



# A multidimensionalidade da educação para a saúde



**Os excertos dos textos que se seguem são da autoria de:  
Ermelinda Macedo**

**Os textos podem ser consultados em:  
<https://milrazoes.blogs.sapo.pt/>**

## “Uma gaveta aberta” (Educação)

(...)

Educar implica criar condições para que a pessoa se desenvolva. Que condições são essas? Condições afetivas; familiares, comportamentais...todas as condições para o viver humano e ser pessoa. A gaveta deve estar aberta.

E quando ela não abre? Às vezes só abre se alguém substituir a fechadura e fizer nova chave. Quem é esse alguém? A própria pessoa da gaveta que não abre? Uma ou mais pessoas externas?

Talvez em conjunto, porque educar é estar *com...*; é fazer *com...*; é sentir *com...*; é descobrir *com...* Quando se tenta comprar uma fechadura e uma nova chave criam-se condições para abrir a gaveta e, então, geram-se também condições para a codificação, a decodificação e a atribuição de significado ao que a gaveta recebe.

## “O padrão que liga” (Um vs Mundo)

(...)

Percebi que Bateson em “Natureza e Espírito – uma unidade necessária” é extraordinário na forma como liga (abstratamente e concretamente) todos os seres vivos entre si a partir de um ser vivo concreto. *O padrão que liga* permite ter uma visão estética das coisas e do mundo, enfrentando-os com reconhecimento e empatia, encarando-os numa perspetiva ampla e sistematicamente relacional.

(...)

Pedindo ajuda a Bateson, diria que o UM liga-se ao OUTRO e este ao OUTRO...e este ao MUNDO através do *padrão que liga*, sempre numa perspetiva ampla e sistematicamente relacional, tornando-se preciso relacionar as coisas num MUNDO onde o UM apenas faz parte dele. Parece ser neste contexto que o conhecimento, a educação e a aprendizagem (todo o tipo de aprendizagem) acontecem. Eu concordo com Bateson! (pensando que percebi o pensamento de Bateson até onde *a minha mente (espírito?)* me permitiu). Autor: Ermelinda Macedo

## “A Cabana” (Infância)

(...)

Era preciso esforço para brincar, mas esse esforço trouxe-nos, com certeza, uma forma de estar na vida diferente. Vejamos: a cabana e a televisão; a cabana e a *playstation* e; a cabana e o (mau) uso da internet...o que nos parece melhor?

(...)

Porque não ensinamos as nossas crianças a construir “cabanas”? Porque não lhes ensinamos a escolher os objetos para as brincadeiras? Estamos também “comodistas”, ou já esquecemos? Teremos muito trabalho, o que nos permite não ter tempo para esse ensino? (a falta de tempo ajuda-nos sempre a desculpar para não ensinarmos a construir “cabanas”).

(...)

O que sei é que terei de agradecer a alguém, porque a construção da “cabana” ensinou-me tanta coisa! Ajudou a *construir-me com esforço individual*. A “cabana” é apenas um exemplo!

Educar (para o e no) Brincar é *Educar para a Saúde*

## “Saudade (Luto)”

Num momento em que a vida parece parar aparece alguém a dizer-nos que “a vida continua”. Meu Deus, como é possível a vida continuar!

(...)

A reposição, a reestabilização e muitas palavras iniciadas por “re” vão acompanhar-nos diariamente. ...Situações de perda são sempre perturbadoras e, às vezes, a saudade é MESMO MUITO ANGSTIANTE!! Reaprender; rever; revisitar e; reintegrar são palavras constantes no processo de gestão da perda.

(...)

Os recursos internos e externos de cada um de nós também têm de ser reestruturados (mais uma palavra com “re”...) e revisitados. A vida, depois de uma perda, é uma VIDA COM SAUDADE! O caminho faz-se; “a vida continua” mas, p.f., não me digam que “a vida continua” quando eu não consigo perceber o que está a acontecer!

Educar para o sofrimento é *Educar para a Saúde*

## “Palavras (Valores)”

“Palavras”...vou chamar-lhes assim. “Palavras”, que não são apenas “palavras”; são indicadores que orientam a *nossa* posição na vida e a forma como a vivenciamos e a influenciemos, quer no quotidiano *individual*, quer na forma como nos relacionamos com os “outros”. Pontuam a maneira como vivemos o mundo; a forma como o “nós” se posiciona relativamente aos “outros”. Podemos definir as “palavras” como SIMPLICIDADE; RESPEITO; COMPAIXÃO; ESCUTA; SUBTILEZA; LAICIDADE; HUMOR; CAPACIDADE DE INDIGNAÇÃO e; O CUIDAR DE NÓS PRÓPRIOS.

