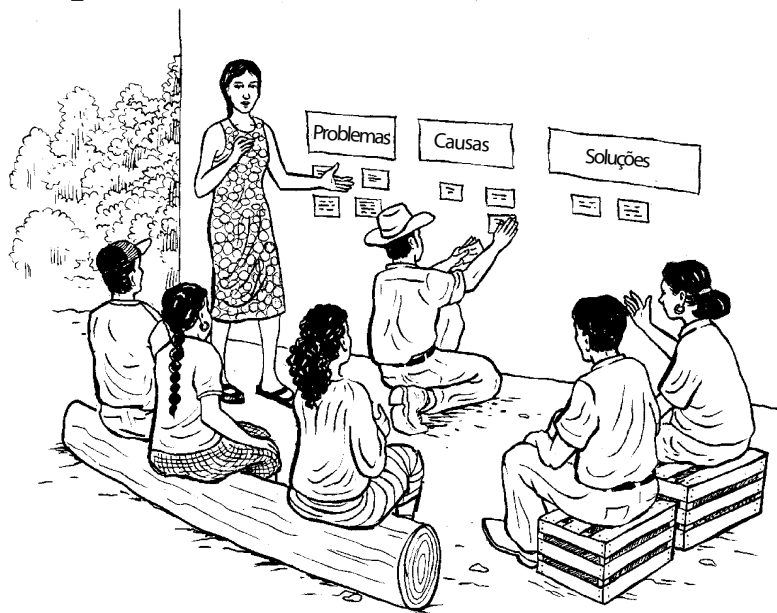




## Compreender e mobilizar Para a saúde comunitária

<b>Neste capítulo:</b>	<b>Página</b>
Mobilizar para a saúde ambiental . . . . .	12
A mudança leva tempo . . . . .	13
Actividades para aprender e mobilizar . . . . .	14
As mulheres precisam de uma voz . . . . .	14
Discussão orientada . . . . .	15
Mapeamento comunitário . . . . .	15
Descobrir aquilo de que a comunidade precisa . . . . .	15
Caminhadas para a saúde . . . . .	16
A mudança ao longo do tempo . . . . .	16
Actividades de desenho . . . . .	16
Estudos comunitários . . . . .	17
Teatro . . . . .	17
Guia para saber que actividade usar e quando . . . . .	19

# Comprender e mobilizar para a saúde comunitária



Quando a Glória e outros promotores de saúde se aperceberam de que muitas pessoas em Manglaralto e na região em volta estavam doentes, souberam rapidamente que o problema era a cólera, um problema de saúde comunitária com uma causa ambiental: a água contaminada. Os promotores de saúde e os educadores sanitários das aldeias foram de casa em casa falar às pessoas sobre o problema e o que fazer. O sucesso dos tratamentos básicos trouxe a confiança das pessoas e a comunidade começou a trabalhar sobre as causas que estavam na origem da cólera e de outros problemas de saúde.

Ao trabalhar as causas profundas através da participação e educação comunitária, a comunidade foi capaz de começar a fazer muitas melhorias na saúde ambiental. Em cada melhoria, os aldeãos ganhavam mais confiança na sua capacidade de mudarem as suas próprias vidas.

É necessário fazer muitas perguntas e recolher informação de muitas formas para descobrir a causa profunda de um problema de saúde. É frequente haver grandes conflitos numa comunidade, os quais requerem processos longos de discussão e de luta para os resolver. Embora cada comunidade vá descobrir a sua própria maneira de fazer mudanças e usar diferentes actividades à medida que se organiza, as experiências do projecto Saúde para o Povo dão alguns exemplos de como as comunidades podem aprender a descobrir as causas profundas dos problemas de saúde ambiental e trabalhar para as mudar.

