
A EFICÁCIA DA ARTETERAPIA PARA O TRATAMENTO DE DISTÚRBIOS EMOCIONAIS EM PESSOAS IDOSAS DURANTE O PERÍODO

PANDÊMICO: uma revisão bibliográfica

Júlia Luiza Muniz¹
Pauliane Aparecida de Moraes²

RESUMO: O envelhecimento integra o ciclo natural da existência humana, ocorrendo pela ação do tempo. Por si só, o envelhecimento impacta a vida dos indivíduos e, este impacto foi ainda mais sentido após ter início a pandemia de Coronavírus ou Covid-19. O período de isolamento social, somado ao fato de que os idosos pertenciam ao grupo de risco, impactou a saúde mental e a qualidade de vida dos idosos, potencializando distúrbios emocionais. Esses impactos para serem minimizados, necessitam da adoção correta de práticas terapêuticas eficazes, como a arteterapia. A arte é um importante instrumento de expressão e intervenção para a promoção da saúde e qualidade de vida, abrangendo as mais diversas linguagens. A arteterapia, portanto, visa trabalhar de forma lúdica os traumas, as angústias, os medos e as emoções difíceis de serem externadas pelos indivíduos, promovendo o relaxamento e o desenvolvimento das atividades cognitivas. Assim, o presente trabalho tem por objetivo apresentar os benefícios da arteterapia para o tratamento de distúrbios emocionais em idosos, durante a pandemia de Coronavírus (Covid-19). Para tanto, foi adotada a metodologia de pesquisa da revisão bibliográfica, realizada a partir da busca por publicações científicas nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), SciElo, Google Scholar, dentre outras, além de revisão das pesquisas promovidas pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em estudos da União Brasileira de Associações de Arteterapia (UBAAT).

Palavras-chaves: Arteterapia. Distúrbios Emocionais. Pessoas Idosas. Pandemia.

ABSTRACT

Aging is part of the natural cycle of human existence, occurring through the action of time. Aging by itself impacts the lives of individuals, and this impact was felt even more after the onset of the Coronavirus pandemic, or Covid-19. The period of social isolation, added to the fact that the elderly belonged to the risk group, impacted the mental health and quality of life of the elderly, potentiating emotional disturbances. These impacts, to be minimized, require the correct adoption of effective therapeutic practices, such as art

¹ Graduada em Artes Visuais pela Universidade Paulista (UNIP), pós-graduanda em Arteterapia pelo Grupo Educacional Famart. E-mail: santosmuniz125@gmail.com

² Professora orientadora do estudo e do artigo. Professora dos cursos de Graduação e de Pós-Graduação lato sensu da Faculdade Famart –Itaúna-MG. Graduada em Psicologia, Especialista em Psicopedagogia e Mestre em Educação.

therapy. Art is an important instrument of expression and intervention for the promotion of health and quality of life, covering the most diverse languages. Art therapy, therefore, aims to playfully work on traumas, anxieties, fears, and emotions that are difficult for individuals to express, promoting relaxation and the development of cognitive activities. Thus, this paper aims to present the benefits of art therapy for the treatment of emotional disorders in the elderly during the Coronavirus pandemic (Covid-19). To do so, the research methodology of bibliographic review was adopted, performed from the search for scientific publications in the databases of the Virtual Health Library (VHL), SciELO, Google Scholar, among others, besides the review of research promoted by the Brazilian Institute of Geography and Statistics (IBGE), in studies by the Brazilian Union of Art Therapy Associations (UBAAT).

Keywords: Art Therapy. Emotional Disorder. Elderly People. Pandemic.

1 INTRODUÇÃO

A Arteterapia pode ser definida como um processo terapêutico cuja finalidade é a cura dos males da alma, proporcionada pela junção entre arte, medicina e psicologia. Para a União Brasileira de Associações de Arteterapia (UBAAT), a arteterapia consiste em se utilizar a arte como base de um processo terapêutico, obtendo-se resultados em um breve período de tempo, estimulando o crescimento interior e o desenvolvimento psíquico dos indivíduos.

Esta prática terapêutica faz o uso de recursos artísticos como a pintura, a modelagem, o desenho, a música, o canto, a dança, os bordados, as colagens, a fotografia, a leituras de contos literários, o teatro e filmes, tendo como o objetivo trabalhar as emoções do paciente. Segundo o psicólogo Carl Jung (1920) “arte é a expressão mais pura que há para a demonstração do inconsciente de cada um. É a liberdade de expressão, é sensibilidade, criatividade, é vida”.

