

Psicomotricidade e o Movimento Dançado

RESUMO

A psicomotricidade do primeiro passo de uma criança e o primeiro voo de uma bailarina do palco guardam estreita relação quanto a organização mente e cérebro e a necessidade de maiores estudos interdisciplinares. Os deslocamentos do corpo humano no espaço nos remetem a uma série de metáforas do movimento e às suas curvas desenhadas no espaço. E as metáforas dos movimentos e suas curvas podem nos remeter a metáforas musicais como se pode observar – e escutar – em inúmeras peças musicais clássicas.

ABSTRACT

La psicomotricidad del primer paso de un niño y el primer vuelo de una bailarina en el escenario tienen una relación estrecha como la organización mente y cerebro y la necesidad de más estudios interdisciplinarios. los desplazamientos del cuerpo humano en el espacio nos llevan a una serie de metáforas del movimiento y sus curvas dibujadas en el espacio. Y las metáforas de movimientos y SUS curvas nos pueden remitir a metáforas musicales como se puede observar – y escuchar – en inúmeras piezas de música clásica.

Amadeu Roselli-Cruz

Professor da Faculdade de Medicina da
UninCor e docente do Programa de Pós-Graduação em Neurociências da UFMG
amadeu@ufmg.br

Entender o movimento dançado dentro de uma perspectiva interdisciplinar é um desafio novo e fundamental. O conhecimento artístico, humanístico, tecnológico e biológico vem tendo na última década oportunidades ímpares de encontros interdisciplinares dentro da universidade. Neste início do século 21 a interdisciplinaridade continua polêmica por excelência; necessária por obrigação; e ainda é um discurso do poder pelo poder. Alguns ainda acham que o conhecimento que pesquisa é mais bonito, necessário e importante do que o conhecimento praticado ao lado de seu laboratório. Felizmente já há grupos conscientes da necessidade de se entender o aspecto comunitário de todos os conhecimentos praticados dentro da universidade.

A universidade é o lugar privilegiado de discussão dessa polêmica e, como afirma Tarcísio Padilha, da Academia Brasileira de Letras, “a universidade é o lugar de encontro de todos os desencontros da sociedade.” E a interdisciplinaridade ainda é um desencontro na academia.

Em todas as grandes obras da humanidade encontramos o traço de conhecimento interdisciplinar. Nas pirâmides do Egito encontramos uma reunião produtiva de operários, engenheiros, arquitetos, práticos, geólogos, religiosos, políticos, criptólogos, entre outros, participando do projeto e construção das pirâmides e esfinges. A Escola de Sagres em Portugal foi o polo das grandes navegações que descobriram o Brasil e o caminho para as índias. Contavam com almirantes, navegadores, práticos, artesãos, engenheiros navais, marceneiros, costureiros, cartógrafos, físicos e marinheiros. Além dos cozinheiros e tecelões. A primeira viagem do homem à lua para o primeiro passo de Neil Armstrong reuniu engenheiros, médicos, nutricionistas, psicólogos, designers, químicos e físicos, entre outros profissionais.

As Relações Corpo e Mente

Isto nos remete ao estudo das relações entre Corpo e Mente, onde encontramos as chamadas Teorias Monistas, que os entende como sendo uma única coisa uniforme e as Teorias Dualistas, que os entendem como coisas diferentes. Para estes, o corpo comporta dentro de si a mente. Os piadistas deste grupo dizem que o corpo é aquilo que leva o cérebro para passear. Este grupo está perdendo cada vez mais espaço desde 1990, considerada a década do cérebro onde as neurociências se destacaram. A década passou no calendário, mas as neurociências se estruturaram e ganharam mais espaço e a década ainda não se encerrou.

Quanto a psicologia do desenvolvimento da criança, tudo estava em paz quando os embriologistas afirmavam que o útero é a primeira morada do ser humano. O parto e a cesárea demonstravam isso. Até que alguém se perguntou se a primeira morada da consciência do ser humano não era o seu próprio corpo. A outra pergunta é se o espermatozoide e o óvulo já são corpo. E sem a mente? O feto e o embrião já tem corpo. E temos que perguntar se mente eles já tem. A religião tem respostas prontas para estas questões em função de suas posições políticas contra as células tronco e, sobretudo, contra o aborto. Nesta questão específica observa-se o envolvimento interdisciplinar de no mínimo a biologia, religião, direito, políticas públicas e artes. Ou seja, é uma questão interdisciplinar.

