

# RECONDICIONAMENTO PARA REINTEGRAÇÃO NO SERVIÇO DO EXÉRCITO

CECIL MORGEN (Springfield College)

O objetivo deste trabalho é descrever as atividades do Centro de Recondicionamento Militar dos Estados Unidos que, até bem pouco tempo, se encontrava em Garmish e, posteriormente, em Mittenwald, nas pitorescas e históricas montanhas da Baviera do Sul, na Alemanha. Era o único estabelecimento de recuperação fisioterápica do Exército Americano.

No século XV, um religioso chinês chamado Chang Fu, descobriu que a prática dos exercícios com finalidades terapêuticas, fôra utilizada na China desde 2.600 A.C., quando então se sustentava que certos movimentos corporais e exercícios mantinham o funcionamento orgânico, prolongavam a vida e asseguravam a imortalidade da alma. Em Atenas e Esparta, davam especial importância ao desenvolvimento físico, tendo em vista o serviço do Estado. Além disso, era ele empregado com fins recreativos e estético, e, também, com características terapêuticas, visando beneficiar os doentes e as pessoas idosas.

Os romanos construíram, sem descurar de outros aspectos, grandes casas de banhos para todos os cidadãos. Mas, os inválidos, utilizavam também exercícios, calor e massagem como agentes terapêuticos.

Nos tempos modernos, Ling, destacou o valor da ginástica médica, ganhando a sua prática adeptos em toda as partes do mundo. Ele pregava que a ginástica era tão necessária para os indivíduos sadios como para os débeis, assentando assim, em definitivo, a idéia inicial, hoje consubstanciada nos programas de recondicionamento físico.

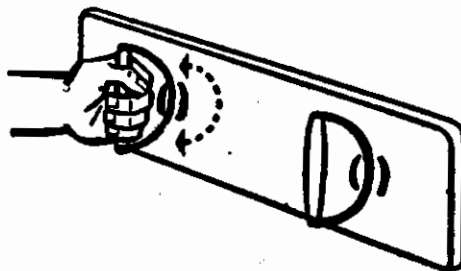
A Grã-Bretanha considerada o berço dos desportos foi, também, a pioneira em centros desportivos para militares convalescentes, servindo tais organizações de modelo aos nossos serviços. O princípio de que "sômente, com uma equilibrada cooperação entre a medicina e o treinamento físico, se pode obter os melhores

resultados, vale hoje tanto quanto se escrevia antigamente".

A missão do U.S.A.R.E.U.R. Centro de Recondicionamento Médico, foi de preparar o pessoal militar, através de um programa progressivo de recondicionamento físico e mental, para retornar ao serviço em boas condições físicas, a fim de cumprir suas tarefas. Assim, eram seus objetivos:

- 1.º — Deter e prevenir a perda da condição física.
- 2.º — Acelerar a recuperação física.
- 3.º — Melhorar a condição física.
- 4.º — Colocar a condição num nível que permitisse o retôrno ao serviço.
- 5.º — Contribuir para o reajuste psicológico e social.

Os convalescentes eram enviados ao Centro provenientes dos Hospitais Militares



APARELHO PARA SUPINAR E PRONAR O PULSO

tares da Europa e Africa. Quando os pacientes se encontravam em condições e não necessitavam mais de atenção médica, eram transferidos para o Centro, para o seu recondicionamento, com o fim de recolocá-los aptos para o serviço. Para isso, procurava-se que o ambiente do Centro se assemelhasse mais a um quartel que a um hospital, a fim de que os homens fôssem afastados progressivamente de suas atitudes de pacientes. O Centro tinha capacidade para 400 homens, os quais eram divididos em três companhias, de acôrdo com os seus diagnósticos. Uma companhia grupava os casos ortopédicos, a segunda os cirúrgicos e a terceira os médicos. Cada grupo era organizado militarmente, ocupando áreas diferentes com o pessoal administrativo e oficiais de recondicionamento e especialistas em recondicionamento. No ponto principal do Centro, existia uma enfermaria muito bem equipada. Todos os pacientes eram submetidos a um exame médico de admissão, um exame semanal durante a permanência e, mais tarde, a um exame final ao reincorporar-se ao serviço.

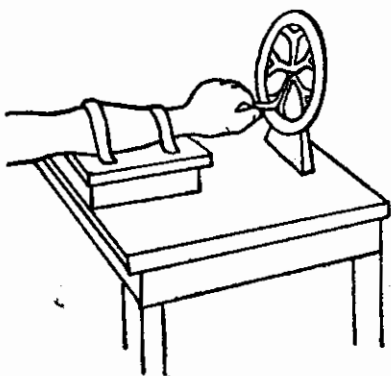
A duração média de permanência no Centro era de 3 a 4 semanas.

