



Arteterapia como dispositivo terapêutico em saúde mental

Art therapy as a therapeutic tool in mental health

La terapia del arte como herramienta terapéutica en salud mental

Neusa Freire Coqueiro¹, Francisco Ronaldo Ramos Vieira², Marta Maria Costa Freitas³

RESUMO

Este trabalho objetivou relatar a aplicação da arteterapia na prática cotidiana, tomando por objeto a experiência desenvolvida em um dos grupos terapêuticos do Centro de Atenção Psicossocial da Secretaria Executiva Regional III, órgão da esfera municipal de Fortaleza que atua em parceria com a Universidade Federal do Ceará e que utiliza dispositivos terapêuticos no campo da Saúde Mental, além de promover a sensibilização e estímulo de outros profissionais dessa área e artistas para vivenciar experiências dessa natureza. Desse modo, as ações realizadas visaram à potencialização e valorização de formas singulares do processo de livre criação dos usuários, elevação da auto-estima, melhora do equilíbrio emocional e minimização dos efeitos negativos da doença mental. O grupo vem se apropriando de linguagens da arte, como a pintura, a escultura e de ações de produção de livre expressão artística, obtendo-se, assim, a adesão e o envolvimento dos sujeitos implicados no processo, propiciando mudanças nos campos afetivos, interpessoal e relacional.

Descritores: Saúde mental; Terapia pela arte; Criatividade

ABSTRACT

This study aimed to report the application of art therapy in daily practice, taking as object the experience developed in one of the therapeutic groups of the Center for Psychosocial Care of the Regional Executive Secretary III, that is a governmental institution of the city of Fortaleza that works in partnership with the Federal University of Ceara, using therapeutic devices in the field of mental health; besides that, promotes awareness and encouragement of other professionals and artists to have experiences of this nature. Thus, the actions taken were intended to: 1) maximize and give credit to the singular forms of the process of free creation of users, 2) improve self-esteem, 3) obtain a better emotional balance, and 4) minimize the negative effects of mental illness. The group has been appropriating of the languages of art, like painting, sculpture and the actions of production of free artistic expression, obtaining, thus, support and involvement of participants in the process, allowing changes in the fields of: affection, interpersonal and relationship.

Keywords: Mental health; Art therapy; Creativity

RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo informar sobre la aplicación de la terapia del arte en la práctica diaria, tomando por objeto la experiencia desarrollada en uno de los grupos terapéuticos del Centro de Atención Psicossocial de la Secretaría Ejecutiva Regional III, que es una institución municipal de la ciudad de Fortaleza, que trabaja en colaboración con la Universidad Federal de Ceará y que usa dispositivos terapéuticos en el campo de la salud mental; además, promueve la sensibilización y el estímulo de otros profesionales de esta área y de artistas para que experimente vivencias de esa naturaleza. Por lo tanto, las medidas adoptadas tienen por objeto: 1) maximizar y valorizar las formas singulares del proceso de creación libre de los usuarios, 2) la mejora de la autoestima, 3) obtener mayor equilibrio emocional, y 4) minimizar los efectos negativos de la enfermedad mental. El grupo viene apropiándose de los lenguajes del arte, como la pintura, la escultura y de acciones la producción de libre expresión artística, obteniéndose de ese modo la adhesión y participación de los sujetos involucrados en el proceso, lo que permite cambios en los ámbitos afectivo, interpersonal y relacional.

Descriptores: Salud mental; Terapia con arte; Criatividad

¹ *Assistente social. Especialista em Epidemiologia e Vigilância à Saúde, exercendo suas atividades como assistente social no CAPS/UFC. Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) / Universidade Federal do Ceará – UFC – Fortaleza (CE), Brasil.*

² *Artista plástico. Aluno do Curso de Especialização em Teorias da Comunicação e da Imagem da Universidade Federal do Ceará – UFC – Fortaleza (CE), Brasil.*

³ *Especialista em Infecção Hospitalar. Enfermeira do Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) Geral da Secretaria Executiva Regional III, conveniado à Universidade Federal do Ceará – UFC – Fortaleza (CE), Brasil.*

INTRODUÇÃO

Este artigo se propõe a relatar a aplicação da arteterapia na prática cotidiana, tomando por objeto a experiência de um dos grupos terapêuticos desenvolvidos no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) da Secretaria Executiva Regional III – órgão da Prefeitura Municipal de Fortaleza –, que funciona em parceria com a Universidade Federal do Ceará (UFC). Esse grupo se utiliza dos processos de criação artística e de ações culturais como meios de promover a saúde mental.

A arteterapia é um dispositivo terapêutico que absorve saberes das diversas áreas do conhecimento, constituindo-se como uma prática transdisciplinar, visando a resgatar o homem em sua integralidade através de processos de autoconhecimento e transformação⁽¹⁾.

A Associação Brasileira de Arteterapia a define como um modo de trabalhar utilizando a linguagem artística como base da comunicação cliente-profissional. Sua essência seria a criação estética e a elaboração artística em prol da saúde⁽²⁾.

