até liberar a tensão com uma sensação semelhante a “pequenos jatos” e experimentar contrações e tremores musculares.

Nos dois primeiros dias de curso, tivemos como sintomas notificados (em menor freqüência que o calor e a pressão) a sensação de “buraco aberto” na palma das mãos, estiramento ou “puxão”. KRIEGER³ e MACRAE⁶ alertam para a compreensão desses sintomas como sendo características de déficit energético.

Sugerem que o tratamento deva ser o de transferir a energia para a área até senti-la preenchida, mas, tendo-se o cuidado de (o praticante do T.T.) sintonizar-se com o campo universal de energia e não querer doar a sua própria energia.

Para que essa sintonia ocorra é necessário, inicialmente, a concentração do terapeuta. Essa concentração tem por finalidade sua centralização, ou seja, o desenvolvimento de um estado de equilíbrio interno, obtido através de exercícios próprios e simples como, por exemplo, sentar-se relaxadamente e alinhadamente, passando a executar movimentos de tronco lateral e ritmicamente, tentando localizar as áreas de tensão e desfazê-las, até que sobrevenha uma sensação de bem estar.

No terceiro e quarto dia de curso tivemos mais manifestações de frio e vácuo nas palmas das mãos do que de “buraco aberto”, estiramento ou puxão. As autoras que descrevem a técnica de T.T.^{3,6} também referem que essas sensações podem significar uma congestão compacta de energia e que o tratamento deve ser o de direcionar essa energia para penetrar e suavizar a congestão. O direcionamento da energia é feito através de movimentos ritmados, a uma distância de 3 a 5 cm da pele do paciente, em sentido céfalo-caudal ou proximal-distal, dependendo da região alterada.

Dois participantes não perceberam nos exercícios as sensações esperadas, entretanto registraram sensações de bem-estar, sonolência, calma e melhora dos sintomas de cefaléia e enxaqueca. Oito pessoas registraram dores nas pontas dos dedos, na mão como um todo e no antebraço. No exercício de imposição de mãos sobre o músculo trapézio, foram referidas dores no pescoço, na região dos ombros, além de 2 participantes relatarem alterações na frequência respiratória e um ter tido vontade de chorar.

Como o campo energético é um todo integrado, descobriu-se que o T.T. é útil tanto para as pessoas que estão emocionalmente perturbadas, quanto para as que estão fisicamente doentes. É importante que o praticante de T.T. mantenha-se muito calmo ao tratar de pessoas com perturbações emocionais, para evitar começar a sentir-se triste, zangado ou ansioso. Se a pessoa está perturbada é preciso lembrar que nós não temos que resolver o problema, mas que nossa função é ajudar a pessoa a acalmar-se e sentir a sensação de totalidade, de tal forma que ela possa buscar a solução^{3,6}.

Segundo MACRAE⁶, a resposta emocional mais comum ao T.T. é uma sensação de paz e quietude. Logo, a tensão emocional pode ser aliviada e quando isso acontece a pessoa pode começar a chorar. Na maior parte das vezes, o choro cessará em poucos minutos e a pessoa sentir-se-á melhor, mais leve e em paz.

Notamos que no decorrer do curso a grande maioria dos freqüentadores teve um acréscimo na sensibilidade aos sintomas, tanto quantitativo quanto qualitativamente. Há de se ressaltar que a sensibilidade em relação à manifestação dos sintomas não se manteve constante nos membros superiores. Através de relatos, verificamos que braço direito e esquerdo não possuíam, muitas vezes, a

mesma sensibilidade na percepção da mobilização do campo energético – tanto como receptor como quanto transmissor de energia.

Finalizando a discussão, com relação a avaliação que foi feita do curso pelos participantes, a grande maioria registrou que as informações recebidas os levou a uma reflexão interior, maior atenção, respeito e valorização do auto-conhecimento, além de uma visão holística do processo saúde-doença, Três pessoas sentiram-se curiosas com relação e essa prática, uma se sentiu surpresa, uma percebeu a importância da intenção do terapeuta no processo e, uma vontade de desenvolver a intuição e qualidades de percepção energética.

Perguntou-se novamente o que era o T.T. para os participantes, após terem concluído esse curso, e obtivemos respostas que demonstravam compreensão de que é uma técnica terapêutica oriunda da imposição de mãos, a qual utiliza uma dinâmica energética para sua ação e visa promover o reequilíbrio do paciente, estimulando-o para que ele próprio se ajude no restabelecimento.

O curso teve um retorno muito positivo em relação às expectativas dos participantes. A maioria considerou que os conceitos passados podem ser utilizados na vida diária. Houve um registro onde a pessoa considerou que não consegue utilizar esses pressupostos e conceitos no momento, por não estar bem consigo mesma.

Foram poucas as sugestões, a maioria referindo que gostaria de continuar estudando em grupo essa técnica, 3 participantes consideraram a parte técnica muito “pesada”, 2 gostariam de ter tido mais teoria e um gostaria de ter feito mais exercícios práticos. Registraram também que na época do curso o calor era muito intenso, dificultando a concentração e os exercícios de relaxamento (1ª fase da técnica de imposição de mãos).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A montagem e execução desse curso faz parte de um projeto maior, existente entre alguns elementos da Faculdade de Enfermagem, que pretende continuar desenvolvendo estudos e pesquisas nessa área.

O objetivo desse trabalho foi descrever os resultados conseguidos durante um curso sobre T.T., portanto os dados obtidos segundo a percepção dos alunos, foram descritos ao longo do mesmo. Porém, gostaríamos de ressaltar que a maioria dos participantes, apesar de não ter conhecimento prévio sobre o tema, descreveu sintomas que indicam aumento de sensibilidade na percepção energética, no transcorrer das aulas.