## Mobilizar para a saúde ambiental

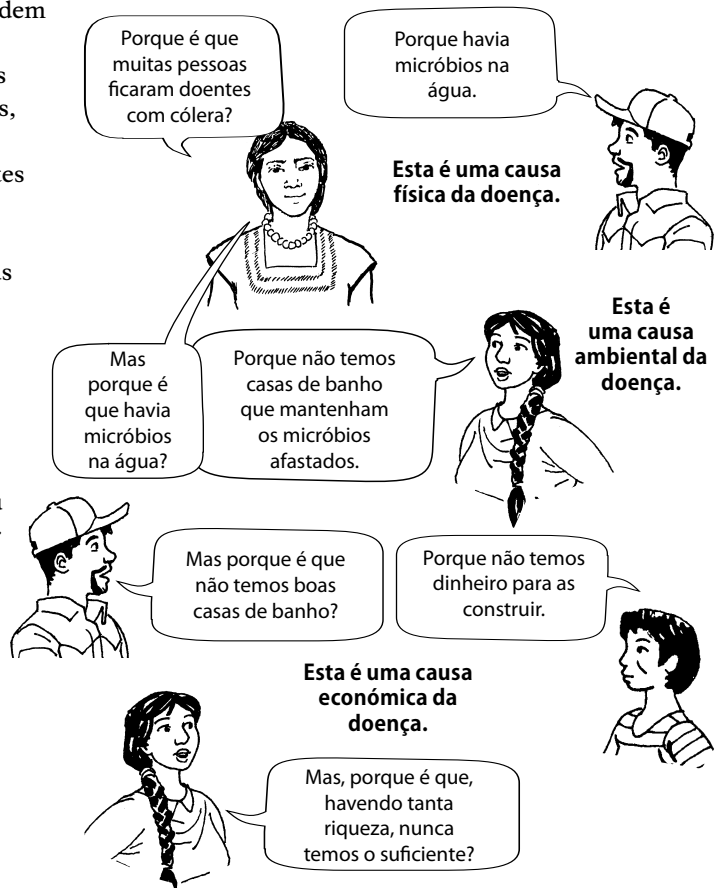
Depois de muitos anos de pobreza e isolamento, as pessoas que viviam naqueles montes lamacentos da costa do Equador sentiam-se desanimadas. Não sabiam como melhorar as suas vidas. A vida diária era muito pesada, era difícil acreditar ou planear um futuro melhor.

Ao trabalharem para resolver o problema de saúde imediato — a cólera — a Glória e os trabalhadores de saúde do projecto Saúde para o Povo salvaram muitas vidas. O sucesso dos promotores de saúde, das organizações locais e dos aldeãos, ao trabalharem juntos para pararem a epidemia, motivou-os e preparou-os para ultrapassarem igualmente outros problemas. Quando a grande tempestade destruiu grande parte do seu trabalho, eles foram capazes de se organizar e de recuperar dos danos provocados pela tempestade. Depois, foram capazes de continuar a resolver outros problemas. O seu trabalho para tornar as comunidades mais saudáveis continua à medida que estas melhoram as condições actuais e se preparam para o futuro.

### Trabalhar para compreender as causas

Os problemas de saúde podem ser causados por muitas coisas: micróbios, produtos químicos tóxicos, acidentes, fome, exposição ao frio ou ao calor extremos, etc. Estes são exemplos de causas imediatas de doença. As doenças têm muitas causas imediatas, mas também têm causas profundas.

Identificar as causas profundas pode ajudar-nos a identificar o que podemos precisar de fazer para resolver o problema a longo prazo. Você pode ver como usar a actividade “Mas porque...?”, tal como a Glória usou (ver página 7), pode ajudar as pessoas a compreenderem como é que um problema isolado pode ter várias causas profundas diferentes.



## A mudança leva tempo

Melhorar a saúde ambiental não acontece rapidamente. Em Manglaralto, os trabalhadores de saúde trataram primeiro a cólera dando bebidas hidratantes e também trabalharam para impedi-la, limpando a água. Depois organizaram a comunidade para construir novos sistemas de água e latrinas, para impedir o reaparecimento da cólera no futuro.

Mas só depois de a grande tempestade ter vindo e ter destruído todas estas melhorias é que eles compreenderam os problemas da **erosão** e das cheias causadas pela **desflorestação** (a perda de árvores). Eles precisavam de compreender estas causas profundas para conseguirem fazer mudanças duradouras.

Às vezes, precisamos de lutar e falhar várias vezes antes de termos sucesso. Com frequência, só depois de vermos o que é que não funciona é que aprendemos a compreender o que funciona — e porquê. Melhorar a saúde ambiental leva tempo, porque é frequente isso implicar 4 tipos diferentes de mudanças:

- Mudanças nos sistemas de água, alojamento ou outras coisas que construímos para nós (**infra-estruturas**);
- Mudanças no que compramos, como por exemplo recusarmo-nos a comprar “comida de plástico” [junk food], produtos de limpeza tóxicos ou produtos embrulhados em plástico (**consumo**);
- Mudanças nos nossos hábitos, como por exemplo lavarmos as mãos regularmente, separarmos o lixo para que mais lixo possa ser reciclado, ou novas formas de cultivarmos produtos (**comportamento**);
- Mudanças no poder que as pessoas locais, as empresas, os governos centrais e outros têm na tomada de decisões que afectam o ambiente (**políticas**).

Todas estas mudanças levam tempo e cada uma delas pode afectar as outras.

