

OFICINAS DE ARTETERAPIA PARA PROMOÇÃO À SAÚDE DA MULHER IDOSA: RELATO DE EXPERIÊNCIA DO PET-SAÚDE INTERPROFISSIONALIDADE

Kadígina Alves de Oliveira Chaves ¹
Débora de Souza Lucena ²
Samara Maria Ramos ³
Geldane da Silva Araújo ⁴
Lidiany Galdino Félix ⁵

RESUMO

Objetivo: Relatar a experiência vivenciada nas oficinas de arteterapia desenvolvidas com um grupo de mulheres idosas de uma Unidade Básica de Saúde (UBS) da zona rural. Metodologia: Estudo do tipo relato de experiência realizado com um grupo de idosas de uma UBS da zona rural, do município de Campina Grande, Paraíba, Brasil. As atividades foram coordenadas pela equipe do Núcleo de Apoio da Saúde da Família (NASF) representada pela nutricionista e psicóloga, juntamente com alunas do Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde - PET-Saúde/Interprofissionalidade da Universidade Federal de Campina Grande e Agentes Comunitários de Saúde, recepcionistas e profissionais do Serviço Geral. As oficinas de arteterapia ocorreram através de trabalho grupal realizado em dois encontros, com duração de 1 hora e trinta minutos cada. As atividades expressivas consistiram na produção de garrafas de vidros decorativas e objetos em argila. Resultados: Durante as oficinas, as mulheres idosas expuseram suas vivências, motivações e expectativas acerca de suas problemáticas, mediante o compartilhamento dos sentimentos vivenciados em sua rotina, de suas crenças e a expressão da fé. Considerações: Percebe-se a arteterapia como um forte aliado à promoção de saúde da pessoa idosa, possibilitando a conexão com suas emoções e sentimentos, promovendo melhora da autonomia e autoestima dessas mulheres.

Palavras-chave: Saúde do Idoso, Promoção da saúde, Terapia pela Arte, Terapias Complementares, Atenção Primária à Saúde.

INTRODUÇÃO

Enquanto seres humanos, temos dificuldade de viver sozinhos, necessitando manter relações de amizade durante o nosso viver, e manter essas relações durante o envelhecimento faz bem à saúde física, mental e espiritual, proporcionando longevidade. Segundo Bauman

¹ Graduada pelo Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, kadigina@gmail.com;

² Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, deborasoouza22@gmail.com

³ Graduada pelo Curso de Nutrição da Faculdade Maurício de Nassau - FMN, samaramariar@hotmail.com;

⁴ Graduanda do Curso de Medicina da Universidade Federal de Campina Grande - UF, geldanearaujo@hotmail.com;

⁵ Professor orientador: Doutora em Enfermagem, Universidade Federal de Campina Grande, Tutora do PET-Saúde/Interprofissionalidade do CCBS/UFCG, lidigaldinofelix@gmail.com

(2001), a felicidade é construída através de dois valores essenciais que são intrinsecamente indispensáveis, um é segurança e o outro é liberdade. Assim, o fato de manter laços de amizades, seja desde a infância ou construídos ao longo das vivências, faz com que as pessoas cheguem a terceira idade, felizes, seguras e livres.

Até o ano de 2050, a população acima de 60 anos tende a aumentar, superando o número de crianças no mundo. De acordo com projeções estatísticas, o fenômeno do envelhecimento mundial representará diversos impactos nas áreas sociais, econômicas e da saúde (BUSSE; FILHO, 2015). Tão logo, a transição demográfica contribui fielmente para o envelhecimento populacional no Brasil, trazendo consigo alguns desafios a serem superados, dentre eles as chamadas doenças senis, que incluem as síndromes demenciais, as quais representam uma das principais causas de incapacidade e conseqüentemente, dependência física e emocional (WHO, 2019).