Segundo a psicóloga Selma Ciornai (2004):

[...] as pessoas que desenhavam e criavam, afirmavam: eu sou o artista, estou controlando o que está acontecendo aqui neste papel. A Arteterapia traz esta possibilidade ao paciente, que pode passar a se sentir um cidadão/artista, ao mesmo tempo em que propicia uma comunicação intersubjetiva muito eficaz entre ele e o arteterapeuta, entre ele e os outros.

No Brasil a Arteterapia foi introduzida nos espaços terapêuticos a partir das décadas de 1920 e 1930, tendo como precursores o médico psiquiatra e crítico de arte, Dr.

Osório César e a médica psiquiátrica junguiana, Dra. Nise da Silveira (1905-1999). Vista como uma forma alternativa de tratar de pacientes com distúrbios mentais, a arteterapia passou a ser utilizada em espaços médicos, através de projetos que utilizavam recursos artísticos como forma terapêutica, desenvolvendo oficinas e ateliês com os internos.

Ainda nos dias atuais, a Dra. Nise da Silveira é considerada como referencial em arteterapia no Brasil, sendo seu trabalho inspirado na obra de Jung, pois fez alguns de seus estudos no "Instituto Carl Gustav Jung" em dois períodos, compreendidos entre 1957 a 1958 e de 1961 a 1962.

Através de seu contato com o trabalho de Carl Jung, Nise passou a utilizar atividades expressivas como formas de terapia na compreensão de questões psíquicas. Por meio de seus estudos, Nise introduziu no Brasil esse tipo de tratamento e, no ano de 1946, fundou a Seção Terapêutica Ocupacional e Reabilitação (STOR), um espaço inovador para a época, pois se utilizava de um ambiente acolhedor e de oficinas de artes, o que fugia às práticas terapêuticas convencionais utilizadas na época, as quais se valiam do uso de eletrochoques, insulino-terapia e lobotomia.

Nise compreendia que os seres humanos e suas subjetividades deveriam ser valorizados, assim como o contato afetivo e o respeito ao próximo, possibilitando possibilitar aos seus pacientes o caminho de volta para a realidade e a recuperação da autonomia, o que poderia ser proporcionado pela arteterapia.

Passadas tantas décadas do trabalho de Nise da Silveira, a arteterapia tem, cada vez mais, evoluído e, atualmente, se trata de instrumento terapêutico de grande eficácia para o tratamento de distúrbios emocionais e desenvolvimento cognitivo dos indivíduos.

Desta forma, o presente trabalho tem por objetivo geral abordar a importância da arteterapia para o tratamento de distúrbios emocionais e, como objetivo específico, visa analisar a importância da arteterapia no tratamento de distúrbios emocionais de pessoas idosas no curso do período pandêmico.

Desde o final do ano de 2019 na cidade de Wuhan (China) surgiram casos de “síndrome respiratória”, com rápida disseminação, comprometimento pulmonar e óbitos. Neste contexto, a Organização Mundial de Saúde (OMS) denominou o novo coronavírus responsável por esse quadro (JIANG et al., 2020). Representando um grande desafio à saúde pública em todo o mundo, como medida de contenção, os governos adotaram o distanciamento social e o isolamento, os quais passaram a gerar grandes repercussões socioeconômicas e psicológicas nos indivíduos, especialmente, nos idosos, os quais

pertenciam ao grupo de risco e estavam mais sujeitos a casos de óbito (MELLO et al., 2020). Desta forma, passou-se necessitar da adoção de ferramenta terapêuticas eficazes para a minimização dos impactos emocionais em idosos, sendo que, a arteterapia possui importante eficácia. Desta forma, justifica-se a pertinência da escolha temática.

Para tanto, adotou-se a metodologia da revisão bibliográfica, com a finalidade de sistematizar os conhecimentos sobre as contribuições da arteterapia no tratamento dos distúrbios emocionais de pessoas idosas durante o período pandêmico. A pesquisa foi realizada nas bases de dados BVS (Biblioteca Virtual em Saúde); Scielo; Google Scholar dentre outras, além de revisão das pesquisas promovidas pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em estudos da União Brasileira de Associações de Arteterapia (UBAAT).

Visa-se responder, portanto, ao questionamento inerente à eficácia da arteterapia para o tratamento de distúrbios emocionais em pessoas idosas, especialmente, no curso do processo pandêmico, o qual afetou sobremaneira os aspectos psicofísicos desses indivíduos.