As melhorias na saúde ambiental acontecem passo a passo. Tenham paciência. Às vezes, a mudança que acontece rapidamente desgasta-se com a mesma rapidez.



Nós devemos ser a mudança que queremos ver no mundo.



### Trabalhar com os jovens

Uma forma de garantir que as mudanças duram é trabalhar com os jovens, porque eles vão levar o que aprenderam para o futuro. Cada um de nós, independentemente da idade que tem, pode adoptar a atitude de uma pessoa jovem — estar sempre disposto a aprender e a experimentar coisas novas.

## Actividades para aprender a mobilizar

As actividades de grupo podem ajudar as pessoas a compreenderem as causas profundas dos problemas de saúde e a fazerem planos para mudanças. As actividades que você vai usar dependem do que você precisa de saber, do que espera fazer e de quais os recursos disponíveis. As actividades podem:

- Juntar as pessoas para que identifiquem problemas comuns;
- Ajudar a descobrir o que é que as pessoas sentem e do que precisam mais;
- Recolher informação sobre o que está a causar o problema de saúde;
- Analisar problemas para descobrir as suas causas imediatas e as suas causas profundas;
- Reunir todos os pontos de vista da comunidade. Um projecto não será bem-sucedido se alguns grupos ou opiniões forem deixados de fora. As pessoas não vão querer ajudar se as suas opiniões forem ignoradas!

A saúde ambiental é sempre uma questão comunitária e implica que as pessoas trabalhem juntas para fazerem melhorias. Quer o objectivo seja reduzir o risco de uma epidemia, plantar uma horta comunitária, melhorar a saúde e a segurança das pessoas que vivem perto de uma fábrica ou trabalham numa mina, ou abordar alguma outra questão de saúde ambiental, quanto mais pessoas partilharem a compreensão do problema e partilharem o compromisso de o resolver, mais bem-sucedidas vão ser.

## As mulheres precisam de uma voz

Nalgumas comunidades, é mais provável que as mulheres e as raparigas participem em actividades organizadas se estiverem num grupo separado dos homens. O grupo de mulheres apresenta depois as suas ideias ao grupo mais alargado. Desta forma, as mulheres e as raparigas têm a possibilidade de falar com uma voz forte e unida perante toda a comunidade. Ao fortalecer a voz das mulheres e raparigas, e construir as suas capacidades de liderança, toda a comunidade se torna mais forte.



**Se quer resolver um problema, trabalhe com as pessoas afectadas pelo problema.**

## Discussão orientada

Para a compreensão dos problemas de saúde, as pessoas precisam de falar umas com as outras. Uma discussão orientada é uma forma de um grupo de pessoas falar e de se colocarem e responderem a questões específicas. A actividade “Mas porquê...?” (ver páginas 7, 12, 38, 48 e 422) é um tipo de discussão orientada. Os Desenhos para Discussão (ver páginas 59 e 260) e o Mapeamento do Corpo (ver página 266) são também tipos de discussões orientadas.

A pessoa que orienta a discussão é, por vezes, chamada de facilitador(a) ou animador(a). A maior parte das actividades deste livro implica um(a) facilitador(a), para garantir que cada pessoa participa com todas as suas capacidades e para ajudar a garantir que a discussão ou actividade leva à acção.

## Mapeamento comunitário

O mapeamento comunitário é uma actividade na qual as pessoas fazem um mapa em conjunto com base no que vêem e sabem sobre a sua comunidade. Ao fazer um mapa de saúde comunitária, você pode aprender:

- **Onde** é que estão os problemas de saúde;
- **Quem** é que estes problemas afectam;
- **Como** é que estes problemas de saúde podem acontecer por causa das condições no ambiente.



**Faça mapas com canetas ou tinta sobre papel, ou no chão com pedras, paus e qualquer outro objecto disponível.**

Fazer um mapa pode ajudar as pessoas a descobrir padrões nos problemas de saúde, começando a identificar as causas profundas destes problemas, e verem como é que as condições na comunidade mudaram com o passar do tempo. Um mapa também pode ajudar as pessoas a identificar forças e recursos comunitários importantes de que podem não ter tido consciência. E o mapeamento pode ser usado como um passo para a protecção de importantes lugares tradicionais ou sagrados (como exemplos de mapeamento, ver páginas 68, 164 e 444).