O útero não é a primeira morada do ser humano. A primeira morada do ser humano é o próprio corpo onde corpo e mente se desenvolverão

juntos dentro do útero. A partir daí e desse desenvolvimento, mente e corpo desenvolverão uma história de vida intra e extrauterina. Desenvolverão uma personalidade e uma identidade que se iniciará com a carga genética trazida pelos genes dentro do espermatozoide e do óvulo. E a história de vida, junto com a educação social, estimulará os traços de personalidade mais desejáveis socialmente e atenuará aqueles menos desejáveis. E também, desenvolverão, a partir da genética e da estimulação social, a afetividade e a sensibilização para as artes. Que poderão ou não ser desenvolvidas ao longo da vida. Mas terão pelo menos a oportunidade para isso, em geral.

Da criança recém-nascida à bailarina que dança a vida no palco, há uma progressão das atividades reflexas, automáticas para aquelas aprendidas, ensaiadas repetidamente e afetiva e cognitivamente sentidas e elaboradas. O primeiro passo de uma criança na vida, tem a excitação do primeiro voo de um pássaro que se joga do alto do rochedo. Os seus reflexos cuidam do resto até pousar abaixo. A criança apenas inclina o corpo para frente e deixa que, ao alterar a ação dos neurônios que lhe dão o sentido de posição no espaço, estes estimulem os músculos extensores de suas pernas enrijecendo-as e aos joelhos também. Desloca-se então no espaço sem saber quando e aonde vai parar, pois ainda não sabe como terminar o movimento mantido por reflexos após o início cognitivo. Até o voo da bailarina no palco, o sistema nervoso amadureceu, se complexou, novos controles surgiram, e o afeto e a cognição ganharam importância. Pode-se começar e terminar o voo com afeto, desejo e precisão. A bailarina pausa seu voo quando quiser e aonde quiser. E isso nos dá uma interessante história de ciência e de arte.

Da Psico-Motricidade para a Psicomotricidade.

Após 1886 S. Freud inicia a publicação de uma série de livros e trabalhos de pesquisa de impacto sobre a vida psíquica do ser humano estruturando o que se tornou depois a conhecida psicanálise. Num dos livros, Freud (1923) descreve as três entidades que cuidam da nossa atividade psíquica chamando-as de ego, superego e id. E afirma cabalmente que o EGO, o nosso eu, é uma entidade essencialmente corporal. Sem dizê-lo diretamente o autor afirma que mente e corpo são uma coisa só.

Essa interpretação de Freud ficou esquecida e autores e a mídia passaram a divulgar que mente era uma coisa e que corpo era outra. E que a mente era contida, guardada dentro do cérebro. Um humorista disse que o corpo servia para levar o cérebro passear. Mas os estudos sobre o corpo e mente avançavam e subáreas do conhecimento surgiram com novas metodologias e técnicas de pesquisa. Mais áreas do conhecimento humano, tecnológico e artísticos passaram a se interessar por essa relação e erros foram reparados.

Na metade do século passado já se sabia da importância do corpo para a aprendizagem cognitiva. E usar o corpo era um meio de influir sobre o cognitivo. E sabia-se que o mental tinha correspondentes na área motora. Patologias que afetavam a mente tinham correspondência com danos corporais e motores, como nos casos de retardo mental. Mas mesmo com esse conhecimento empírico, ainda se grafava psico-motricidade assim, separando as palavras. Alguns autores passaram a se preocupar com isso e, como cita Roselli-Cruz (1983), Julien de Ajurriaguerra, já trabalhando na França, justificou a eliminação do hífen afirmando que o conjunto do psico e o conjunto da motricidade são, na verdade, um todo só integrado, e não fatiado. Ou seja, são corpo e mente integrados.

