

## ARTETERAPIA E IDOSOS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Mayara do Nascimento Tavares (1); Kalyanne Mayara Luna Alves (2); Luana de Souza Lima (3); Maria Cidney da Silva Soares (4)

*1,2,3 Autoras, Faculdade de Ciências Médicas (FCM), Campina Grande, may.nascimentoals@gmail.com, kaly.luna.alves@gmail.com, luanaadelimaa@gmail.com*

*4 Orientadora, Prof. Dra. Faculdade de Ciências Médicas (FCM), profcidneysoares@hotmail.com*

**Resumo:** Ampliar conhecimentos através da prática da arteterapia concerne na disseminação da mesma através de suas inúmeras interfaces, uma vez que a mesma trata-se de um método terapêutico valioso para lidar com as dificuldades de existência, possibilitando através de seu espaço o crescimento e amadurecimento, transformando assim os padrões estereotipados em virtude do funcionamento mediante o processo criativo e formativo da pessoa idosa, interferindo diretamente em seu relacionamento interpessoal. Nessa perspectiva, o presente artigo tem como objetivo abordar sobre arteterapia para idosos e seus auxílios e/ou assistência na vida da pessoa idosa, utilizando como metodologia a revisão bibliográfica, que foi realizada no período de 16 de abril a 9 de maio de 2018. Desta maneira foi realizada consulta online de artigos com as seguintes bases de dados: SCIELO (Scientific Electronic Library Online); Periódicos Capes; BVS (Biblioteca Virtual em Saúde), de acordo com específicas palavras chaves: Terapia pela Arte, Idoso, Arteterapia, Ajustamento Emocional. Como critério de inclusão foram selecionados artigos em português publicados no período de 2009-2018; e como critério de exclusão os artigos que se encontram fora do recorte temporal não atingindo o objetivo da pesquisa. A Arteterapia designa a utilização de recursos artísticos em contextos terapêuticos, deste modo uma das faixas etárias que mais se adapta a essa terapia são os idosos, devido à sua necessidade de buscar meios para oferecer qualidade de vida, bem-estar e autoestima dos mesmos.

**Palavras-chave:** Terapia pela Arte, Idoso, Arteterapia, Ajustamento Emocional.

### INTRODUÇÃO

A arteterapia é um método terapêutico utilizado na prática por diversos profissionais, que por meio de recursos artísticos, possibilita a liberdade de expressão e criatividade, ampliando o conhecimento sobre o mundo e proporcionando desenvolvimento tanto emocional, como social. Ampliar conhecimentos através da prática da arteterapia concerne na disseminação do mesmo através de suas inúmeras

interfaces, agregando esta prática para otimização de uma população específica através da psicoterapia, uma vez que a mesma trata-se de um método terapêutico valioso para lidar com as dificuldades da existência, possibilitando através de seu espaço o crescimento e amadurecimento, transformando assim os padrões estereotipados em virtude do funcionamento mediante o processo criativo e formativo da pessoa idosa, interferindo diretamente em seu relacionamento interpessoal. Tendo, portanto, o objetivo de promover saúde e qualidade de vida, abrangendo como instrumento de intervenção profissional a atividade artística, assim como diversas linguagens: plástica, sonora, literária, dramática e corporal, a partir de técnicas como desenho, pintura, modelagem, música, poesia, dramatização e dança (REIS, 2014). Segundo Freitas et.al (2010), a velhice deve ser compreendida em sua totalidade pois trata-se de um fenômeno biológico com consequências psicológicas, considerando que há mudança de comportamentos e pensamentos, apontados como características da mesma. Como todos os aspectos humanos, a idade avançada tem uma dimensão existencial, que modifica a relação da pessoa com o tempo, gerando mudanças em suas relações com o mundo e com sua própria história. Apesar da visão estereotipada acerca do envelhecimento e da população idosa comumente encontrada na sociedade atual, é possível promover atividades prazerosas que estimulem o aumento da autoestima, autoconfiança e socialização através da arteterapia, e ainda que promovam a expressão dos sentimentos, vivências, e visão de mundo do idoso.

