

Yoga: itinerários de estudo no Brasil

Gabriela Albuquerque de Almeida Supra¹, Leônidas de Oliveira Neto²

¹Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Departamento de Artes. Natal-RN, Brasil.
59078-970

Autor correspondente: Gabriela Albuquerque de Almeida Supra

E-mail: gabrielasupra@hotmail.com

RESUMO

O presente estudo tem como objetivo a sistematização de alguns itinerários para o estudo do yoga no Brasil. Considera a pertinência e relevância do tema no plano internacional e nacional, em especial, associado à saúde mental e a dança. Trata-se de uma revisão sistemática da literatura. Situa o tema na política de saúde brasileira e sinaliza o estado da arte no país. Verificou-se que na produção acadêmica encontra-se a presença de um grupo de autores que foi se destacando com variadas produções, mais específicas, mas também abrangendo o yoga como uma prática corporal para preparação de bailarinos, assim como, encontram-se publicações (resenhas) que divulgam trabalhos da Índia e de origem norte-americana. As produções nacionais seguem em crescimento desde a criação, em 2006, da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. Contudo, alguns dos autores examinados reconhecem uma carência na literatura brasileira da abordagem do Yoga, ressaltando aspectos científicos, e destacam como necessárias pesquisas, o que sugere que há um caminho aberto para os interessados e estudiosos na perspectiva de ampliar e potencializar o conhecimento acerca do tema no Brasil.

Palavras-chave: Yoga; práticas mente-corpo; saúde mental; promoção da saúde.

ABSTRACT

The present study aims to systematize some itineraries for the study of yoga in Brazil. It considers the pertinence and relevance of the theme at the international and national level, in particular, associated with mental health and dance. This is a systematic review of the literature. It situates the issue in Brazilian health policy and signals the state of the art in the country. It was found that in the academic production there is the presence of a group of authors that stood out with various productions, more specific, but also covering yoga as a body practice for the preparation of dancers, as well as publications (reviews) that promote works from India and North America. National productions have continued to grow since the creation, in 2006, of the National Policy on Integrative and Complementary Practices in Health. However, some of the authors examined recognize a lack in the Brazilian literature on the approach to Yoga, highlighting scientific aspects, and highlighting the need for research , which suggests that there is an open path for interested parties and scholars with a view to expanding and enhancing knowledge on the subject in Brazil.

Keywords: Yoga; mind-body practices; mental health; health promotion.

INTRODUÇÃO

O presente estudo tem como objetivo a sistematização de alguns itinerários para o estudo do yoga no Brasil. Considera a pertinência e relevância do tema no plano internacional e nacional, em especial, associado à saúde mental e como modalidade para preparação de bailarinos e estudantes de dança.

O Yoga é Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade desde sua inserção na lista de salvaguarda do Patrimônio Cultural da UNESCO em 2016. Pode ser considerada a filosofia prática mais antiga do planeta. Surgiu na Índia, há aproximadamente 7 mil anos, fazendo parte do ethos indiano, segundo Antunes (2020)

A história indiana traça a origem do Yoga a partir de Sada Shiva, que foi o primeiro professor. Sua presença está bem documentada na tradição textual indiana do Rigveda datada entre 1500–1200 a.C, bem como nos textos Satapatha Brahmana de 300 a.C, nos tratados filosóficos dos Upanishads - Mundaka e Bhagvad Gita datados antes do quinto ou quarto século a.C. Um dos textos fundamentais sobre a filosofia do Yoga são os Yogasutras do mestre Patanjali, a palavra sutra, que traduzida quer dizer “corda ou fio” se refere à série de ensinamentos que são alinhavados como pérolas em um colar. O Sutra de Patanjali é uma coleção de 196 versos curtos e poderosos. Mesmo que haja um debate acadêmico sobre a sua data exata, entende-se que ele escreveu o seu Sutra há aproximadamente 2000 anos.

A globalização expandiu o Yoga como prática adotada em vários países. Em que pesem os diferentes contextos, expressões, práticas e particularidades do Yoga que apresentam, se unifica sob as bases históricas, filosóficas e cosmológicas (ANTUNES, 2020).