Consideramos que os resultados do curso foram positivos, pois a participação

dos inscitos foi constante e os comentários pós-curso encorajadores. Não há dúvida de que a prática do T. T. modifica nossa visão de mundo -a de um sistema de padrão de fluxo energético. Quando se depara com uma mudança na visão de mundo, ocorre também uma mudança nos valores. Não é fácil, nos dias de hoje, aceitar que o bem estar de qualquer organismo individual é inseparável do bem estar de todos os outros organismos.

Pelo número de pessoas que se mostrou interessado em continuar estudando o assunto, pode-se afirmar que apesar do desafio que essa prática envolve (o auto-conhecimento, a reflexão e a concentração) conseguiu-se motivar mais pessoas para essa filosofia de trabalho e de vida.

Muitos de nós gostamos de nos sentir competentes no que fazemos e a idéia de ser novata ou iniciante não é muito atrativa. Mas, no T.T., para tornarmo-nos cada vez mais competentes, precisamos ser sempre iniciantes. Este método não significa acumular conhecimentos, mas permitir que o potencial interno de cada um seja revelado -é o processo de aprendizagem por si só que se torna nosso objetivo.

As mudanças, na maioria das vezes, ocorrem gradualmente; os profissionais de saúde estão repensando seus valores, sua filosofia, seu trabalho -até por avaliar as condições de atendimento atuais e o nível de frustração de cada um.

TEACHING THERAPEUTIC TOUCH - A REPORT OF AN EXPERIENCE

The present study shows the experience of learning Therapeutic Touch (concepts and technique) lived by nurses and nursing students in Brazil. The students' perception was registered when they were learning the process. The chief promoter is the nurse Dolores Krieger who has taught this technique at New York University for nurses as part of their master or doctoral programs. The authors verified that most part of the students increased their sensibility to perceive symptoms detectable by T.T.

UNITERMS: therapeutic touch, concepts and technique

ENSEÑANDO EL TOQUE TERAPÉUTICO - RELATO DE UNA EXPERIENCIA

El presente trabajo relata la experiencia de enseñanza del Toque Terapéutico (imposición de las manos) para estudiantes de enfermería y enfermeros en un curso de doce horas con clases teóricas y ejercicios prácticos. La percepción de los ejercicios fue

registrada durante los días del curso y se describe la evaluación que los participantes hicieron con respecto a ello. Por ser innovador ese tipo de enseñanza en las instituciones de salud en Brasil, los autores consideran importante relatar los resultados del comienzo de esa enseñanza, que en Estados Unidos recibió el nombre de Toque Terapéutico (T.T.) de la enfermera Dolores Krieger - docente en la Facultad de Enfermería de Nueva York. Entre los hallazgos, se verificó que la gran mayoría de los participantes tuvo un incremento de la sensibilidad a los síntomas detectables a través del T.T. - sea cuantitativa sea cualitativamente.

UNITERMOS: toque terapéutico, imposición de las manos

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

01. HEIDT, P. Effect of therapeutic touch on anxiety level of hospitalized patients. **Nurs.Res.**, v. 30, n. 1, p. 32-7, 1981.
02. KRIEGER, D. Therapeutic touch: the imprimatur of nursing. **Am.J.Nurs.**, v. 75, n. 5, p. 784-87, 1975.
- 03._____. **Therapeutic touch: how to use your hands to help or to heal.** Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1979.
- 04._____. **Living the therapeutic touch: healing as a lifestyle.** New York, Dedd, Mead, 1987.
05. LE MAY, A. Therapeutic touch: the human connection. **Nurs.Times.**, v. 82, n. 47, p. 28-30, 1986.
06. MACRAE, J. **Toque terapêutico: um manual prático.** Tradução Rosa M. Vianna e Vera R. Waldow, 1982. (mimeografado)
07. NOGUEIRA, M.J.C. Preparo do enfermeiro brasileiro para a assistência primária de saúde. **Acta Paul.Enfermagem**, v. 1, n. 3, p. 53-62,1988.
08. PATRÍCIO, Z.M. O processo de trabalho da enfermagem frente às nossas concepções de saúde: repensando o cuidado/propondo o cuidado (holístico). **Texto Contexto Enfer.**, v. 2, n. 1, p. 67-81,1983.
09. REISSER, P.C. et al. Holistic healers: therapeutic touch. **J.Christian.Nurs.**, v. 3, n.2, p. 23-6, 1986.
10. SILVA, M.J.P. da et al. Entendendo o toque terapêutico. **Rev.Bras.Enfermagem**, v. 44, n. 4, p. 69- 73, 1991.
11. SOUZA, D. de; SILVA, M.J.P. da. O holismo espiritualista como referencial teórico para o enfermeiro. **Rev.Esc.EnfermagemUSP**, v. 26, n. 2, p. 235-42, 1992.
12. THAYLER, M.B. Touching with intent: using therapeutic touch. **Pediatr.Nurs.**, v. 16, n.1, p.70-2,1990.

ANEXO I

QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DO CURSO “ENTENDENDO O TOQUE TERAPÊUTICO”

01. Que sentimentos essa prática despertou em você?

02. O que é para você hoje o T.T.1

03. O curso correspondeu às suas expectativas?

04. Você acha que dá para utilizar os conceitos que foram passados durante o curso, na sua vida diária?

() Sim

() Não

Por que?

4.1. E a prática?

05. Sugestões e outras observações que gostaria de fazer: passados durante o curso, na sua vida diária?