O fato de ser Garmish o lugar dos desportos de inverno, onde foram realizados

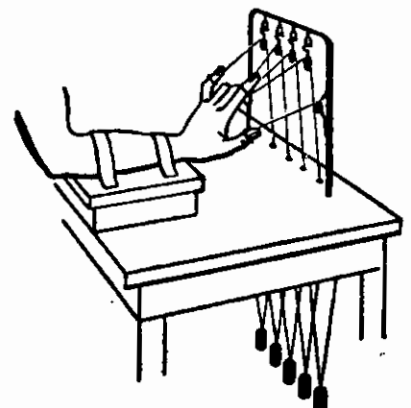
os Jogos Olímpicos de 1936, constituía um sítio ideal para uma organização dessa natureza. Igualmente, Mittenwald deê distante apenas 17 Km, é um lugar de esqui. Assim as instalações de recreações de ambas as localidades se encontravam à disposição dos pacientes. Em Mittenwald havia um antigo quartel de artilharia de montanha, o qual foi utilizado pelo Centro. Nêle, o picadeiro foi transformado num grande ginásio para desportos e as baias em ginásios para tratamentos especiais com aparelhos mecânicos para recreação. Foram ainda instalados vestiários, duchas e outras dependências. Uma das oficinas foi transformada em capela e outra em biblioteca, teatro e bar. Alguns edifícios foram adaptados para alugar as famílias e o pessoal. Os pacientes eram alojados em locais bem equipados, com grandes comodidades para recreação, instrução, habitação dos oficiais permanentes e para consultórios médicos.

As instalações ao ar livre eram excelentes e contavam com campos de desportos e de exercícios, quadras de vólibol, badminton e ténis. Além disso, completava a organização estandes de tiro ao arco, campos de golfe em miniatura, jôgo de malhas, pistas para ciclismo e marchas, esqui, patinagem e outros desportos de inverno. Nos arredores de Garmish havia, também, possibilidades para a prática de desportos aquáticos e muitas outras atividades.

Ao ingressar no Centro os pacientes eram destinados a uma determinada companhia e orientados sôbre a missão e as atividades do Centro. Logo eram examinados pelo médico que lhes prescrevia o tratamento de recondicionamento adequado. O Oficial de Recondicionamento em geral se encontrava presente neste exame, inteirando-se assim do estado do paciente. As informações do médico eram transmitidas aos especialistas de recondicionamento os quais ficavam encarregados de cumprir suas prescrições. Uma das obrigações do corpo mé-



APARELHO PARA CIRCUNDUÇÃO DO PULSO



APARELHO PARA RECUPERAÇÃO DE DEDOS

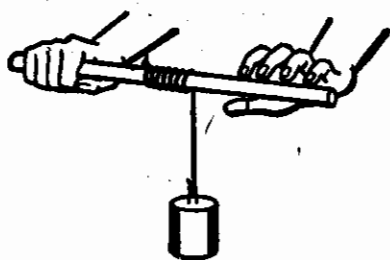
dico consistia em instruir esse pessoal por intermédio de aulas semanais. O treinamento incluía: orientação médica, instrução e atividades especialmente adaptadas, procedimentos corretivos e outros aspectos do problema. A frequência a essas aulas era obrigatória para todos.

Os programas de trabalho para as companhias ortopédica, médica e cirúrgica se adaptavam às necessidades de cada grupo e se desenvolviam individualmente, tanto quanto possível, de acordo com o tratamento preestabelecido para cada doente. Os pacientes trabalhavam em pequenos grupos com o objetivo de criar o "espírito de grupo". Os homens designados para cada companhia se dividiam em quatro grupos chamados D, C, B, A. Em função do estado físico, o médico designava o grupo de trabalho que deveria começar cada paciente. A maioria iniciava no grupo D para, em seguida, passar progressivamente para os grupos C, B e A. Essa promoção estava na dependência dos seus progressos. As trocas se realizavam duas vezes por semana; ninguém podia passar para um grupo mais adiantado, enquanto não se encontrasse em condições.