No entanto, a terceira idade não pode ser entendida como uma fase da vida reluzida por problemas, mas sim como uma etapa edificada pelo amadurecimento pessoal entrelaçado por um período de vida onde cada indivíduo aprende a vivenciar cada instante com momentos que lhe faça feliz. Dessa maneira, torna-se essencial o respeito ao modo de pensar, ser e agir da pessoa idosa para que ela possa estruturar relações afetivas e cognitivas que melhorem a sua qualidade de vida dentro do seu ambiente de convívio social (KIRCHNER, 2010).

Nessa perspectiva, o trabalho em grupo torna-se um grande aliado na promoção da saúde, ao permitir discussões e troca de informações, de modo que as pessoas superem suas dificuldades, obtenham maior autonomia na decisão de seus próprios destinos e tenham qualidade de vida (SOUZA et al., 2013). A participação de idosos nesses grupos pode trazer diversos benefícios, como afastar a solidão, propiciar amizades, aumentar a autoestima, resgatar valores pessoais e sociais e oferecer suporte social (BENEDITTI et al., 2012).

Dessa forma, com o passar das décadas, observa-se um cenário distinto em relação à velhice e a longevidade, que sem dúvidas, formula o desafio profissional de um novo olhar para aqueles que já passam dos 60 anos, desenvolvendo alternativas que caminham na mesma direção em prol de qualidade de vida e bem-estar do idoso. Nesse contexto, a arteterapia apresenta-se como um recurso artístico utilizado em contextos distintos, como instrumento interventivo, preventivo e também terapêutico, que está alavancando espaço promissor na atenção básica com a pessoa idosa (PUFFAL et al., 2009).

A arteterapia, incluída na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares por meio da Portaria nº 849, de 27 de março de 2017, tem a arte como essência do processo

terapêutico, visando promover a qualidade de vida, ressignificação dos conflitos e melhor percepção do indivíduo sobre si e do mundo. Realizada de forma individual ou em grupo, estimula a expressão criativa, auxilia no sistema motor e no raciocínio, por meio da pintura, desenho, sons, modelagem, colagem, tecelagem, expressão corporal, dentre outras (BRASIL, 2017).

Além disso, traduz suas diferentes expressões como recurso terapêutico, que visa desenvolver o autoconhecimento, a autoestima, o equilíbrio e o desenvolvimento pleno do indivíduo. Seu objetivo é auxiliar as pessoas, por intermédio das suas distintas formas de fazer arte, possibilitando a exposição e expressão de seus conflitos e dificuldades, de maneira simbólica. Assim, o envelhecer de cada pessoa vai depender, de maneira substancial das novas formas de se viver e de se relacionar, motivados por um envelhecimento engajado por alternativas motivadoras como a arteterapia (ACAMPORA, 2016).

Nesse sentido, este trabalho tem por objetivo relatar a experiência vivenciada nas oficinas de arteterapia desenvolvidas com um grupo de mulheres idosas de uma Unidade Básica de Saúde (UBS) da zona rural de Campina Grande – PB.

METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de um Relato de Experiência acerca das vivências nas oficinas de arteterapia desenvolvidas com um grupo de idosas de UBS da zona rural, do município de Campina Grande, Paraíba, Brasil. As atividades foram realizadas por meio de oficina lúdico-pedagógica, planejada e organizada pela equipe do Núcleo de Apoio da Saúde da Família (NASF) representada pela nutricionista e psicóloga, juntamente com alunas do Programa de Educação Tutorial PET-Saúde/Interprofissionalidade da Universidade Federal de Campina Grande e funcionários da UBS, como Agentes Comunitários de Saúde (ACS), recepcionistas e profissionais do Serviço Geral.