Como campo específico do conhecimento, a arteterapia firma-se nos Estados Unidos da América, em 1940, com o trabalho de Margareth Nauberg, conhecida como a “mãe” da arteterapia por estabelecer as fundamentações teóricas para seu desenvolvimento, além de demarcá-la como área do saber⁽³⁾.

A arteterapia recebeu influência de áreas do conhecimento como a Psicanálise Freudiana, que, no início do século XX, interessou-se pela arte como meio de manifestação do inconsciente através de imagens. Sigmund Freud observou que o artista pode simbolizar concretamente o inconsciente em sua produção, retratando conteúdos do psiquismo. Acerca disso, menciona-se seus estudos realizados sobre as obras de autores consagrados como Leonardo da Vinci e Michelangelo⁽⁴⁻⁵⁾.

A Psiquiatria Junguiana, na década de 1920, apropriou-se da expressão artística como parte do processo psicoterápico. Para Jung imagens representam a simbolização do inconsciente individual e, muitas vezes, do inconsciente coletivo⁽⁶⁾.

No Brasil, dois psiquiatras se destacam por suas contribuições na fundamentação teórica da arteterapia: Osório César, em 1923, e Nise da Silveira, em 1946. Osório César trabalhou com arte no hospital do Juqueri, em São Paulo, sob a influência da Psicanálise, enquanto Nise da Silveira desenvolveu um trabalho no Centro Psiquiátrico Dom Pedro II, no Rio de Janeiro sob a influência junguiana, procurando compreender as imagens produzidas pelos pacientes⁽⁷⁻⁸⁾.

A arteterapia é um “processo predominantemente não verbal, por meio das artes plásticas e da dramatização, que acolhe o ser humano com toda sua complexidade e dinamicidade. (...) procura aceitar os diversos aspectos

dos pacientes, como os afetivos, culturais, cognitivos, motores, sociais entre outros, tão importantes na saúde mental”⁽⁹⁾.

É dentro dessa perspectiva inovadora que os CAPS de Fortaleza, através do *Projeto Arte e Saúde*, integrante da política de saúde mental desse Município, vêm desenvolvendo um trabalho articulado à arte na saúde mental, visando a viabilizar e dinamizar os processos em grupos terapêuticos nos CAPS, utilizando as variadas expressões artísticas, sendo executado por artistas, arteterapeutas, arte-educadores e profissionais de saúde mental com formação em arteterapia.

No CAPS/ UFC essas experiências tiveram início em junho de 2007, com a formação inicial de dois grupos. Oito meses depois, existiam oito grupos em funcionamento, utilizando-se das mais variadas linguagens artísticas.

A arte está presente nos diversos CAPS de Fortaleza no *Projeto Arte e Saúde*, com a criação dos grupos de arteterapia. O projeto recebe assessoria e supervisão sistemática do Instituto Aquilae, especializado na formação de profissionais em arteterapia.

RELATO DE UMA EXPERIÊNCIA: GRUPO AMIGOS DA ARTE

Em fevereiro de 2008, teve início o grupo de arteterapia intitulado *Amigos da Arte*. O nome, escolhido pelos participantes, engloba em seu significado a construção dos laços afetivos com base no fazer artístico. Inicialmente, o grupo teve a composição de 15 membros, homens e mulheres, com idades de 20 a 54 anos. Atualmente, possui 13 participantes.

O contrato terapêutico inicialmente pactuado foi de oito meses, tendo sido prorrogado de setembro de 2008 para fevereiro de 2009. A alteração no calendário deu-se em função dos resultados alcançados terem apresentado empiricamente um nível satisfatório quanto à estabilidade psíquica dos participantes, além da necessidade surgida em função de prepará-los individualmente (cada um a seu tempo) a aceitar a alta terapêutica, uma vez que expressam afeição especial a esse modelo de terapia.

Embora não tenha havido critérios rígidos para o ingresso nesse grupo terapêutico, procurou-se priorizar as pessoas que expressassem interesse pela arte. Outro fator prioritário diz respeito aos diagnósticos de transtornos mentais graves, como esquizofrenia, transtorno afetivo bipolar e alguns casos de depressão. A participação se dava na medida em que essas pessoas apresentassem condições mínimas de frequentar as sessões.

Ressalta-se que a prioridade dada às pessoas com interesse e afinidade com o fazer criativo e a arte não constituiu necessariamente um critério para inclusão ou exclusão no grupo, mas se apresentou como aspecto facilitador do processo. Não significa dar ênfase às

técnicas e aos aspectos estéticos, ao contrário: as nossas intenções vão ao encontro dos processos criativos e da livre expressão. A arte é então percebida como instrumento de enriquecimento dos sujeitos, valorização de expressão e descoberta de potencialidades singulares.

A experiência tem mostrado que o desejo e a admiração pelo fazer artístico são fundamentais na inserção no grupo: há casos em que a pessoa, por mais que seja estimulada, não demonstra interesse em participar desse tipo de atividade. Desse modo, respeita-se o desejo do usuário naquele momento, para que em outra ocasião possa ser feita nova abordagem.