O grupo D realizava de 2 a 3 horas diárias de atividades físicas, o grupo C de 3 a 4 horas, o grupo B quatro a cinco, enquanto o A fazia seis a sete horas. As atividades do grupo D eram de duas categorias: condicionamento geral e condicionamento especial. No primeiro exame o médico determinava quais os doentes que necessitavam de atividades especiais. O pessoal do condicionamento prescrevia os exercícios e entregava aos especialistas a sua realização prática. A maior parte desse tipo de trabalho se concentrava na companhia ortopédica. As atividades de condicionamento geral do grupo D eram de pouco esforço: sessões de calistenia de pequena intensidade, desportos adaptados, excursões curtas, etc. Estas atividades, se realizavam em pequenos grupos sob as ordens de um reconcondicionador especializado. Isso possibilitava a identificação do soldado com o grupo. Os homens eram obrigados a realizar todo trabalho possível, mesmo que ainda fossem portadores de gesso ou aparelhos ortopédicos.

As atividades especiais prescritas individualmente deviam, também, realizar-se todos os dias. Um ginásio especial fora a

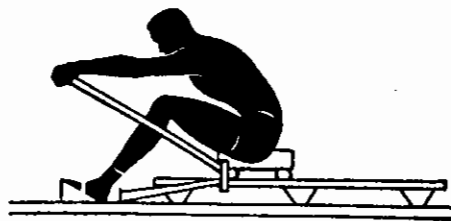
elas destinado. Havia todos os elementos necessários para esse tipo de trabalho médico, e o trabalho era cuidadosamente vigiado e se fazia um controle



APARELHO PARA FLEXÃO DO PULSO (TIRATEIMA)

diário de cada paciente. Alguns dos exercícios prescritos deviam realizar-se duas vezes por dia para se obter o máximo. Especial atenção se prestava à postura, especialmente, nos casos cirúrgicos, e eram ensinados processos especiais de levantamento de peso para herniados.

Além desse programa de atividades físicas o grupo D tinha 2 a 3 horas diárias de treinamento militar, que consistia em leitura de cartas, primeiros socorros, medidas de segurança e outros assuntos de natureza militar. Estas atividades eram planejadas de maneira que fossem adequadas a todos os soldados, independentemente, da arma a que pertenciam ou



REMA - REMA

de suas especialidades. O objetivo era mantê-los atualizados militarmente, preparando-os, assim, para o retorno às suas Unidades. Por causa das limitações físicas deste grupo, somente ministrava-se para os seus componentes aulas teóricas de desportos, regulamentos, técnicas, etc., capacitando-se, assim, os homens no conhecimento de desportos para poder praticá-los quando recobrem seu vigor. O vôlei, por exemplo, era um dos desportos mais populares e se iniciava com demonstrações e discussões das regras, pouco depois da chegada dos doentes ao grupo D. Quando eram transferidos para o grupo C, e depois para o B, já estavam em condições de praticar certas técnicas e mais tarde de jogar com perfeição.

Durante toda a permanência no Centro se prestava especial atenção à "recreação" dispondo-se para isso de bibliotecas, cinemas e salas de recreação. Ele contava ainda com oficinas para trabalhos manuais, laboratórios fotográficos e outros gabinetes, dirigidos sempre por pessoal especializado. Planejavam-se, também, excursões ou visitas a lugares interessantes, tais como ao Mosteiro de Ettal e o Castelo de Linderhof. Para aqueles que se interessavam, a cargo da Divisão de Educação e Informação, eram forne-

cidas oportunidades de caráter educativo. O alemão era objeto de aprendizagem.

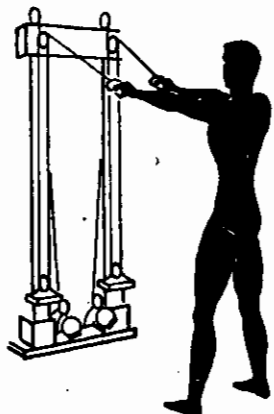
A medida que a condição do soldado melhorava, ele era promovido, sucessivamente, aos grupos C, B e A. Em cada grupo a permanência era aproximadamente de uma semana. A intensidade das atividades aumentava à medida das melhoras. Esse aumento de intensidade era conseguido de duas maneiras: aumentando o número de horas diárias de trabalho ou a quantidade de esforço necessário.

No grupo utilizavam-se atividades relativamente leves, entre outros, o jogo de malhas e excursões curtas. Nos outros grupos introduzia-se o voleibol, "cageball" e o basquetebol. As excursões se tornavam, progressivamente, difíceis e de maior duração, obrigando-se os pacientes a escaladas cada vez mais altas, aproveitando-se as montanhas próximas do Centro. A última excursão, que servia ao mesmo tempo de teste final, antes da alta, consistia em uma prova de escalada com a duração de um dia e com equipamento militar completo, devendo cada paciente preparar suas próprias refeições.