O PET-Saúde resulta de um investimento compartilhado entre os Ministérios da Saúde e da Educação no envolvimento de alunos da graduação, profissionais de serviços públicos como preceptores, e professores de Instituições de Ensino Superior como tutores, de modo a integrar ensino, serviço e comunidade e promover a discussão constante de propostas curriculares, e habilidades para o trabalho interprofissional, nas práticas de promoção da saúde e prevenção de agravos, e no desenvolvimento de pesquisas direcionadas às necessidades do SUS (FARIAS-SANTOS; NORO, 2017)

O NASF foi criado pelo Ministério da Saúde por meio da portaria nº 154, de 24 de janeiro de 2008. Trata-se de uma equipe multidisciplinar, composta por fisioterapeutas, nutricionistas, fonoaudiólogos, psicólogos, profissionais de educação física, entre outros, que ampliam a oferta de serviços e cuidados para a população, contribuindo com os pilares do SUS, principalmente no que concerne a integralização dos serviços e o tratamento holístico do indivíduo (SALES et al., 2020). Ademais, deve atuar dentro de algumas diretrizes relativas à Atenção Primária à Saúde (APS), tais como a interdisciplinaridade e intersetorialidade, educação permanente em saúde, territorialização, integralidade, participação social, educação popular, promoção da saúde e humanização (BRASIL, 2010).

As oficinas de arteterapia aconteceram nos meses de julho e novembro de 2019 e contaram com a participação de aproximadamente 15 a 20 mulheres. Nestes encontros, as mulheres tinham a oportunidade de compartilhar as suas vivências do dia a dia, contar histórias e lembranças da época em que eram mais jovens.

Cabe salientar que o planejamento e a organização das oficinas foram minuciosos, envolvendo desde a preparação do material para a ser utilizado, tais como garrafas de vidro, pedaços de tecidos, cordas, pedrarias e lantejoulas, e preparo do ambiente acolhedor para receber o grupo de idosas.

Para a operacionalização das oficinas, as cadeiras foram dispostas em um grande círculo, onde todos os participantes pudessem ser visualizados e ter as mesmas condições de participação, o que estimulou o debate e os relatos de suas experiências.

No primeiro encontro realizou-se a produção de objetos de argila que remetesse a uma passagem da vida das usuárias, no intuito de recordar brincadeiras da infância e a realização do toque e moldagem do material, podendo sentir a textura, cheiro e que ações remetesse memórias antigas.

No segundo encontro consistiu na produção de garrafas de vidro. A proposta é que através da decoração das garrafas por meio de materiais trazidos de suas casas, as mulheres se sentissem acolhidas e construíssem um objeto que representasse a sua subjetividade.

RELATO DA EXPERIÊNCIA E DISCUSSÃO

No primeiro encontro foi realizada uma dinâmica de acolhimento. De início, os profissionais se apresentaram e expuseram o que seria realizado com as participantes. Posteriormente, as usuárias também se apresentaram e falaram da expectativa para o encontro.

Foi disponibilizada a argila e solicitado que elas construíssem algo representativo e simbólico de suas vidas, através do molde manual da argila. Quase que em consenso as mulheres moldaram painéis com tampas e xícaras. Elas relataram quase de forma unânime que quando crianças em períodos chuvosos aquela argila era semelhante ao barro que ficava nos seus “terreiros” e que eram utilizados para brincadeiras e confecção de painéis, que posteriormente eram utilizados para brincar de casinha e fazer comidinha para suas bonecas.

Através da terapia por meio da argila, foi propiciado às idosas um conhecimento mais profundo de si mesmo sobre a importância da consciência corporal e sua estrutura, na busca de romper com os preconceitos tão cristalizados nestes sujeitos com relação a sua autoimagem. Através da transformação, mudança e recriação que a argila possibilita, através da expressão de sua percepção, fazendo-as refletir sobre o seu modo de ser e estar no mundo, de se relacionar com o seu corpo e por meio deste se relacionar com o próprio sujeito, na busca de uma percepção da dinâmica da vida.

Percebeu-se nesta atividade, um grande comprometimento e engajamento pessoal por parte das idosas, que a desempenharam com bastante entusiasmo e entrega. Ao solicitar que experimentassem o contato com a argila, sentindo a sua umidade, temperatura, buscando um contato íntimo com sua modelação, foi possível perceber no trabalho de suas mãos dando forma a esta argila, a expressão de satisfação em suas faces ao tocar esta, e o que foi expressado verbalmente no término da atividade.