Nessa perspectiva o presente estudo tem como objetivo realizar uma revisão bibliográfica, através de um levantamento bibliográfico sobre a otimização da prática da arteterapia e seus auxílios e/ou assistência na vida da pessoa idosa, na qual busca utilização de recursos artísticos em contextos terapêuticos, gerando otimização a vida dessa população, uma vez que a mesma difere de acordo com sua história de vida e seu grau de Independência funcional.

## **METODOLOGIA**

A revisão de bibliográfica tem dois propósitos: a construção de uma contextualização para o problema e a análise das possibilidades presentes na literatura consultada para a concepção do referencial teórico da pesquisa. O material coletado pelo levantamento bibliográfico é organizado por procedência, ou sejam fontes científicas e fontes de divulgação de ideias, e a partir de sua análise, permite ao pesquisador a elaboração de ensaios que favorecem a contextualização, problematização e uma

primeira validação do quadro teórico a ser utilizado na investigação empreendida. Ela pode ser considerada como o primeiro passo de toda a pesquisa científica (VOSGERAU & ROMANOWISH, 2014). A revisão bibliográfica foi realizada no período de 16 de abril a 9 de maio de 2018 , utilizando artigos a partir dos bases de dados PEPSIC (Portal de Periódicos Eletrônicos de Psicologia), Periódicos Capes, Scielo (Scientific Electronic Library Online), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e BVS tendo em vista que estes dispõem de artigos revistas e pesquisas sobre o tema abordado, tomando como critério de exclusão aqueles que não estão no período de 2012 - 2018 e que não abordassem o tema proposto. Os descritores utilizados foram “Terapia pela Arte”, “Idoso”, “Arteterapia”, “Bem-estar”.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

<b>Base de dados</b>	<b>Artigos Encontrados</b>	<b>Artigos Selecionados</b>	<b>Artigos incluídos</b>
<b>Periódicos Capes</b>	4.470	6	2
<b>Scielo</b>	576	18	6
<b>BVS</b>	112	9	1

A Organização Mundial de Saúde – OMS define como idosos os indivíduos de países desenvolvidos com limite de 65 anos ou mais de idade, e 60 anos ou mais de idade para indivíduos de países subdesenvolvidos.

Conforme explica Faller, Teston e Marcon apud Beauvoir (1990), a preocupação da humanidade em definir conceitos que expliquem o processo de envelhecimento é antiga e, por ser de grande complexidade, são diversas as teorias que tentam explicá-lo. Esse processo é considerado um fenômeno heterogêneo, multicausal e multifatorial, que é marcado por mudanças que ocorrem ao longo de toda a vida.

O envelhecimento implica no surgimento de necessidades próprias de saúde, com o aumento da frequência de problemas, sobretudo os crônicos, que perduram por toda a vida do indivíduo, além das deficiências próprias da senescência. Ademais, é uma população que tende a perder a autonomia de seu cuidado (CAMPO, LUIZA & TORRES, 2018, apud BRASIL, 2002; SILVESTRE & COSTA NETO, 2002).

Um dos maiores desafios encontrados na atenção à pessoa idosa é conseguir fazer com que redescubram um novo meio de viver sua própria vida diante das dificuldades que começam a aparecer nesse período, seja as doenças, seja a cultura que as desvaloriza e limita. Apesar de ser visto como um ser frágil, consegue aquiescer melhor os métodos terapêuticos, devido ao fato de ser um período no qual há o surgimento de eventuais doenças que alteram o percurso normal da vida ocasionando a dependência. Logo, tudo o que puder ajudá-lo a ser mais saudável, o mesmo irá fazer.

Conforme Andrade et al. (2012), a definição consensual da fragilidade em idosos favorece os profissionais de saúde na construção de instrumentos de medida do conceito e, conseqüentemente, na base para o planejamento e para a implementação de uma assistência de melhor qualidade aos idosos, deste modo a arteterapia vem como um auxílio à adaptação do indivíduo a esta nova fase de sua vida, contribuindo para que ele compreenda as mudanças que estão ocorrendo conquistando maior autoconfiança e melhorando a sua autoestima.

Envelhecer é um processo que ocorre de forma natural, que está relacionado à diminuição das diversas capacidades do organismo humano, inclusive à diminuição da capacidade de ser independente e de realizar o autocuidado, acarretando conseqüências como alterações físicas, social e emocional, que podem ser trabalhadas de modo satisfatório com o auxílio da arteterapia.