2 DESENVOLVIMENTO

Nas últimas décadas, a arteterapia tem sido utilizada como recurso terapêutico que proporciona melhor qualidade de vida para todos, em especial ao público idoso. As sessões de terapia costumam acontecer de forma organizada, com horário marcado, em um ambiente acolhedor, que passe segurança e estabilidade ao paciente. Esse processo terapêutico pode ser realizado em grupos ou individualmente, fazendo-se o uso de recursos artísticos como meio expressivo.

Figura 1 - Arteterapia em grupo.



Fonte: <https://www.serraville.com/atividades/nossa-arte-e-terapia/#>

Figura 2 - Arteterapia individual



Fonte: <https://www.serraville.com/atividades/nossa-arte-e-terapia/#>

Quando empregadas as técnicas de arteterapia em pessoas idosas, que fazem parte da faixa etária de sessenta anos ou mais, observamos que elas sentem-se mais relaxadas e à vontade, compartilhando suas dificuldades, medos, sonhos e alegrias.

Ao falarem de si próprios, os idosos se sentem acolhidos e importantes, pois uma das queixas mais comuns desses pacientes é que não recebem a devida atenção, seja dos familiares ou do meio onde estão inseridos.

Segundo as arteterapeutas Marcia Barreira e Naila Brasil (2020, p. 8):

Dentre todas as linguagens uma faz-se especial: a linguagem da arte. Feita para o homem mergulhar dentro de si mesmo trazendo para fora e para dentro dos outros homens as emoções do próprio homem. Sabe o homem que as emoções é que são o sal da vida. Por isso é que quando o homem quer falar ao coração dos outros homens ele o faz pela linguagem da arte. Quando isso acontece, naquele homem sente e age o artista.

Segundo os dados divulgados pela Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (PNAD Contínua) – Características dos Moradores e Domicílios, divulgada pelo IBGE1, em 22 de julho de 2022, a população idosa teve um salto se comparado aos anos anteriores, passando de 4,8 milhões de idosos em 2012, para 31,2 milhões de idosos em 2022, superando a marca dos 30,2 milhões em 2017. Em 2012, o número de pessoas com

60 ou mais era de 25,4 milhões. Desta forma, observa-se um aumento populacional significativo deste grupo etário no Brasil.

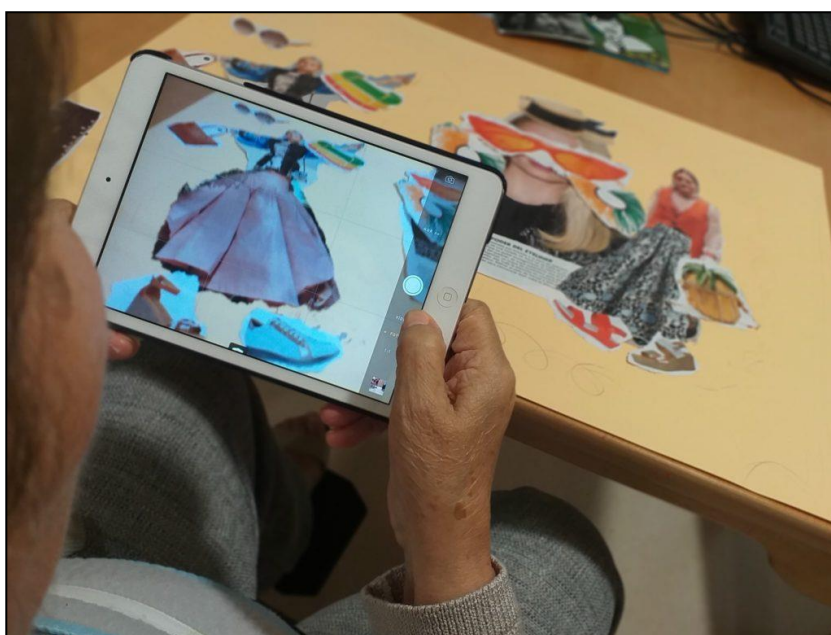
Devido a esse aumento demográfico da população idosa brasileira, novas políticas sociais precisam ser estudadas, pois, os idosos da atualidade possuem necessidades que precisam ser atendidas, sejam elas comportamentais, pessoais, físicas ou sociais. Neste espeque, a Arteterapia é importante aliada à melhoria do bem-estar do idoso.

2.1 Arteterapia durante o isolamento social

No Brasil, no dia 11 de março de 2020 foi declarado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) a pandemia do novo Coronavírus (COVID-19). Com a novas mudanças no cenário global e no cotidiano, muitos idosos se viram isolados, solitários, longe dos seus entes queridos e tementes com a incerteza da nova realidade e o medo da morte.