Ademais, as mulheres representavam naqueles momentos situações que foram criadas para estarem naquele espaço e naquele lugar, pois os seus relatos remetiam ao contexto em que a mulher era criada para ser dona de casa, para cuidar de seus filhos e do lar, aprender a cozinhar, cuidar de bonecas ou fazer atividades de costura. Nesse sentido, Simone de Beauvoir (1960), ao falar que ninguém nasce mulher, mas torna-se mulher, mostra-nos que a construção de gênero, desde a tenra infância, direciona os corpos a cumprirem as performances de gênero construídas socialmente, destinando às mulheres ao lugar do lar, da cozinha e do cuidado aos filhos e marido.

No segundo momento, foi solicitada a produção de garrafas de vidro decorativas. O ambiente estava organizado de modo que as mulheres estivessem reunidas em círculo, envoltas a diversos materiais trazidos pelas participantes do encontro. Nesse círculo, as senhoras falavam das suas habilidades ou dificuldades de costura, colagem ou criatividade na finalização das garrafas, imaginando o lugar em que poderiam colocá-las dentro de suas casas.

De acordo com Reis (2014) a arte vem a ser um espaço que viabiliza a comunicação, uma maneira de expressar a sua criatividade, não especificamente de forma subjetiva, expressão dos sentimentos ou pensamentos de fazer artístico, mas uma forma de dar sentido a transmissão da sua arte da sua representação em novas formas e em outros sentidos, em um processo no qual, ao produzir na arte, o sujeito se refaz na vida.

De modo geral, as mulheres expuseram suas vivências, motivações e expectativas acerca de suas problemáticas, mediante o compartilhamento dos sentimentos vivenciados em sua rotina. As usuárias se mostraram confiantes e participativas, demonstrando que o entendimento em relação ao cuidado supera concepções sociais e culturais de que os mesmos não são adeptos ao cuidado de si e dos outros.

Desse modo, percebe-se que a arteterapia é uma técnica que permite a potencialização do autoconhecimento, da autoestima, do equilíbrio e do crescimento pessoal do sujeito. Também possibilita as idosas a conexão das suas emoções e sentimentos, por meio das narrativas de sonhos, fantasias, medos, memórias infantis e conflitos atuais vividos pelo sujeito (ACAMPORA, 2014).

Nos dois encontros, uma das senhoras sempre relatava sobre a importância da fé para sua vida e isto contagiava as demais participantes do grupo, que sempre fazia uma prece ou oração. No momento não se expunha a doutrina religiosa, mas reforçava a importância do momento de fé para agradecer sobre sua saúde, suas vidas e a possibilidade de estarem naquele espaço. Além disso, por meio dos relatos, foi possível perceber a importância da religião nos aspectos emocionais das usuárias e no quanto a crença religiosa corroborava nas relações que as mesmos possuíam consigo ou com seus familiares.

Nesse sentido, compreende-se que é importante que haja acolhida à crença do outro, em todos os espaços sociais em que o sujeito circule. Especialmente nas instituições de saúde, é muito importante o apoio e a escuta do outro, posto que os pacientes frequentemente associam suas crenças religiosas ao contexto de suas doenças. Segundo Murakami (2012), a equipe de saúde que não possui esses sistemas de crenças deve respeitá-las, apoiando as crenças do paciente que possam ajudá-lo a lidar com a doença, refletindo sobre tal postura com os familiares deste, mesmo que a família tenha crenças diferentes das apresentadas pelo paciente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir das discussões depreendidas em cada oficina, pode-se perceber que a arteterapia pode ser utilizada nas atividades de promoção de saúde da pessoa idosa, visto que fortalece o protagonismo do indivíduo em todas as fases de vida, incluindo o envelhecimento e possibilitando romper com o aspecto biologicista focado na doença, visando fortalecer e emancipar o indivíduo. Além disso, é possível perceber diversos aspectos que permeiam a vida das idosas e entendê-las como seres atravessados por diversas subjetividades, histórias de vida e visões de mundo.