## Descobrir o que a comunidade precisa

Frequentemente, as pessoas têm opiniões diferentes sobre quais são os problemas da sua comunidade e sobre a melhor forma de os resolver. Ajudar todos a terem consciência do leque de problemas que existem e das várias causas dos problemas, e ajudar as pessoas a decidirem quais os problemas que vão trabalhar a curto prazo e quais serão tratados a longo prazo é por vezes chamado de “estudo de necessidades” (para mais exemplos de actividades de estudo de necessidades, ver páginas 72, 110 e 221). Um bom processo de estudo de necessidades pode ajudar a garantir que as necessidades e capacidades de todos são tidas em conta no planeamento.

## Caminhadas para a saúde

Durante uma caminhada para a saúde, as pessoas olham de perto para a sua comunidade. Tentam descobrir o que pode estar a causar problemas de saúde, como por exemplo uma fonte de água pouco segura, um negócio poluente ou a falta de lenha. Quando uma caminhada para a saúde é feita em grupo, as pessoas partilham umas com as outras as diferentes coisas que sabem sobre os problemas. Depois podem trabalhar juntas para encontrar soluções possíveis. Quando mais pessoas estiverem envolvidas, melhor (para exemplos de caminhadas para a saúde, ver páginas 391 e 443).



## A mudança ao longo do tempo

Uma outra forma de compreender os problemas e as necessidades numa comunidade é comparar as condições presentes com as condições no passado. Depois pense como é que você gostaria que as coisas fossem no futuro. Uma maneira de fazer isto é juntar as histórias das pessoas mais velhas da sua comunidade.

Incentivar os jovens na comunidade a liderarem estas actividades ajuda a criar respeito e compreensão entre gerações. E também ajuda a preservar as tradições comunitárias que todos querem manter.

Uma cronologia comunitária pode ajudar as pessoas a compreenderem como é que as mudanças ocorreram de geração para geração e a ter em conta acontecimentos significativos como uma estrada que foi pavimentada, uma fábrica que abriu, uma barragem a ser construída, etc. Mapear as mudanças ambientais é outra maneira de partilhar conhecimento sobre a história da comunidade através de imagens ou mapas de mudanças ao longo dos tempos nos campos, quintas, florestas, aldeamentos, rios e lagos (para um exemplo, ver página 164).

## Actividades de desenho

Fazer e observar desenhos pode ajudar-nos a encontrar soluções para problemas que podemos não conseguir ver de outra forma. Os desenhos podem ser usados para iniciar discussões orientadas e desenhar pode ser uma maneira de as pessoas que não sabem ler ou escrever bem se expressarem e participarem na liderança de grupos (como exemplos de actividades de desenho, ver páginas 50, 54 e 275).

Algumas comunidades trabalham em conjunto para pintar imagens em paredes de edifícios (pintura mural) que expressam os seus problemas e a esperança em relação a um futuro melhor e mais saudável (para obter ideias sobre como fazer e usar desenhos na educação de comunidades, ver o livro da *Hesperian Helping Health Workers Learn*).



## Estudos comunitários

Os estudos comunitários são uma maneira organizada de reunir informação. Podem ser usados para descobrir que problemas de saúde as pessoas têm, para ver semelhanças e diferenças naquilo que as pessoas pensam e em que acreditam, ou para medir o apoio a diferentes planos ou acções na comunidade.



Num estudo, são colocadas as mesmas perguntas, da mesma maneira, a todas as pessoas que participam no mesmo. Os estudos podem ser feitos nas casas, nos locais de trabalho, nas escolas, nos locais de oração, nos locais de reunião ou mesmo pelo telefone ou pelo correio.

Os estudos permitem que as pessoas partilhem os seus pensamentos em privado, sem terem de ir a reuniões ou outros acontecimentos públicos. Podem ser uma maneira de ter em conta as ideias e preocupações das pessoas que poderão ter medo ou que não estão autorizadas a participar no processo de tomada de decisão

da comunidade. Muitas vezes as pessoas falam mais à vontade quando são mulheres que administram o inquérito. (Para um exemplo de um estudo de saúde comunitária, ver páginas 500 a 505, “Comunidades afectadas pelo petróleo organizam um estudo de saúde”).

## Teatro

O teatro é uma maneira de abordar alguns problemas e propor soluções ao mesmo tempo que entretém e diverte as pessoas. Estas podem representar as suas próprias experiências e imaginar as experiências dos outros. Algumas questões e conflitos podem ser olhados mais facilmente se forem representados noutra tempo e lugar (na página seguinte pode ver algumas formas de usar o teatro).