Com tantos desafios a serem superados, o pior mais e doloroso foi o isolamento social. Nesse momento de tantas incertezas e medos, os distúrbios emocionais ganharam um território fértil para se desenvolver e, a arteterapia através de suas práticas terapêuticas, despontou como ferramenta essencial para superar essa barreira da nova realidade, se adequando às novas condições impostas pelo Conselho Nacional de Saúde (CNS).

Figura 3 - Arteterapia digital na pandemia



Fonte: <http://meuturo.com/>

Atendimentos que normalmente eram presenciais passaram ser realizados à distância, de forma online, o que por si só representava uma nova barreira a ser superada, pois nem todos os pacientes idosos faziam o uso ou sabiam usar aparelhos tecnológicos.

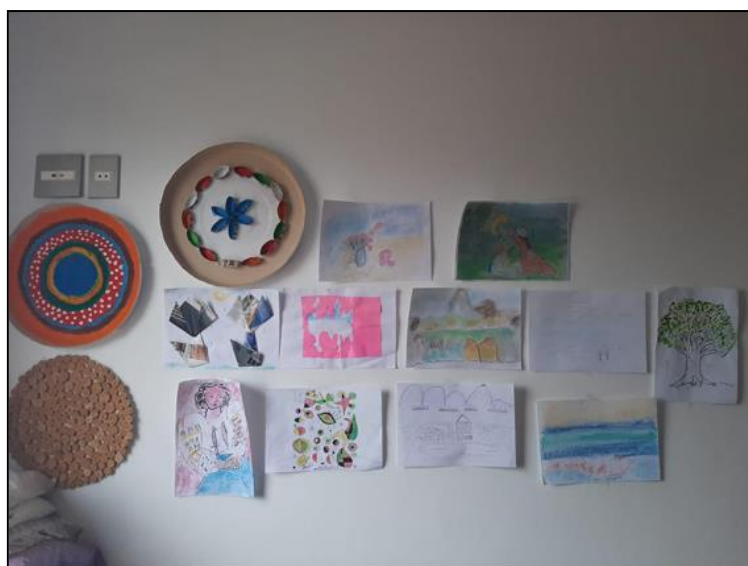
Conforme a reflexão da psicóloga Selma Ciornai (2020), a criação artística é um encontro que ultrapassa o momento do isolamento, um diferencial que se sobressai à carga gerada pela pandemia.

Mesmo diante de um novo cenário, a arteterapia pode promover relaxamento, rebaixando do nível de ansiedade, inquietude, impaciência e angústia normal nos idosos, seja em tempos normais ou pandêmicos.

Diante dos obstáculos a serem superados, a arteterapeuta Cristiane Pomeranz, com a ajuda de Dhara Côrte de Lucena, desenvolveram o projeto terapêutico “Faça Memórias: o poder da arte”, onde apresentaram propostas de atividades artísticas como, por exemplo, desenhos e pinturas, relacionando aos conteúdos apresentados em encontros online, onde o momento da produção artística se destacou por configurar uma atividade através da qual os idosos se expressavam de forma criativa e expunham individualidades, a partir dos temas propostos.

O próprio ato de efetuar ou colorir um desenho, dá vazão a conteúdos muitas vezes tidos como impróprios para a idade. Esse é o lado terapêutico da arte: criar um momento de fuga da rotina geriátrica para exercerem o que gostam de fazer sem julgamentos ou preocupações com os cuidados medicamentosos.

Figura 4: Produções de Vivi nas reuniões do Faça Memórias expostas na parede



Fonte: Projeto “Faça Memórias”

Mesmo diante de uma pandemia onde o cenário é de incertezas a arte é arte, seja ela de forma presencial ou online ela continua exercendo um papel de suma importância para o homem, pois através da arte, o indivíduo consegue enxergar novos horizontes e despertar sentimentos esperançosos em relação ao futuro.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Embora tenha surgido no Brasil entre as décadas de 1920 e 1930, através do trabalho de Nise da Silveira, a arteterapia ainda não é tão procurada como ferramenta terapêutica no cenário nacional. Porém, em um processo lento, sua procura vem aumentando, por pessoas que buscam uma forma alternativa de tratamento para seus distúrbios emocionais ou psíquicos.

Com o início da pandemia a vulnerabilidade das pessoas foi acentuada, especialmente dos grupos de pessoas idosas, os quais além de enfrentarem um isolamento social além do normal pertenciam aos maiores grupos de riscos, os quais eram assolados por óbitos diariamente. Este cenário, gerava medo, insegurança, depressão, aumentando ou potencializando os distúrbios emocionais.