A relevância do Yoga se associa à sua potencialidade como terapia que favorece a saúde mental que, conforme Viapiana *et al.* (2018), é um problema de saúde pública que abarca todas as dimensões do desenvolvimento da sociedade.

O alcance da saúde mental através do Yoga é o tema e título do livro do Prof. R. S. Bhogal “Yoga & saúde mental: Um guia para o autogerenciamento” (2020), que se baseia nas pesquisas

realizadas pelo Instituto Kaivalyadhama (Índia), fundado em 1924 por Swami Kuvalayananda, pioneiro nos estudos do Yoga dentro de uma abordagem científica.

O conceito de yogaterapia foi cunhado pelo Swami Kuvalayananda, em 1924, na Índia. Contudo, atualmente, grande parte das pesquisas sobre yoga na saúde provém dos Estados Unidos, tendo como referência o professor David Eisenberg, de Harvard (BARROS *et al.*, 2014).

Conforme Devesa (2013) a obra de referência do Yoga Clássico é o Yoga Sutra, escrito por Patañjali, que foi um compilador de todas as técnicas e trabalhos que existiam no seu tempo (aproximadamente século I ou II a.C.) e este se constitui no primeiro texto que foi preservado desde a sua elaboração. O autor destaca que a palavra doença é de rara citação nos textos ligados ao Yoga Clássico cujo objeto principal das técnicas se refere à emancipação espiritual.

Além de sua potencialidade como terapia, o Yoga também se destaca como uma técnica corporal eficiente para a preparação de bailarinos. É o que afirma a Profa. Dra. Holly Elizabeth Cavrell, chefe do departamento de artes corporais da UNICAMP. Em 2018, a professora realizou uma pesquisa, colocando em diálogo autores da dança contemporânea e do yoga, realizando fichamentos e análises de como uma leitura poderia transpassar a outra. A pesquisadora ressalta que é possível notar congruência entre os princípios que fundamentam a prática-filosófica do yoga com os valores que embasam as pesquisas em artes do corpo na atualidade.

No Brasil, em 03 de maio de 2006, foi publicada a Portaria GM/MS nº. 971, que instituiu a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC), oportunizando assim, aos usuários do Sistema Único de Saúde (SUS) o direito de usufruir dessas práticas no sistema público de saúde. Convém destacar que, inicialmente, só foram inseridas 5 Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no elenco da PNPIC, tendo posteriormente sido publicadas mais duas portarias: em 2017 a portaria GM/MS nº 849 que insere mais 14 PICS (dentre elas a yoga) e em 2018 a portaria GM/MS nº 702 que insere mais 10 PICS, totalizando hoje no Brasil 29 PICS oficialmente instituídas no SUS (BARROS *et al.*, 2020).

A atual pandemia de Covid-19, um contexto de muitas incertezas, inseguranças e estresse, marcado pelo isolamento social, doença e mortes, paradoxalmente, oportuniza que o Yoga, assim como outras práticas terapêuticas complementares associadas ao cuidado de saúde mental, se destaque como alternativa de cuidado em espaço institucionalizado e/ou auto-cuidado. É o que se verifica conforme a pesquisa conduzida pela FIOCRUZ, recentemente.

O estudo da FIOCRUZ (UNASUS: 2021), o mais abrangente já realizado no Brasil, examinou o tema das práticas integrativas complementares em saúde revelando que as práticas mais utilizadas em 2020 foram: plantas medicinais e fitoterapia (28%), meditação (28%), reiki (21,6%); aromaterapia (16,4%); homeopatia (14,5%); terapia de florais (14%); yoga (13%), apiterapia (11%), imposição de mãos (10%) e medicina tradicional chinesa/acupuntura (7,8%).

A pesquisa criterizou as 29 práticas oficialmente instituídas no SUS e consultou a população através de um questionário on-line respondido por 12.136 brasileiros com mais de 18 anos. A maior adesão da população a essas terapias foi identificada nas regiões Centro-Oeste (71%) e Sul (70,8%), seguidas de Sudeste (63,4%), Norte (52,3%) e Nordeste (45,6%).