Aos acadêmicos do PET-Saúde/Interprofissionalidade essa experiência oportunizou o contato e a troca de conhecimentos com público de idosas, acrescentando na formação profissional. A partir dos relatos dos participantes, houve demonstração de satisfação em participar das atividades. Ademais, percebeu-se que a produção científica no campo da arteterapia ainda é insuficiente, e compreende-se a necessidade que sejam realizadas novas pesquisas nesse assunto para a mesma seja fortalecida como prática integrativa e incentivada nos serviços de saúde.

REFERÊNCIAS

ACAMPORA, B. **170 técnicas arteterapêuticas**: modalidades expressivas para diversas áreas. 3.ed. Rio de Janeiro: Wak, 2016.

BAUMAN, Zygmunt. **Amor líquido**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.

BEAUVOIR, S. **O Segundo Sexo**: a experiência vivida. São Paulo: Difusão Européia do Livro, 1960

BENEDITTI, T.R.B; MAZO, G.Z.; BORGES, L.J. Condições de saúde e nível de atividade física em idosos parti-cipantes e não participantes de grupos de convivência de Florianópolis. **Ciênc. saúde coletiva**. Rio de Janeiro, v.17, n.9, p. 2087-2093. 2012. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/csc/2012.v17n8/2087-2093/pt/>. Acesso em: 07 out 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Diretrizes do NASF**: Núcleo de Apoio a Saúde da Família. Brasília: Ministério da Saúde, 2010.152 p. : il. – (Série A. Normas e Manuais Técnicos) (Caderno de Atenção Básica, n. 27). Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_do_nasf_nucleo.pdf. Acesso em: 07 out 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 849, de 27 de março de 2017. Inclui a arteterapia, ayurveda, biodança, dança circular, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia, quiropraxia, reflexoterapia, reiki, shantala, terapia comunitária integrativa e yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. **Diário Oficial da União**, 2017. Disponível em:

https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849_28_03_2017.html. Acesso em: 19 Jul 2017.

BUSSE, A. L.; FILHO, W. J. Envelhecimento: uma visão multidisciplinar. In: **Envelhecimento: uma visão interdisciplinar**. Rio de Janeiro: Atheneu, 2015.

FARIAS-SANTOS, B. C. S.; NORO, L. R. A. PET-Saúde como indutor da formação profissional para o Sistema Único de Saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, p. 997-1004, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2017.v22n3/997-1004/>. Acesso em: 07 out 2020.

KIRCHNER, P. P. **Qualidade de vida na terceira idade**. Trabalho de Conclusão do Curso de Psicologia da Universidade do Extremo Sul Catarinense, Unesc, Criciúma, 2010. Disponível em: <http://www.bib.unesc.net/biblioteca/sumario/000044/00004415.pdf>. Acesso em: 16 jul. 2020.

PUFFAL, D. C.; WOSIACK, R. M. R.; BECKER, J. B. Arteterapia: favorecendo a autopercepção na terceira idade. **RBCEH**, Passo Fundo, v. 6, n. 1, p. 136-145, 2009. Disponível em: <http://seer.upf.br/index.php/rbceh/article/view/161/487>. Acesso em: 16 jul 2020.

REIS, A. C. Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do Psicólogo. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 34, n. 1, p. 142-157, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pcp/v34n1/v34n1a11.pdf>. Acesso em: 16 Jul 2020.

SALES, W. B. et al. A importância da equipe NASF/AB-enfretamentos e multidisciplinariedade: uma revisão narrativa/crítica. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 48, p. e3256-e3256, 2020. Disponível em: <https://www.acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/3256/1935>. Acesso em: 07 out 2020.

SOUZA, I.V.B.; MARQUES, D.K.A.; FREITAS, F.F.Q.; SILVA, P.E.; LACERDA, O.R.M. Educação em Saúde e En-fermagem: Revisão Integrativa da Literatura. **Rev. Ciênc. Saúde Nova Esperança**, v. 11, n.1, p. 112-121, 2013. Disponível em: <https://revista.facene.com.br/index.php/revistane/article/view/427>. Acesso em: 07 out 2020.

WHO. **Dementia**. 2019. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/dementia> . Acesso em: 21 ago. 2020.