Para se adaptar ao novo cenário, as terapias passaram a ser online, onde esses pacientes puderam se sentir acolhidos mesmo à distância, funcionando como uma espécie de fuga ao isolamento, trazendo uma nova perspectiva de vida e esperança. Porém, idosos menos favorecidos de recursos financeiros não tiveram essa oportunidade para se tranquilizarem durante um período assustador.

As sessões de arteterapia deveriam ser acessíveis à população em geral, de forma gratuita por meio de políticas sociais, especialmente ao público idoso. Pois essa faixa etária possui mais distúrbios emocionais como, por exemplo, a depressão. Uma pesquisa feita em 2019 pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), mostra que idosos lideram o ranking dos mais afetados pela depressão, essa doença atinge cerca de 13% da população entre os 60 e 64 anos, sendo que, a nível global, o transtorno afeta, em média, 264 milhões de pessoas de todas as idades.

Assim, em um mundo onde a depressão é tida como um distúrbio emocional comum, onde outros distúrbios como a ansiedade também assolam os indivíduos,

especialmente as pessoas idosas e, em períodos como o vivenciado pela população mundial a partir de dezembro de 2019, pode-se concluir que a arte, associada à terapia, desponta como importante ferramenta a ser adotada por profissionais nos mais diversos contextos, mantendo a ética e compromisso com o paciente, contribuindo para que ele cuide de sua saúde em diversos cenários, seja em cenário pandêmico ou não.

REFERÊNCIAS

BARREIRA, M. BRASIL, N. **Arteterapia e a História da Arte: técnicas expressivas e terapêuticas**. 2. ed. Rio de Janeiro: Walk Editora, 2020.

CIORNAI, S. **Percursos em arteterapia: arteterapia gestáltica, arte em psicoterapia, supervisão em arteterapia**. São Paulo: Summus, 2004.

DRUMOND, L. L, AFONSO, V. R. **Projeto “Faça Memórias”**: o poder da arte. Disponível em: <<https://www.portaldoenvelhecimento.com.br/projeto-faca-memorias-o-poder-da-arte/>> Acesso em: 13 mar. 2023.

EBC. **Organização Mundial de Saúde declara pandemia do novo Coronavírus**.

Disponível em: <<https://www.unasus.gov.br/noticia/organizacao-mundial-de-saude-declara-pandemia-de-coronavirus>> Acesso em: 13 mar. 2023.

EQUIPE GERO360. **Quais fatores garantem o bem-estar do idoso?**

<<https://gero360.com/bem-estar-do-idoso/>> Acesso em: 14 mar. 2023.

FILHO, W. M. **Arteterapia e expressões criativas**. Disponível em:

<<http://www.waldemarmagaldi.com/arteterapia-e-expressoes-criativas/>> Acesso em: 13 mar. 2023.

FILHO, W. M. **Para que Arteterapia?** <<https://sobrarte.com.br/para-que-arteterapia/>>

Acesso em: 13 de Mar.2023.

GONÇALVES, R. **IBGE**: com 14,7% de idosos, população brasileira está mais velha.

Disponível:<https://www.em.com.br/app/noticia/nacional/2022/07/22/interna_nacional,1381955/ibge-com-14-7-de-idosos-populacao-brasileira-esta-mais-velha.shtml> Acesso em: 13 mar. 2023.

JIANG, S. et al. **A distinct name is needed for the new coronavirus**. Lancet, v. 395, n.10228, p.949, mar. 2020.

LOURENÇO, T. **Pesquisa do IBGE aponta que idosos são os mais afetados pela**

depressão. Disponível em: <<https://jornal.usp.br/atualidades/pesquisa-do-ibge-aponta-que-idosos-sao-os-mais-afetados-pela-depressao/>> Acesso em: 14 de mar. 2023.

MELLO, G. et al. A Coronacrise: natureza, impactos e medidas de enfrentamento no Brasil e no mundo. Campinas: Cecon, IE/UNICAMP, 2020.

OLIVEIRA, H. S. de. **Nossa arte é terapia!** <<https://www.serraville.com/atividades/nossa-arte-e-terapia/>> Acesso em: 14 mar. 2023

PORTAL HOSPITAIS BRASIL. **População idosa é mais afetada pela depressão, aponta IBGE.** Disponível em: <<https://portalhospitaisbrasil.com.br/populacao-idosa-e-mais-afetada-pela-depressao-aponta-ibge/>> Acesso em: 14 mar. 2023.

UNIÃO BRASILEIRA DE ASSOCIAÇÕES DE ARTETERAPIA. **Arteterapia.** Disponível em: <<https://www.ubaat.com.br/#arteterapia>> Acesso em: 13 mar. 2023.