Na perspectiva de contribuir para a ampliação e enriquecimento dos conhecimentos no Brasil, sobre o tema milenar do yoga, este trabalho buscou identificar, na literatura nacional, Itinerários para estudos. Apresenta limitações inerentes ao universo das produções acadêmicas na “era atual do conhecimento”, com infinitas fontes acessíveis pela tecnologia da informação.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão sistemática da literatura que é “considerada estudo secundário, que têm nos estudos primários sua fonte de dados” (GALVÃO; PEREIRA, 2014, p. 183).

Foram selecionados artigos que preenchiam os seguintes critérios: ter sido realizado no Brasil após o lançamento da PNPIC no Sistema Único de Saúde (SUS), marco da institucionalização das práticas complementares no país; conter informações sobre a origem, conceitos e significados, atores e redes que se articulam no reconhecimento dessa prática milenar e na interface entre conhecimentos tradicionais, saúde e dança. Foram realizadas buscas na base: Scientific Electronic Library Online - Scielo (www.scielo.org) e foram utilizadas como palavras-chave ou descritores: Yoga, Práticas mente-corpo, Saúde mental, Promoção da saúde, Estilo de vida.

À medida que foram sendo identificadas as publicações, a presença de um grupo de autores foi se destacando com variadas produções, ora com teor aproximado e ora alargando o tema no âmbito das práticas complementares e integrativas de saúde. Desse modo, decidiu-se por uma amostra aleatória de 14 artigos, na perspectiva de construir um painel temático conforme os critérios acima citados.

Adicionalmente, foram acrescentadas referências de livros, eventos e outras informações anteriores e contemporâneas da criação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, consideradas pertinentes, identificados na plataforma Google Acadêmico.

Quadro 1 – Autores da amostra por ano de publicação.

2007,2009, 2010.	2013	2014	2015	2016	2018	2020	2021
Siegel, P; Barros, NF.	Deveza; Bernardi, et. al.	Barros, NF, et. al.	Antunes; Siegel, P; Barros, NF.	Telesi Junior, E.	Bastos, C.	Barros, LCN et. al.; Siegel P; Bastos, CLGB.	Posso; Pereira, LF; Tesser, CD

Fonte: Criado pelo autora.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O tema do yoga no Brasil é indissociável do precursor, José Hermógenes de Andrade Filho, que nasceu na cidade de Natal em 9 de março de 1921 (há um século), foi estudar no Rio de Janeiro aos 20 anos, onde seguiu carreira no Exército e faleceu em 13 de março de 2015.

O primeiro contato de José Hermógenes com a Yoga aconteceu aos 35 anos e o autor publicou mais de 30 livros sobre o tema. Não tinha viés religioso, mas uma filosofia prática de vida. A vertente que ele abraçava chamada de *hatha yoga* pregava a melhora do corpo físico para aperfeiçoar a consciência” (AGÊNCIA BRASIL, 2021). O Instituto Hermógenes, situado no Rio de Janeiro, segue mantendo a tradição do seu legado.

O seu livro “Estudos sobre o yoga” (2005) constitui uma referência no itinerário sobre o tema. Trata-se de uma coletânea organizada por Marcos Rojo Rodrigues e redigida por ele e outros oito autores. A apresentação é assinada pelo cônsul-geral da Índia e o livro está dividido em três partes: Construindo o conceito do yoga; Aspectos teóricos do yoga e Aspectos práticos do yoga. Na apresentação do livro é citado que há uma carência na literatura brasileira da abordagem do Yoga ressaltando aspectos científicos (RODRIGUES; 2006).

Para conhecer mais detalhes sobre o livro “Estudos sobre o yoga” é possível encontrá-lo disponível na plataforma Scielo, resenha escrita por dois dos autores da coletânea, Pamela Siegel e Nelson Filice de Barros, da Universidade Estadual de Campinas (SIEGEL; BARROS, 2010).

Os mesmos autores produziram outras resenhas, sendo os seus *Book Reviews*: do livro indiano Religious Therapeutics, Body and Health in yoga, ayurveda, and tantra (2001), Yoga as medicine: the yogic prescription for health and healing (2009), The Science of Yoga (2012), The risks and the rewards. (2015), entre outras publicações similares, na perspectiva de ampliar o acesso em português sobre o tema.