Wallon era contemporâneo de Ajurriaguerra no College de France e compartilhava de suas ideias, apoiando-as, inclusive na imprensa. Para ele, havia um diálogo tônico (referente a tônus muscular) entre os músculos e a mente. Considerava a psicomotricidade (sem o hífen) um meio de intercâmbio e contato com o mundo exterior e uma das origens da vida intelectual (Roselli-Cruz e Paim, 1983).

Recordemos que Freud deixou bem claro que o ego é uma entidade eminentemente corporal. E isso nos faz perguntar, então: somos um corpo ou temos um corpo? Somos um corpo. Do qual não podemos nos desfazer.

Se tivéssemos um corpo poderíamos esquecê-lo em casa ao sairmos. Poderíamos nos desfazer dele com facilidade. Somente o suicídio nos faz desfazer dele. Mas ao se fazer isso a mente vai com ele.

O Primeiro Passo de Uma Criança

O primeiro passo de uma criança, o primeiro voo de um pássaro e o primeiro voo de uma bailarina no palco, guardam relações entre si. Dependem de uma organização neuro motora e anatômica já disponível naquela idade e de uma vontade psicológica de desejar fazer aquilo, o que caracteriza um desenvolvimento psicológico. A criança deseja dar o seu primeiro passo e faz muitos ensaios e tentativas para isso. Depois de muito engatinhar, ela deseja dar o primeiro passo e para isso é necessário ficar de pé. Para isso é necessário que os músculos antigravitacionarios da perna e seu controle neural já estejam maturados. Uma vez de pé, a criança ainda não domina a propriedade de organizar o primeiro passo colocando um pé para frente enquanto o outro pé lhe dá sustentação mantendo-a ereta. Ela não domina ainda a propriedade neuro motora de iniciar movimentos voluntários complexos. Até esse momento, ela só faz movimentos reflexos, automáticos e involuntários. Voluntariamente faz apenas movimentos de pequena complexidade.

Quando a criança fica de pé, seu peso estimula receptores neuromusculares localizados na planta do seu pé. Esses receptores estimulam sua medula espinhal a mandar estimulações para os grandes músculos de sua perna que, contraindo-se, a fazem ficar de pé. Ela fica ereta

e não consegue dobrar os joelhos ainda. Ele está de pé e parada, sem saber como dar o primeiro passo. Mas ela faz tentativas e uma das primeiras é inclinar a cabeça para a frente, como se fosse iniciar o andar.

A cabeça inclinada para frente começa a alterar o seu centro de gravidade e o seu equilíbrio. E sua estrutura neural já tem maturidade para impedir uma queda. Para manter o equilíbrio e evitar uma queda, o cérebro projeta automaticamente uma perna para frente para equilibrar o corpo. Mas como a criança continua jogando a cabeça para frente, como se fosse cair, o cérebro agora joga para frente a outra perna. E isso completa o seu primeiro passo. Os passos seguintes seguem o mesmo esquema. Inclina-se a cabeça e o tórax para frente, desequilibra-se o corpo e altera-se o centro de gravidade, e o cérebro tenta corrigir o desequilíbrio lançando uma perna e depois a outra para frente. E assim se anda.

Mas não é uma “andada” e sim uma corrida. Assim como o cérebro ainda não tem maturidade para começar um passo, também não a tem para terminar um passo, ou uma andada, freiando-a. Por isso a sucessão de passos desencadeados é uma corrida sem se saber aonde parar. Por isso a criança é parada por alguém, ou acabará trombando com móveis, portas, sofás, etc. e logo descobrirá os critérios para escolher onde trombar. Móveis e portas doem muito. Mas parar em cima de sofás, seres humanos e no cachorro é muito mais macio. Sobretudo em mulheres que são mais “macias” do que os homens. Com o tempo a maturidade cerebral vai se completando e ela já consegue dobrar os joelhos. Com isso pode melhor direcionar os seus passos para onde quiser. Aos poucos consegue diminuir a velocidade dos seus passos. E conseguirá em breve organizar o início do seu

passo sem ter que jogar o corpo para frente. Ela então dominará o movimento voluntário. Começa e termina sua andada quando e onde desejar.