As atividades realizadas pelos profissionais, a exemplo da arteterapia, são atividades implementadas que buscam a otimização e valorização do idoso enquanto transmissor de experiência, e principalmente, promoção da autonomia e saúde da pessoa idosa.

A arte é uma manifestação humana que existe desde a antiguidade, no período pré-histórico os homens já usavam a arte com efeito terapêutico, visto que gravavam nas paredes das cavernas fatos marcantes da existência.

Florence Cane, Margareth Naumburg e Edith Kramer foram as grandes iniciadoras e fundadoras da arteterapia nos EUA e norteiam até hoje as teorias arteterapêuticas. A trajetória no Brasil, começou em hospitais psiquiátricos e em instituições de saúde. Pode-se elencar vários trabalhos dentre eles, o do psiquiatra Ulysses

Pernambucano no início do século XX, que é considerado um pioneiro nessa prática e inspirou outros profissionais, que publicaram vários artigos relacionados ao tema (Alves, 2013 apud ABETE, op. cit).

De acordo com Cabaço (2014, p.35 apud Carvalho, 2011) a arteterapia surgiu como opção terapêutica em 1930, quando psiquiatras se interessaram pelos trabalhos desenvolvidos por alguns pacientes nomeados esquizofrênicos, procurando relação entre as produções artísticas e a sua patologia.

A história nos mostra que a arte é inerente ao ser humano e por meio dela o homem é capaz de se expressar em uma linguagem universal. Sendo assim, a Arteterapia utiliza-se dessa linguagem como um processo terapêutico baseado na expressão artística (NICOLETTA, 2016).

A arteterapia atualmente está inserida em diversos campos, sendo utilizada como forma de terapia no processo do cuidar e irá observar a necessidade do paciente buscando a otimização do indivíduo. Sua prática profissional é estabelecida pela UBAAT (União Brasileira de Associações de Arteterapia), que norteia a formação dos profissionais.

Uma característica comum às terapias com arte é que, por meio da vivência expressiva, o sujeito “pode dar-se conta do que de fato sente e, durante esse processo, pode verdadeiramente fazer algo que assim o represente e a ele faça sentido” (REIS, 2014 apud ANDRADE, 2000, p.33).

Conforme Rabelo e Leite (2016), a arteterapia propõe um conjunto de atividades que tem como objetivo promover o contato com a experiência interior, tornando o indivíduo um ser criativo, podendo resultar em contribuições pessoais e interpessoais.

A arteterapia no idoso terá o intuito de promover qualidade de vida, saúde mental, socialização, bem-estar e autoestima através de atividades prazerosas, auxiliando o profissional de saúde ou terapeuta no oferecimento de mudanças positivas na vida dos indivíduos que fazem parte do processo de envelhecimento.

Através do processo de otimização mediante a arteterapia, o objetivo é a busca da excelência com propósitos de alcançar os objetivos determinados, com elaboração de um planejamento estratégico e adequado para a terceira idade, buscando bons resultados nos rendimentos das atividades desenvolvidas, uma vez que a mesma tem ênfase na qualidade de vida desse público alvo; A expressão da arte diante dessa técnica psiquiátrica busca por meio de diversas atividades artísticas o desenvolvimento do bem-estar, instigando a liberação dos pensamentos, traumas, medos e alegrias, para que assim mantenha o corpo e mente mais leve, com

concentração e saúde, explorando dessa maneira os talentos que até então eram despercebidos para esse público.

Desta maneira a arteterapia busca através de atividades o incentivo a criatividade com destaque na compreensão e análise das expressões de cada indivíduo, seja dançando, cantando, costurando, entre outras; Trata-se de um encontro com o inconsciente no que concerne na ligação entre o externo e o interno, onde o paciente tem a oportunidade de entrar em contato e revelar suas questões inconscientes, de maneira lúdica, onde o profissional acompanhante consegue analisar os sentimentos e pensamentos assim encontrando formas de trabalhar suas questões.