O organizador e autor Rodrigues *et. al.* (2006), mais conhecido como Marcos Rojo, é um personagem com variadas iniciativas na área. É o fundador do Instituto de Ensino e Pesquisas em Yoga (IEPY), com sede em São Paulo, onde coordena uma equipe de “professores formados na ciência e na tradição da escola de Kaivalyadhama”, citada anteriormente como pioneira nos estudos do Yoga dentro de uma abordagem científica.

O IEPY, conforme o site, tem em vista “manter e disseminar a prática dentro de sua mais pura essência e tradição, oferecendo cursos de capacitação e pós-graduação em Hatha Yoga” (IEPY, 2021, *online*), além de apoiar e subsidiar pesquisas nesse universo.

Além do IEPY, um fórum de debate sobre Yogaterapia, iniciado em 2019, vem sendo realizado anualmente no Brasil o: Simpósio Internacional de Yogaterapia. Como idealizador do evento identifica-se o mesmo criador do IEPY, Marcos Rogo, e também, Danilo Forghieri Santaella, autores participantes da coletânea que organizou sob o título “Estudos sobre o yoga”, entre outros.

O evento replica no país o mesmo formato de eventos que acontecem em outras partes do mundo, reunindo renomados especialistas, pesquisadores e profissionais da área da saúde e do bem-estar (IEPY, 2021).

Em que pese a prática do yoga estar presente desde o século passado no país, destaca-se o fato que oficialmente, ela só é inserida no sistema público de saúde em 2017, como conquista da PNPIC instituída em 2006 (BRASIL, 2006, online).

Tal política começa a se desenhar desde a década de 1970 sob a influência da Organização Mundial de Saúde (OMS) e se fortalece com a divulgação pela Organização do documento “Estratégia da OMS sobre Medicina Tradicional 2002-2005.” (BRASIL, 2006, *online*).

O sentido da adoção das práticas integrativas e complementares em saúde no país foi tratado por Telesi Junior (2016, p. 99), que considerou os elementos da interdisciplinaridade, linguagens singulares, próprias, se contrapondo “à visão altamente tecnológica de saúde que impera na sociedade de mercado” presente no SUS, como forças para a criação da política nacional.

No contexto do movimento sanitário brasileiro na década seguinte, a efervescência da retomada da democracia no Brasil, saindo da Ditadura militar implantada em 1964, fincou-se as bases da reforma na saúde que originou o Sistema Único de Saúde aprovado na Carta Constitucional de 1988 (PAIVA; TEIXEIRA, 2014).

Criaram-se, pois, as condições mais favoráveis à implantação de políticas e ações pioneiras em saúde, como a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, entre outras implantadas, em que pese a implantação do SUS ocorrer sob permanente subfinanciamento.

A Portaria GM/MS n. 971/2006 que cria a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde reconhece como dada a necessidade de integrar a medicina ocidental contemporânea às práticas de saúde não convencionais. As diferentes Práticas Integrativas e Complementares (PIC) introduzidas a partir de 2006 procuraram ampliar efetividade, segurança,

escuta acolhedora, vínculo terapêutico e a integração do ser humano com o meio (BARROS *et al.*, 2020; BRASIL, 2006).

De acordo com a citada Portaria GM/MS n. 971:

O campo das Práticas Integrativas e Complementares contempla sistemas médicos complexos e recursos terapêuticos, os quais são também denominados pela OMS de Medicina Tradicional e Complementar/Alternativa (MT/MCA), conforme WHO, 2002. Tais sistemas e recursos envolvem abordagens que buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde por meio de tecnologias eficazes e seguras, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade.” (BRASIL, 2006).

Posso (2021, p. 1), em editorial recente esclarece, a partir de estudos que referencia que:

A OMS entende como Medicina Tradicional/Medicinas Complementares e Alternativas (MT/MCA), os recursos terapêuticos tanto dos sistemas médicos complexos da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), Medicina Ayurveda Hindu, Medicina Unani Árabe e diversas medicinas indígenas, como também práticas, com ou sem fármacos, de uso corriqueiro e popular, reconhecendo sua importância com a prática responsável, segura e capacitada das Terapias Integrativas/Complementares.