Isto porque sua maturação dos reflexos neurológicos e organização da cognição já lhe dão controles sensoriais e motores e o desejo de fazer, acontecer e atuar no meio ambiente. Mas, sobretudo isto se deve ao seu desenvolvimento dos freios inibitórios cerebrais. Do cerebelo principalmente. O cerebelo maturado permite a delicadeza de um gesto estudado. Permite a finesse de um movimento. Permitirá à bailarina saber em que ponto do palco levantará voo para posar no local adequado ou a que altura do solo deverá estar, para ser segura pelo companheiro de dança com segurança.

Antes disso, se uma criança receber na mão um ovo, ela o quebrará. Se receber uma folha de papel para segurar, ela amassará a folha. Ainda não tem esse necessário freio inibitório. Se pedirmos um beijo a esta criança, ela o dará trombando sua boca e nariz em nosso rosto. Isto tudo até que seu cerebelo – maturado – iniba os excessos de seus movimentos. Este processo motor é progressivo e depende do desenvolvimento cerebral, sensorial, psicológico e cognitivo. Com isso teremos o domínio motor do gesto. E do corpo.

O Voo da Bailarina

Tendo o Domínio Motor do Gesto e do Corpo a bailarina tem um grande potencial a ser explorado, entre eles o bailar por recreação ou o bailar profissional. Além das diferenças óbvias, teremos, diferenciando-as, três exigências determinísticas: a estrutura neuro muscular e corporal; a precisão do movimento; a persistência em buscar resultado. Ou seja, nem todo corpo está preparado para todas as possibilidades do bailar. Há limitações insanáveis para determinadas exigências profissionais. Para o bailar recreacional, nem tanto. A busca da precisão vai depender muito de habilidades conferidas pelo cérebro para as memórias motoras e ritmicidade, exigências da coreografia. Há pessoas sem memória, ritmo e afinação para bater palmas, assobiar, caminhar, etc. Treinamento ajuda muito, mas não é tudo. Há que ter a predisposição genética. Por fim, a persistência vai depender de uma maturidade psicológica para perseguir o objetivo de bailar com qualidade, mesmo ante os contratempos. E não desistir. Dores, contraturas, fraturas, contusões, distensões, quebras de contratos,

perseguições, proteções, incompreensões, muito esforço e suor, são possíveis de ocorrer. Superar tudo isso e continuar a querer voar no palco, com qualidade, nos mostra o grau de persistência em buscar o objetivo desejado. O mais fácil é desistir no meio do caminho. Há passos e coreografias que necessitam ser ensaiadas centenas de vezes. Qual a persistência para isso? Qual o preparo psicológico para isso? Nem todos o têm. Por isso o sucesso não é para todos. Por isso a inveja é mais democrática, ao servir para a maioria daqueles sem persistência.

Depois de a bailarina atingir sua plenitude mente cérebro, com a eficácia e eficiência muscular, motora, cognitiva e psicológica, segue-se o declínio do desempenho. Os processos ligados ao envelhecimento e decadência do corpo são progressivos. O treinamento planejado posterga ao máximo as limitações do voo da bailarina. Mas há um limite para isso também. Os cuidados tomados com músculos, articulações, tendões e ossos, vão se fazer sentir agora. A prevenção geral vale para isto também.

A plenitude psicomotora da bailarina – após sua maturação cerebral e neuro muscular – virá com o treinamento para alcançar estágios de automatismos motores. O automatismo permite fazer gestos motores sem ter a preocupação de fazê-los. A bailarina inicia o movimento pretendido e o cérebro o continua sem que esteja preocupado com sua realização. O corpo da bailarina baila e o seu cérebro realiza outras atividades em paralelo.

Se por um lado o automatismo motor traz facilidades à bailarina que pode bailar e olhar para a plateia, procurar os amigos, o futuro empresário, a sogra e o seu ex, descobrir quem não

foi vê-la dançar e ficar raivosa, o automatismo total também pode lhe causar problemas. Se ficar muito automático a música pode até parar de tocar que ela continua a bailar. Mas existem possíveis intercorrências durante o bailar que exigem adaptações, sobretudo quando se dança em grupo. A orquestra pode se atrasar ou se adiantar. Os demais bailarinos podem se adiantar ou atrasar o passo ou estar na marcação errada. Então, adaptações são necessárias para um final feliz e o automatismo não permite essas adaptações. Agora é necessário que a córtex cerebral assuma o comando e tudo tem que ser movimentos voluntários afetivos sim, mas, sobretudo cognitivos e fruto da ação de mente e cérebro.