A arteterapia é uma forma relaxante e tranquila de trabalhar situações que muitas vezes são duras e difíceis de serem abordadas, principalmente nesse público alvo da terceira idade, onde a preocupação da humanidade em definir conceitos que expliquem o processo de envelhecimento é muito antiga e, por sua complexidade, são diversas as teorias que tentam explicá-la (FALLER, 2015), buscando assim significar que o idoso é um ser incapacitado onde na verdade eles necessitam de se sentir capacitados, se sentir importantes, e esta questão se trabalha através da psicoterapia na qual adjunta da arteterapia otimiza a vida da população idosa e/ou da terceira idade, onde muitos deles por meio de um olhar antigo não querem sair do mundo em que os colocaram sendo desta maneira “ mais reservados” e “mais revoltados”, neste momento entra a prática da arteterapia que envolve o mesmo em atividades tornando-os participativos e conseqüentemente, os relacionando uns com os outros (CABAÇO, 2014).

A tese *Influência da Arteterapia no Bem-Estar em Idosos Institucionalizados*, é baseada em um relatório de um estágio de gerontologia, no qual executado um estudo com os idosos da ACS (Associação Casapiana de Solidariedade). Nas dinâmicas desenvolvidas foram utilizados a maioria dos recursos que a arteterapia oferece e o resultado foi de fato como esperado, um aumento no bem-estar em todos os idosos que verbalizam “sinto-me feliz”, “desde que isto começou nunca mais dormi mal de noite”, as auxiliares e à educadora, verificaram um aumento da destreza dos idosos “alguns tinham dificuldades em pegar nos talheres para comer, e agora pegam com mais firmeza”, “alguns daqueles idosos nunca queriam sair da sala de convívio”, neste momento quando havia atividade já estavam prontos para participar seja ela qual for, passaram a relacionar-se mais uns com os outros e ficaram mais calmos (CABAÇO, 2014).

A monografia de conclusão de curso de ALVES, 2013 teve como ênfase na busca das memórias adormecidas dos idoso, no qual foi possível

fazer uma viagem terapêutica, o estudo foi realizado na Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) que é composto por 08 Residentes, no qual 01 com provável doença de alzheimer, 02 com demência a esclarecer, 02 com dificuldade visual e 01 com dificuldade motora e duas sem comorbidade. Durante a aplicação da arteterapia foram utilizadas diversas atividades divididas em sessões, sendo assim foram feitas mais de 36 sessões com o intuito de fazer com que os idosos vivam lembranças trazendo assim um bem-estar para os mesmos. Alguns dos relatos ouvidos foram “Como é bom lembrar que eu danço e lembrei das músicas da minha infância”, “Esse balanço é bom, me lembrou do carnaval, ainda sei dançar”, “Agora sei que consigo criar. Minhas mãos ainda conseguem e fiz esse arranjo, que lembrou o que tinha na minha sala. ”

Portanto, o propósito fundamental da Arteterapia é resgatar a criatividade na vida, ou seja, focar na criação de forma livre e exercitá-la, apoderando-se assim do sentido de se sentir presente e participante, tendo como consequência melhoria da qualidade de vida, prevenção de sentimentos depressivos decorrentes das modificações nos papéis sociais e familiares, aumento do funcionamento social, ocupacional e da capacidade de manejo de situações estressantes.

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A Arte terapia mostra ser eficaz como uma ferramenta no ateliê terapêutico, pois trabalha através da livre expressão e da criatividade, possibilitando que qualquer um entre em contato com seu próprio universo interno, com aqueles que estão à sua volta e com o mundo, além de resgatar o homem em sua integralidade através de processos de autoconhecimento e transformação. Essa prática não necessita de conhecimentos prévios e pode ser adaptada à dificuldade e ao potencial do paciente, sendo necessário que os exercícios desafiem a mente e retire-a do conforto.

A arte terapia com idosos é uma fonte de saúde para estes, que já nascem com um potencial criativo a ser explorado e desenvolvido, portanto, otimizar os idosos através desse método terapêutico se mostra imprescindível no desenvolvimento cognitivo dos mesmos, já que é característico do envelhecimento um declínio, causando uma estreita interação entre o rendimento intelectual e algumas condições de vida ,como por exemplo, os aspectos afetivo-emocionais, sociais, familiares e físicos; a prática em questão também terá auxílio na expressão da pessoa idosa, visto que esta técnica promove um espaço em que seus sentimentos e pensamentos são corporizados, havendo

o resgate da motivação, da sensação de serem ativos, capazes, produtivos e criativos, atuando diretamente em sua autoestima e humor.