Barros *et al.* (2020) refere que a PNPIC preconizou inicialmente a oferta pública de medicina tradicional chinesa-acupuntura, homeopatia, plantas medicinais e fitoterapia, termalismo social/crenoterapia, medicina antroposófica e, posteriormente, novas portarias quais sejam: Portaria GM/MS nº 849 que insere Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga; e a Portaria GM/MS nº 702/2018 que insere Aromaterapia, Apiterapia, Bioenergética, Constelação familiar, Cromoterapia, Geoterapia, hipnoterapia,

Imposição de mãos, Medicina antroposófica/antroposofia aplicada à saúde, Ozonioterapia, Terapia de florais e Termalismo social/crenoterapia.

No ano de lançamento da PNPIC, o Ministério da Saúde lançou o documento técnico intitulado “Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso”, no qual situa o processo de construção da política nacional e as orientações pertinentes ao início da implantação. (BRASIL, 2006).

Prosseguindo na sistematização de itinerários para o estudo do yoga encontra-se um breve histórico do Yoga, desde a sua história conhecida, em Deveza (2013). Cabe destacar que Deveza é também autor presente no livro “Estudos sobre o yoga” (2006), organizado por Marcos Rojo.

O artigo de Barros *et al.* (2013, p.1305), realiza uma descrição e análise de:

sintomas e o estado de bem-estar autodeclarados dos participantes do programa “Yoga e Promoção da Saúde”, que consistiu em aulas de hatha yoga, utilizando técnicas corporais e respiratórias e conteúdo ético-filosófico, ministradas a dois grupos de docentes, funcionários e alunos, de uma universidade pública do Estado de São Paulo, entre agosto/dezembro de 2011 e março/junho de 2012.

Os resultados do estudo indicam o yoga como terapêutica prática mente-corpo, que promove saúde ampliando a capacidade de autopercepção e autocuidado corporal, Porém: “não alcança o mesmo efeito positivo para todos que a praticam”, conforme a tradição do Yoga preconiza (BARROS *et al.*, 2013, p. 1305).

Publicado em 2013, os autores consideram que há poucas publicações acadêmicas sobre o yoga no Brasil, sendo necessárias muitas pesquisas para a incorporação do yoga no cuidado de doenças que acometem milhões de pessoas no Brasil e no mundo.

Seguindo tal necessidade de pesquisas, Bernardi *et al.* (2013) publicaram “ensaio clínico aleatorizado controlado cuja amostra foi constituída por 45 mulheres mastectomizadas atendidas no Ambulatório Ilza Bianco do Hospital Santa Rita de Cássia, Espírito Santo, Brasil, de março a novembro de 2010”, cujo objetivo foi examinar efeitos da Hatha-Yoga nos níveis de estresse e ansiedade de mulheres mastectomizadas, considerando a relação destes níveis com as variáveis:

idade, estado civil, religião, escolaridade, profissão, tabagismo, etilismo, estadiamento da doença e fase de tratamento.

Segundo os autores, os resultados identificados são estatisticamente significativos demonstrando diminuição do estresse e ansiedade no grupo experimental (BERNARDI *et al.*, 2013, p. 3621). Outras publicações relacionando yoga e ansiedade encontram-se nas plataformas: bvssalud.org; rbafs.org.br; uricer.edu.br; unifesp.br; ufes.br; mackenzie.br; ufsc.br.

O mesmo autor Bernardi, em co-autoria, publica ensaio teórico, fundamentado na revisão da literatura, no qual analisa a “repercussão do yoga em algumas de suas implicações como prática de saúde na racionalidade ocidental” (BERNARDI *et al.*, 2021, p. 1).

Em 2018 a Profa. Dra. Holly Elizabeth Cavrell, publica um artigo com o intuito de apresentar o seu percurso de pesquisa de Iniciação Científica sobre a prática do yoga na preparação corporal do bailarino contemporâneo. E constata que a prática do Yoga amplia a autopercepção do sujeito que dança, assim como é um estimulante para o exercício criativo em dança contemporânea.

Em 2020, Pamela Siegel, em co-autoria com Carolina Bastos, publicam um artigo ensaístico no qual realizam reflexões sobre abordagens do yoga pelos campos da Saúde, Religião, Filosofia, Arte, Educação, Antropologia e Sociologia. (SIEGEL; BASTOS, 2020).