(...) Eventualmente existirão outras “palavras” importantes e necessárias para vivermos neste mundo, mas estas são algumas das que mais *empurram* para uma vida de bem-estar. (...) As “palavras” de que se vem a falar são necessárias para uma vida baseada na compreensão, no respeito e na aceitação dos “outros”. (...) A SIMPLICIDADE; o RESPEITO; a COMPAIXÃO; a ESCUTA; a SUBTILEZA; a LAICIDADE; o HUMOR; a CAPACIDADE DE INDIGNAÇÃO e; o CUIDAR DE NÓS PRÓPRIOS são algumas das “palavras” que não exigem muito custo para orientarem as nossas atitudes e comportamentos. Às vezes há necessidade de treino e, às vezes, muito treino, mas, arrisco dizer, com *minha* certeza, que lucraremos “nós” e os “outros” também.

Educar para os valores é *Educar para a Saúde*



## “A marca” (Estigmatização)

(...) Atualmente, o termo estigma é usado com o sentido original, porém, de uma forma mais ampla, marcando a própria existência de uma forma pejorativa. É uma combinação de opiniões estereotipadas, atitudes prejudiciais e comportamentos discriminatórios em relação a outros grupos, resultando na redução de oportunidades de vida para aqueles que são desvalorizados.

(...) Embora o estranho possa apresentar atributos diferentes, o termo estigma só é usado para referir um atributo profundamente negativo depreciativo.

(...) Atitudes negativas dirigidas a algumas (muitas) pessoas são muito comuns e constituem a maior barreira ao contacto e convívio sociais.

Mas...

Todos os dias me encontro com pessoas cuja vida tem uma “banda sonora diferente”. A banda sonora é, com certeza, também diferente da minha. O que nos une é o facto de sermos humanos; humanos com marcas diferentes. A diferença (marca) é “apenas” a riqueza do nosso mundo!

Educar a Igualdade é *Educar para a Saúde*



## “Na relva do castelo” (Delinquência)

(...) os comportamentos eram diferentes; usavam substâncias *estranhas* que os faziam *estranhos* (pensavam os outros que não as usavam e não sabiam o que fosse tal coisa).

(...) Os que se sentavam com as pernas à chinês na relva do castelo eram olhados como especiais: especiais pela diferença e, apenas, pela diferença. (...) O que é certo é que não cumpriam algumas normas sociais...

(...) Não era o nosso código de relacionamento nem de comportamento. O que faziam torna-se um comportamento delinquente? A palavra delinquência traz consigo muita carga moral!!! (é apenas a minha perceção). (...)

A evidência científica diz-nos que a causalidade do comportamento delinquente não é linear. (...) Arrisco dizer, com algum grau de certeza sustentado pela ciência, que a promoção da saúde mental é um dos caminhos para a prevenção de alguns comportamentos delinquentes.

**Educar para o comportamento social saudável incluindo relacionamento interpessoal é *Educar para a saúde***

## “Receitas? não arrisco” (Receita Mágica)

(...)

Receitas? É-me difícil respeitá-las integralmente.

(...)

Facilmente digo: “não tenho receitas para isto e para aquilo”, porque, de facto, é difícil assumir que algum fenómeno só tem um caminho e uma interpretação e, por essa razão, eu não arrisco receitas. Poderíamos falar das características de “um bom aluno”, de “uma boa pessoa”, de “um bom profissional”, de “uma pessoa com saúde”, mas nunca as assumiria como os ingrediente necessários para ser “um bom...”, porque cada pessoa é “um bom aluno”, “uma boa pessoa”, “um bom profissional” “uma pessoa com saúde”, de acordo com a sua história de vida, a qual é composta por várias experiências com diferentes pessoas, em diferentes locais geográficos e em diferentes fases da vida.

(...)

Receitas? Eu não arrisco nenhuma para nenhum fenómeno. Vou observando e corrigindo e ajudando a corrigir o que me parece desadequado...claro que me socorro de alguma evidência empírica que me facilita essa correção. Era bem mais fácil e, quem sabe, menos interessante, se a vida fosse, ela própria, uma *receita mágica*.

*Educar para a Saúde não tem receitas - eu não arrisco...*



Educar (*para o e no*) Brincar é Educar para a Saúde

Educar para o Sofrimento é Educar para a Saúde

Educar para os Valores é Educar para a Saúde

Educar para a Igualdade é Educar para a Saúde

Educar para o Comportamento social saudável incluindo Relacionamento interpessoal é Educar para a Saúde

APENAS ALGUMAS DIMENSÕES DA EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE.....



APENAS ALGUMAS DIMENSÕES DA EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE.....

São dimensões (diferentes e importantes) que ultrapassam as dimensões biomédicas  
(também muito importantes)...



# A multidimensionalidade da educação para a saúde

**Muito obrigada!**

Ermelinda Macedo  
emacedo@ese.uminho.pt