## AGRADECIMENTOS

Nossos agradecimentos se rendem a nossa orientadora Maria Cidney Soares, na qual nos incentivou a realização deste trabalho e dedicou tempo a nos ajudar durante todo o percurso feito; concomitante ao projeto de Extensão Envelhecendo com Saúde Crescendo com Sabedoria, ao qual fazemos parte e somos gratas por poder conviver e ajudar as pessoas da terceira idade, as motivando e mostrando a capacidade das mesmas no que tange todo o seu contato com a arte e desenvolvimento psíquico. Nosso muito obrigado fica registrado a todos que contribuíram com nosso trabalho direto ou indiretamente, nos direcionando a melhor qualidade de assistência na metodologia ativa em progresso educacional, direcionado a pessoa da terceira idade; muito obrigada!

## REFERÊNCIAS

ALVES, Mônica Ferranti. **Uma viagem arteterapêutica: Buscar nas memórias adormecidas dos idosos.** Monografia, 2013. POMAR-SPEI, Rio de Janeiro.

ANDRAD, Ankilma Nascimento et al. **Análise do Conceito Fragilidade em Idosos**, 2012, 748-756).

CABAÇO, Ana Sofia Martins Avelar de Carvalho. **A Influência da Arteterapia no Bem-Estar em Idosos Institucionalizados.** Tese. 2014. (Um estágio na Associação Casapiana de Solidariedade) - Departamento de Serviço Social, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa.

CAMPO, Mônica Rodrigues; LUIZA, Vera Lucia; TORRES, Kellem Raquel Brandão de Oliveira. **A EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA NO CONTEXTO DA POLÍTICA NACIONAL DE SAÚDE DA PESSOA IDOSA: ESTUDO DE EGRESSOS.** Trab. educ. saúde vol.16 no.1 Rio de Janeiro Jan./Apr. 2018.

**DIRETRIZES METODOLÓGICAS: elaboração de revisão sistemática e metanálise de ensaios clínicos randomizados/** Ministério da Saúde, Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos, Departamento de Ciência e Tecnologia. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2012.



- FALLER, Jossiana Wilke; TESTON, Elen Ferraz; e MARCON, Sonia Silva. **A VELHICE NA PERCEPÇÃO DE IDOSOS DE DIFERENTES NACIONALIDADES.** Texto Contexto Enferm, Florianópolis, 2015 Jan-Mar; 24(1): 128-37.
- FREITAS, M. S., QUEIROZ, T. A., SOUSA, J. A. V. **O significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos.** Rev Esc Enferm USP. 2010; 44(2):407-12.
- NICOLETTA, Monica Barreto Sterza. **A ARTETERAPIA COMO RECURSO NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM E AUTOCONHECIMENTO.** Associação de Arteterapia do Estado de São Paulo Revista de Arteterapia da AATESP, vol. 7, N. 2, 2016.
- RABELO, Eneluce de Jesus Reis; e LEITE, Sandro J. S., **ARTETERAPIA: DESPERTANDO A CRIATIVIDADE E O AUTOCONCEITO DE ESTUDANTES COM CARACTERÍSTICAS DE ALTAS HABILIDADES/SUPERDOTAÇÃO.** Associação de Arteterapia do Estado de São Paulo Revista de Arteterapia da AATESP, vol. 7, N. 2, 2016.
- REIS, Alice C. dos. **Arteterapia: a Arte como Instrumento no Trabalho do Psicólogo.** CESUSC (Complexo de Ensino Superior de Santa Catarina), PSICOLOGIA: CIÊNCIA E PROFISSÃO, 2014; 34 (1), 144.
- VOSGERAU, Dilmeire Sant'Anna Ramos; ROMANOWSKI, Joana Paulin. **ESTUDOS DE REVISÃO: Implicações conceituais e metodológicas.** Revista Diálogo Educacional, Curitiba, v. 14, n. 41, p. 165-189, JAN/ABRI, 2014.