Em publicação deste ano (2021) Pereira e Tesser, apresentam “estudo teórico-hermenêutico, em que conceitos presentes na escritura Yoga Sutra de Patañjali foram interpretados sob o enquadramento da saúde mental”. O objetivo declarado do estudo foi “interpretar valores e princípios éticos da tradição do yoga e discuti-los visando possíveis contribuições para a atenção psicossocial na Atenção Primária à Saúde (APS)”, que é ofertada pelo SUS (PEREIRA; TESSER, 2021, p. 711).

Retoma-se aqui o estudo de Antunes (2020), para destacar que trata-se de referência especial sobre o tema, uma vez que foi elaborado a partir dos documentos oficiais da Comissão de Salvaguarda do Patrimônio Cultural Imaterial da UNESCO que embasaram a inclusão do Yoga como Patrimônio Imaterial.

A autora, ao apresentar a contextualização do processo de patrimonialização, vislumbra e comunica para o leitor:

As discursividades que pleiteiam um lugar para o Yoga que em muito transcende a sua visão como uma prática de bem-estar físico e mental,

sendo considerada uma prática dotada de agência capaz de promover transformações profundas no nível individual, mas fundamentalmente, em sua potência na transformação global.” (ANTUNES, 2020, p. 31).

Um grande número de referenciais associados ao tema do yoga, uma vez que se referem ao conjunto das práticas alternativas e integrativas de saúde, podem ser identificadas na página *online* do Laboratório de Práticas Alternativas Complementares e Integrativas em Saúde da UNICAMP (<https://www.fcm.unicamp.br/fcm/lapacis/biblioteca/publicacoes-lapacis>).

Em um breve exame permite constatar que há autores com intensa produção na área, à exemplo de Barros e Siegel.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste trabalho são identificados alguns estudos na perspectiva de sinalizar itinerários para o estudo do yoga no Brasil. Desse modo, tem o intuito de contribuir para o enriquecimento dos conhecimentos sobre o tema, à medida que, situa o tema na política de saúde brasileira e, modestamente, o estado da arte no país. Apresenta limitações inerentes ao universo das produções acadêmicas na “era atual do conhecimento”, com infinitas fontes acessíveis pela tecnologia da informação.

Verificou-se que, na produção acadêmica, encontra-se a presença de um grupo de autores que foi se destacando com variadas produções, mais específicas, mas também abrangendo o yoga e outras práticas complementares e integrativas de saúde, assim como, encontram-se publicações (resenhas) que divulgam trabalhos da Índia e de origem norte-americana. É identificado um caminho aberto para o aprofundamento do Yoga como método de preparação para bailarinos e instigador de processos criativos na dança. As produções nacionais seguem em crescimento a partir da criação, em 2006, da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde.

Contudo, os autores reconhecem, conforme citado no livro “Estudos sobre yoga”(2005) uma carência na literatura brasileira da abordagem do Yoga, ressaltando aspectos científicos (Rodrigues; 2006), assim como, Barros *et al.* (2013), destaca como necessárias as pesquisas, o que sugere que há um caminho a percorrer para potencializar o Yoga no Brasil.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, C. A. Yoga como patrimônio imaterial da humanidade: diálogos interculturais e relações de poder. **Cadernos NAUI**, Florianópolis, vol. 9, n. 16, jan./jun. 2020. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/209453/YOGA%20COMO%20PATRIM%20%39%94NIO%20IMATERIAL%20DA%20HUMANIDADE%20DI%20%38%81LOGOS%20INTE%20RCULTURAIS%20E%20RELA%20%38%87%20%39%95ES%20DE%20PODER%20%28%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 2 dez. 2021

BARROS, N. F.; SEIGEL, P.; MOURA, S. M.; CAVALARI, L. G. S.; FURLANETTI, M. R.; GONÇALVES, A. V. Yoga e promoção da saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 4, abr. 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/4ZSqcXDmvfXGtbSkB8hw73v/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 2 dez. 2021