Resumindo este item, pode-se dizer que todas as áreas cerebrais estão atuando neste bailar. E que quanto maior o tempo e a qualidade do treinamento, maiores serão a eficácia e eficiência das vias neuronais e das fibras musculares. Teremos uma “especialização” das vias neurais e motoras acarretando maior rendimento e qualidade do movimento. Isto se aplica ao ator também.

A plenitude do bailar é também um desafio ao equilíbrio postural. Nos voos sequenciais o centro de gravidade muda constantemente e a base de apoio no chão também pode mudar constantemente (distância de um pé do outro, ângulo das articulações durante o pouso, posição dos braços e do corpo no espaço mudando o seu centro de gravidade, velocidade de aterrissagem, etc). Isto, com problemas, com treinamento precário, pode levar a quedas, dores, erros na coreografia, necessitando de adaptações imediatas. Mas mesmo as adaptações dependem de muito treinamento.

As Metáforas do Movimento

A presença da metáfora nas artes, em geral, é muito forte. Meu teórico principal sobre elas, as metáforas, é George Lakoff. Para ele, compreendemos o mundo por meio de metáforas construídas com base em nossa experiência corporal. Ela é também um instrumento de aprendizagem. Quando não sabemos responder a uma pergunta complexa, buscamos construir uma metáfora para sermos mais didáticos. Por isso dizemos que o neurônio funciona igual a um fio elétrico, transmitindo mensagens. Dizemos que o coração é igual a uma bomba hidráulica, ao bombear sangue para o corpo todo. São construções metafóricas didáticas. E por isso compreensíveis.

O bailar do corpo é uma sequência de movimentos organizados (embora nem sempre o seja. Depende do estilo). Assim podemos construir muitas metáforas sobre o bailar e sobre o movimento. Em outras palavras, as metáforas do bailar podem ser encontradas nas metáforas do movimento e das curvas. E vice-versa.

Num congresso no Rio de Janeiro ouvi o arquiteto Oscar Niemayer dizer “se faço uma reta dançar, ela ficará curva e cheia de graça. E assim se faz arte com o concreto armado.” O arquiteto disse em várias oportunidades que as curvas da mulher amada são a maior inspiração. E, em seu estúdio, um quadro ocupa toda uma parede. É a foto de três mulheres nuas deitadas juntas, lado a lado, na praia. A do centro está deitada de costas e as demais de bruços, expondo todas as curvas de uma mulher. Niemayer atribuía sua arte a essa inspiração de curvas.

Galeano (2000) no Livro dos Abraços diz: ... “e quero me perder nos abismos de tuas curvas mais profundas.” É o erotismo poético, que desperta sensações várias, sentimentos e imagens mentais dessas curvas e dos seus abismos. Perder-se é uma escolha, uma opção. Ou não.

A bíblia, os romances e o texto poético, trabalham, com diferentes sentidos, a parábola do sol e da lua no céu. O nascer e o descer do sol, a aurora e o por do sol, o crepúsculo, são imagens muito fortes que traduzem desde o nascer e renascer ao morrer. E também do romantismo, traduzido pelo movimento nos céus do claro/escuro do amor e do ódio e do viver e morrer.

Um dos livros menos lidos, e muito citado por intelectuais do mundo, com centenas de análises críticas é *Pássaros Feridos* de Rabindranath Tagore, poeta indiano Prêmio Nobel de Literatura de 1913, pleno de metáforas e perguntas. Como é o movimento de um pássaro ferido. Como é o seu voo? Imaginação à solta.

Para Lakoff e Johnson (2002) a metáfora pode ser textual, icônica e musical (sonora). E o compositor M. De Falla conseguiu a proeza de musicar movimentos na *Dança Ritual do Fogo*, sua obra de maior sucesso. O autor observou a fogo dançando ao vento e musicou os seus movimentos. Ouvindo a peça musical, podem-se inferir movimentos do fogo bailando.