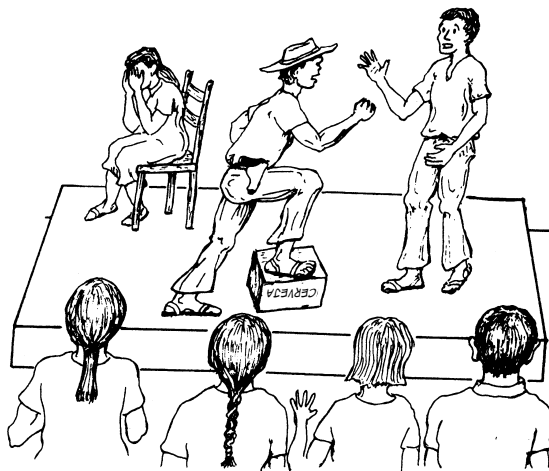
### Sociodrama

Um sociodrama permite que as pessoas representem um problema e demonstrem algumas das suas causas e efeitos. Um exemplo de como o sociodrama é usado para falar de um conflito sobre recursos florestais encontra-se nas páginas 186 a 188.

Os sociodramas podem fazer surgir muitas emoções. Alguns organizadores comunitários gostam de terminar com as pessoas a cantarem uma canção em conjunto ou a fazerem alguma outra actividade de 'cooperação'.

O teatro interactivo é uma espécie de sociodrama no qual todos vêem e participam ao mesmo tempo. Qualquer pessoa da audiência pode dizer aos actores que parem e depois pode tomar o lugar de um actor e representar uma solução diferente para o problema.

Isto é especialmente útil em situações em que as pessoas representam à vez o papel da pessoa que tem pouco ou nenhum poder.

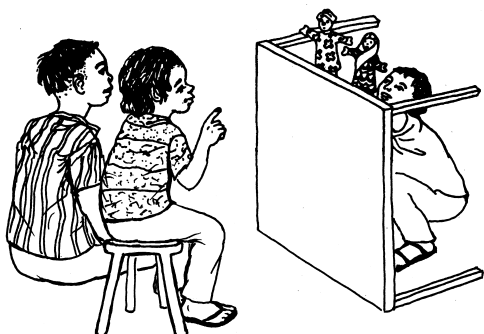


**Qualquer história pode ser transformada num sociodrama, desde que tenha personagens e seja trabalhado um problema.**

### Dramatização

Uma dramatização não requer tanta preparação como o sociodrama e pode ajudar a explicar diferentes pontos de vista ou a resolver conflitos. As pessoas representam diferentes papéis em situações da vida real para mostrar como é que actuariam. Você pode discutir e repetir a dramatização para compreender porque é que as pessoas se comportaram de determinada maneira.

Mudar a maneira como as pessoas com poder actuam é fácil no palco, mas é muito difícil na vida real. Usar o teatro para praticar a forma como interagimos com as pessoas que têm poder sobre nós ajuda as pessoas a prepararem diferentes formas de responderem ao poder na vida real.



### Espectáculo de marionetas

Um espectáculo de marionetas usa bonecos em vez de pessoas para representar a história de um conflito comunitário. Eles fazem as pessoas rir e podem ajudá-las a verem as coisas de forma diferente da que estão habituadas a ver. Para algumas pessoas é mais fácil falar através de marionetas do que representar em palco.

## Guia para saber que actividade usar e quando

As actividades deste livro são boas para explorar as questões específicas da saúde ambiental dos capítulos nos quais elas são descritas. E também podem ajudá-lo a avançar enquanto se organiza na sua comunidade. As actividades podem:

- Ajudar a identificar problemas ou iniciar uma conversa sobre um assunto particular (ver páginas 59, 69, 72, 260 e 468);
- Ajudar um grupo a tomar decisões ou a escolher entre diferentes necessidades e opções (ver páginas 138 e 191);
- Ajudar a recolher informação, partilhar conhecimentos e mudar a maneira como olhamos para o nosso ambiente e para nós mesmos (ver páginas 50, 54, 90, 391 e 443);



- Ajudar a aprender novas ideias, a relembrar ideias que já conhecíamos ou a ver as ideias antigas de maneira diferente (ver páginas 158, 284, 289, 336 e 514);
- Ajudar a começarmos a organizar-nos para resolver um problema específico (ver páginas 110, 164, 221 e 275);
- Ajudar a transmitir ideias difíceis ou a compreender e resolver conflitos (ver páginas 110 e 186).

Algumas actividades podem ser usadas em conjunto, como por exemplo a elaboração de mapas comunitários durante ou depois de uma caminhada de saúde, ou o uso de dramatizações como parte de uma actividade de estudo de necessidades. O que é mais importante é que as actividades ajudem as pessoas a recolherem informação, a partilharem conhecimentos e a aprofundarem a compreensão de um determinado assunto. Isto vai apoiar a sua organização, o seu empoderamento e o seu trabalho para resolver as causas profundas dos problemas de saúde comunitária.