BARROS, L. C. N.; OLIVEIRA, E. S. F.; HALLAIS, J. A. S.; TEIXEIRA, R. A. G.; BARROS, N. F. Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde: Percepções dos Gestores dos Serviços. **Escola Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 2, maio/ago. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/bZjwfQhHM7mSBLjDV33NBBp/?lang=pt>. Acesso em 8 dez. 2021

BASTOS, C. Em busca do sentido da vida: a perspectiva de estudantes de Vedanta sobre “uma vida de yoga”. **Religião e Sociedade**, Rio de Janeiro, v. 38, n. 3, set./dez. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rs/a/X4hkd9LtQtNxzGmDZHYfpbN/abstract/?lang=pt>. Acesso em 10 dez. 2021

BERNARDI, M. L. D.; AMORIM, M. H. C.; ZANDOLNADE, E.; SANTAELLA, D. F.; BARBOSA, J. A. N. Efeitos da intervenção Hatha-Yoga nos níveis de estresse e ansiedade em mulheres mastectomizadas. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 12, dez. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/Z79h4WgptYxjz5ZH7FXKtmC/abstract/?lang=pt>. Acesso em 10 dez. 2021

BERNARDI M. L. D.; AMORIM, M. H. C; SALAROLI, L. B.; ZANDONADE, E. Yoga: um diálogo com a Saúde Coletiva. **Interface**, Botucatu, v. 25, jan./dez. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/gGGb6PFVgSCdSbhjsZp5XcS/?lang=pt>. Acesso em 11 dez. 2021

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS**. Brasília : Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>. Acesso em 12 dez. 2021

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria n. 971, de 3 de maio de 2006**. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: https://saude.mg.gov.br/images/documentos/Portaria_971.pdf. Acesso em 12 dez. 2021

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Secretaria de Atenção à Saúde. **Glossário temático: práticas integrativas e complementares em saúde**. Brasília: Ministério da Saúde; 2018. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/glossario_pics.pdf. Acesso em 13 dez. 2021

DEVEZA, A. C. R. S. Yoga e yogaterapia. **Revista de Medicina**, São Paulo, v. 92, n. 3, jul./set. 2013. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/revistadc/article/view/80000>. Acesso em 13 dez. 2021

Ferreira, L. C. Hermógenes, 100 anos: pioneiro da ioga mudou a vida após tuberculose. **Agência Brasil**, Brasília, 09 mar. 2021. Caderno Saúde, online. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2021-03/hoje-e-dia-professor-hermogenes-100-anos-ioga>. Acesso em 28 nov. 2021.

GALVÃO, T. F.; PEREIRA, M. G. Revisões sistemáticas da literatura: passos para sua elaboração. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 23 n. 1, jan./mar. 2014. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/ress/a/yPKRNymgtzwzWR8cpDmRWQr/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 29 nov. 2021.

LEVY, B. Fiocruz mapeia hábitos do brasileiro durante a pandemia. Fiocruz, Rio de Janeiro, *online*, 19 jul. 2021. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/noticia/fiocruz-mapeia-habitos-do-brasileiro-durante-pandemia>. Acesso em 28 nov. 20221

PAIVA, C. H. A.; TEIXEIRA, L. A. Reforma sanitária e a criação do Sistema Único de Saúde: notas sobre contextos e autores. **História, Ciências, Saúde – Manguinhos**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 1, jan./mar. 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/hcsm/a/rcknG9DN4JKxkbGKD9JDSqy/abstract/?lang=pt>. Acesso em 29 nov. 2021.

PEREIRA, L. F.; TESSER, C. D. Do yoga para a atenção psicossocial na Atenção Primária à Saúde: um estudo hermenêutico sobre valores e princípios éticos do Yoga Sutra de Patañjali. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 2, fev. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/yPQ65DYfCWpTb8JMjp8QHyh/abstract/?lang=pt>. Acesso em 29 nov. 2021.