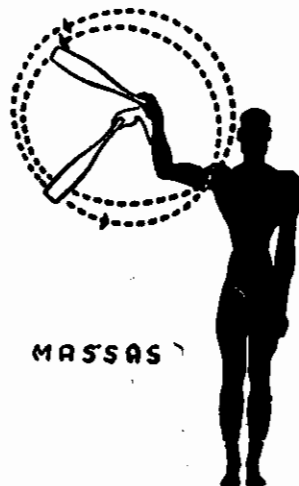
O outro aspecto deste programa de condicionamento era a competição entre as companhias que, geralmente, se realizava às quintas-feiras, constituindo um dos pontos culminantes do programa semanal. As atividades praticadas durante a semana tinham em vista essas competições. Todos os homens tinham oportunidade de competir contribuindo para contagem de pontos para a companhia. As provas variavam de simples atividades do jogo de malhas e bilhar até o alpinismo e "Cross-Country". Outras provas de caráter militar eram realizadas, entre elas, a de montagem de fuzil, a de transportar um companheiro, etc. Elas tinham um cunho de realismo e aumentava o interesse da competição, além de preparar o espírito do homem para o retorno às fileiras.

No transcurso de sua permanência, os doentes eram submetidos a vários testes de aptidão física. Ao finalizar essa permanência, além do exame médico, todos tinham obrigação de fazer uma prova final de aptidão para qual se utilizava o teste J.C.R., que consistia em corridas, saltamentos e flexões dos braços.

Conclui na página 36



FIOS ELÁSTICOS



MASSAS

# RECONDICIONAMENTO...

Conclusão da página 23

Os sucessos obtidos com o recondicionamento durante a Segunda Guerra Mundial, mostraram a necessidade de seu emprego nos trabalhos de reabilitação após o conflito. Os resultados do programa levado a efeito durante a guerra, demonstraram que com os trabalhos de recondicionamento, os homens feridos ou doentes poderiam recuperar-se muito mais rapidamente, diminuindo ainda as complicações e as recaídas.

Depois da guerra, reconheceu-se a imperiosa necessidade de ajuda aos incapacitados. Igualmente, expandiu-se a idéia de prestar uma atenção terapêutica e educação especializada às crianças nessas condições, para que as mesmas, dentro de suas limitações, pudessem viver da melhor maneira possível. Calcula-se que nos Estados Unidos, mais de vinte e oito milhões de pessoas se acham incapacitadas por enfermidades, acidentes, desajustes, ou conseqüências da guerra. Aproximadamente 4.000.000 de crianças em idade escolar têm deficiências físicas, das quais 11% recebem a necessária educação especial em escolas ou aulas especiais.

Debaixo do contrôle médico, o Professor de Educação Física completa o trabalho terapêutico. A missão dêles é, pois, evitar parcialmente a perda da condição física, aumentar o tônus muscular e mental, fortalecer e desenvolver os músculos, de substituição dos incapacitados fisicamente, dando-lhe ainda elementos preciosos sobre o cuidado pessoal, a higiene e movimentos necessários à vida diária. Além disso muitos professores dirigem os programas de recreação terapêutica e de atividades desportivas adaptadas a Escolas e Hospitais.

Recentemente a A.A.H.P.E.R., publicou um trabalho - "Guiding Principles in Adapted Physical Education" no qual evidencia a necessidade de programas de recondicionamento nas escolas e de pessoal técnico especializado para a sua realização. Esta informação define a "Educação Física Adaptada" como um amplo programa de atividades, jogos, danças rítmicas adaptadas aos interesses, capacidades e limitações de alunos deficientes. Evidencia-se, assim, a estreita relação que estas atividades devem ter na escola com os serviços médicos e os ori-

entadores. Destaca-se ainda a responsabilidade e a excepcional oportunidade que neste campo se confere aos especialistas.

Cêrca de 13 colégios nos Estados Unidos têm atualmente cursos para essa modalidade de educação física, recreação e reabilitação. No Springfield College, desde 1947, perto de 100 estudantes graduados completaram sua formação nessa especialidade, servindo agora em hospitais civis ou militares e em escolas para incapacitados. O crescente aumento dos especialistas nesse tipo de trabalho demonstra a sua necessidade e os seus sucessos.

Os trabalhos e as investigações nesse campo de ação descobrem, de maneira contínua, novos recursos de educação. As contribuições dos Professores de Educação Física e de Recreação no campo da geriatria, neuropsiquiatria, no trabalho com crianças defeituosas e em outras esferas, prometem grandes conquistas para o futuro. Esse é um novo horizonte para o qual se deve orientar nossa profissão.

(Extraído da "Revista Espanhola de Educação Física", n.º 76, julho de 1955 — Tradução do Cap. Dr. José Ciriaco do Nascimento.)