Também o russo Rimsky-Korsakov construiu uma metáfora musical que nos remete ao movimento. Enquanto compunha uma peça musical, observou na sua janela, em frente ao piano, um besouro que trombava com sua janela, tentando entrar em seu estúdio. Imediatamente abandonou o que fazia e passou a compor a peça *O Voo do Besouro*, onde descreve musicalmente os sons do besouro em sua angústia para adentrar no ambiente.

Khachaturian escreveu a *Dança do Sabre* onde ouvindo-a, podemos perceber os movimentos da arma branca no espaço. Todas as três peças citadas de De Falla, Rimski-Korsakov e de Khachaturian, entre outras, são metáforas musicais que traduzem curvas, movimentos e uma dança. E estimulam a imaginação para isso tudo.

Mário Quintana (1983), o poeta gaúcho, descreve as curvas dançadas de um jornal velho arrastado pelo vento nas ruas durante a madrugada,

ainda espalhando as notícias já amanhecidas. O mesmo vento que se movimenta de noite, lendo as tabuletas e placas indicativas de todos os lugares do mundo, sabendo todos os caminhos já esquecidos. Mas lembrados pelos ventos que se movimentam e pelos amantes e amados. Que também se movimentam. E até dançam. E bailam também.

Tudo isso é verdade, e sentimento, mas só a bailarina tem cerebelo e um coreógrafo. E um preparador(a) de corpo. Claro que talvez o mundo também tenha um coreógrafo maior. Não tenho certeza, apenas sinto. Mas não é deste que falamos.

Uma Marcha militar também tem movimentos. Mas com poucas curvas, com seu ritmo constante e até enervante para os pacifistas. Afinal, marcha militar sempre nos incomoda e traz lembranças más. É apenas repetição e maus afetos e lembranças. Já o Bolero de Ravel é constante e repetitivo, num crescendo. E este nos agrada. Ele tem movimento e afeto, mexendo com sentimentos que nos levam ao desejo e à fantasia. O Bolero de Ravel tem movimentos que dizem algo à alma. *Momentos da Vida*, o filme, retratou isso.

Finalizando, recordemos de Freud que disse que o ego é uma entidade eminentemente corporal. E recordemos da pergunta se sou um corpo ou tenho um corpo. Nós, e a bailarina, e a criança dando seu primeiro passo, SOMOS um corpo.

E com esse corpo, podemos dançar a vida, em vez de apenas vivê-la.

REFERÊNCIAS

AJURIAGUERRA, Julien. Manual de Psiquiatria infantil. Rio de Janeiro: Masson do Brasil. 1980.

BARMAN, Susan M. Controle da postura e do movimento. IN: RAFF, H; LEVITZKY, M. Fisiologia médica. Uma abordagem integrada. Porto Alegre: Artmed. 2012.

FREUD, S. O ego e o id e outros trabalhos. Vol. XIX. Rio de Janeiro: Imago. Edição standard das Obras Completas 1923.

GARAUDY, Roger. Dançar a vida. Rio de Janeiro: Nova Fronteira. 1980.

LAKOFF, George; JOHNSON, Mark. Metáforas da vida cotidiana. Campinas: Mercado de Letras. 2002.

QUINTANA, Mário. Caderno H. Porto Alegre: Globo. 1983.

RAFF, Hershel; LEVITZKY, Michael. Fisiologia médica. Uma abordagem integrada. Porto Alegre: Artmed. 2012.786p. \

ROSELLI-CRUZ, A. Ajuriaguerra: nas fronteiras do neurofisiológico com a psique. Revista Corpo e Linguagem. Vol. 2(4):27-32; julho 1983.

ROSELLI-CRUZ, A; PAIM, Soraya de Paula. Wallon, o tônus muscular e o desenvolvimento psicológico da criança. Revista Corpo e Linguagem. Vol. 2(5): 117-121; novembro 1983.

WALLON, Henri. Psicologia e educação da criança. Lisboa: Veja Editores. 1979.