POSSO, M. B. S. Práticas Integrativas e Complementares no tratamento da dor. **Brazilian Journal of Pain**, São Paulo, v. 4, n. 2, abr./jun. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/brjp/a/wvmc9z8V4SbDxLhb6Tp6wTs/?lang=pt&format=pdf#:~:text=O%20MS%20brasileiro%20adotou%20pela,Crenoterapia%20e%20a%20Medicina%20Antropos%C3%B3fica1>. Acesso em 13 dez. 2021

RODRIGUES, M. R.; DEVEZA, C.; SANTAELLA, D. F.; FILLA, J. A. M.; GULMINI, L. C.; DI BENEDETTO, M. A. C.; CASTILHO, M. C.; FERREIRA, M.; SHIMADA, S. **Estudos sobre o yoga**. São Paulo: Phorte; 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/BCzCysQHRpkWZ4dpCCkSsBj/?lang=pt>. Acesso em 13 dez. 2021

ROJO, M. Instituto de Ensino e Pesquisas em Yoga. Disponível em: <https://marcosrojo.com.br/contato/>. Acesso em 29 nov. 2021.

SIEGEL, P.; BARROS, N. F. Estudos sobre yoga: Resenhas Book Reviews. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 15, n. 0, s. 2, nov. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/BCzCysQHRpkWZ4dpCCkSsBj/?lang=pt>. Acesso em 13 dez. 2021

SIEGEL, P.; BARROS, N. F. RETIREI O NEGRITO QUE VOCÊ TINHA DEIXADO NO AUTOR. **Terapêutica religiosa, o corpo e a saúde em yoga, ayurveda e tantra**. Delhi: Motilal Banarsidass Publishers. 2002. Título original: Religious Therapeutics, Body and Health in yoga, ayurveda, and tantra. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/9yfSJzsQN5BsZvCqGYf8G4t/?lang=pt>. Acesso em 29 nov. 2021.

SIEGEL, P.; BARROS, N. F. **Yoga as medicine: the yogic prescription for health and healing**. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 3, mar. 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/8mxLkZxnPdkWDvf7pxxHjbc/?lang=pt>. Acesso em 29 nov. 2021.

SIEGEL, P.; BARROS, N. F.; BROAD W. J. The Science of Yoga: The risks and the rewards. New York: Simon & Schuster; 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/GDrXsLbZTYJBjz8XSn6xKkq/?lang=pt>. Acesso em 29 nov. 2021.

SIEGEL, P.; BASTOS, C. L. G. B. Yoga: um objeto de fronteira? **Interface**, Botucatu, v. 24, jan./dez. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/4cnBK9zn9CQCxL3XHH5j9Cr/?lang=pt>. Acesso em 28 nov. 2021.

TELES JUNIOR, E. Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova eficácia para o SUS. **Metrópole e Saúde**, v. 30, n. 86, jan./abr. 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ea/a/gRhPHsV58g3RrGgJYHJQVTn/?lang=pt>. Acesso em 29 nov. 2021.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS. Laboratório de Práticas Alternativas Complementares e Integrativas em Saúde. Disponível em:

<https://www.fcm.unicamp.br/fcm/lapacis/biblioteca/publicacoes-lapacis>. Acesso em 30 nov. 2021.

VIAPIANA, V. N.; GOMES, R. M.; ALBUQUERQUE, G. S. C. Adoecimento psíquico na sociedade contemporânea: notas conceituais da teoria da determinação social do processo saúde-doença. *Saúde debate*, Rio de Janeiro, v. 42, n. 4, dez. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/Y36fDqvZL5Js4nnWpXrYpBb/?lang=pt>. Acesso em 8 dez. 2021

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Estratégia de la OMS sobre Medicina Tradicional 2002-2005. Genebra: [s. n.], 2002. Disponível em: http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO_EDM_TRM_2002.1_spa.pdf. Acesso em 8 dez. 2021

Isabela Tescarollo; Melina Scialom; veronica fabrini de almeida. Da percepção à criação: investigação teórico-prática sobre a corporeidade em movimento e as gerações de sentido no processo criativo em dança contemporânea.. In: XXIX

CONGRESSO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UNICAMP, 2021, Campinas. Anais eletrônicos... Campinas, Galoá, 2021. Disponível em: <https://proceedings.science/pibic-2021/papers/da-percepcao-a-criacao--investigacao-teorico-pratica-sobre-a-corporeidade-em-movimento-e-as-geracoes-de-sentido-no-proce?lang=pt-br> Acesso em: 08 fev. 2022.