O grupo tem encontros semanais às sextas-feiras, das 8h30 horas às 11 horas, tendo como facilitadores um artista com formação em artes plásticas, uma assistente social com formação em arteterapia e uma enfermeira que desenvolve um trabalho voltado à composição de músicas educativas com temas da área de saúde.

É um grupo do tipo semiaberto marcado pela rotatividade relativa, na qual os participantes se ausentam por algum período e posteriormente retornam. Segundo relatos dos familiares, tais ausências apontam para alguns motivos, como doença na família, acúmulo de atividades domésticas e, em alguns casos menos frequentes, de novos episódios da doença. Cabe notar a existência de uma espécie de “apego especial” dos usuários a esse tipo de grupo – que a nosso ver poderia, em alguma medida, justificar o retorno às sessões.

As atividades são realizadas em espaço destinado especificamente a esse fim, a partir da adaptação de uma das salas do CAPS que ficou conhecida como ateliê, local onde ficam disponíveis os diversos materiais utilizados nos encontros: tintas, telas para pintura, papel, giz de cera, argila, pincéis, tecido, material reciclável, dentre outros. Os trabalhos realizados pelos participantes em cada sessão ficam expostos para secagem, dando ao local um aspecto visual de efusão de cores. Posteriormente, os criadores podem levar suas obras para casa.

Os primeiros encontros foram basicamente de apresentações e discussão das expectativas do grupo, com a realização de várias vivências distribuídas ao longo das sessões iniciais para integrar e, simultaneamente, quebrar resistências. Nesses encontros iniciais, assim como nos posteriores, utilizamos equipamento de som, cadeiras, mesas e colchonetes, dispostos em posição circular para simbolizar uma *situação de gestalt fechada*⁽¹⁰⁾

Durante as sessões, utilizamos duas técnicas distintas, a depender do comportamento dos participantes no momento, ou seja: se a maioria apresenta certo grau de agitação, utilizamos a técnica de relaxamento com músicas instrumentais, objetivando reduzir o nível de tensão e angústia, permitindo que as emoções fluam mais intensamente e a sessão passe a ser um momento de profundo contato com os sentimentos⁽¹¹⁻¹²⁾.

Por outro lado, se as reações dos indivíduos apresentam rebaixamento do humor, empregamos técnicas de expressão corporal através de jogos coletivos, movimento corporal com música, visando a melhorar os potenciais emocionais de modo lúdico. Em cada um desses momentos são desenvolvidas ações que têm por fim trabalhar as capacidades de se expressar dos participantes tanto no que se refere ao corpo quanto ao intelecto, não apenas em relação ao grupo, mas também em relação à descoberta de si, sendo o indivíduo conduzido a ser autor de sua descoberta⁽¹¹⁻¹³⁾.

Assim sendo, iniciamos as atividades com exercícios de relaxamento ou expressão corporal. Em seguida, abre-se espaço para que os participantes possam falar como se sentem, dando a oportunidade de refletir sobre suas emoções. A partir daí, conforme a profundidade e a amplitude dos relatos, os facilitadores propõem algum tipo de técnica adequada à situação presente, utilizando a expressão artística. Desse modo, trabalham-se no grupo as dificuldades emergentes.

Na arteterapia, várias modalidades expressivas com propriedades terapêuticas inerentes e específicas são trabalhadas. Fica a cargo do arteterapeuta criar um repertório de informações relativo a cada modalidade, adequando-as às necessidades do usuário a ser atendido⁽¹⁴⁾.

O grupo *Amigos da Arte* já executou, até o momento, várias propostas, ou seja, criação de trabalhos desde pintura em tela, técnicas de pinturas em tecido, monotipia (técnica de impressão com uso de tinta) e até elaboração de escultura em argila, pintura e colagem sobre telha, técnicas de pintura sobre gesso. São produzidos também objetos a partir de material reciclável, como garrafas PET ou canos de papelão.

Ao final de todo o fazer criativo, os participantes são estimulados a observar seus trabalhos, refletindo sobre seus significados, percebendo o processo desde o primeiro momento da representação artística. Acerca disso, tem-se a utilização de material reciclável como expressão em arteterapia, que resgata a edificação, a estruturação, a organização e a elaboração da matéria, estimulando a pessoa a construir de modo pessoal e, simultaneamente, a criar uma consciência socioambiental. Dessa forma, buscamos possibilitar ao grupo, através do estímulo individual e/ ou coletivo, a criatividade e a expressão artística, dando ênfase ao processo de criação, à medida que o participante é levado à reflexão e à busca de significados inferidos ou atribuídos ao que ele produziu.

COSIDERAÇÕES FINAIS

A arteterapia vem ganhando espaço cada vez maior na área da saúde e, sobretudo, no campo da saúde mental. O trabalho desenvolvido junto aos usuários do CAPS Geral da Secretaria Executiva Regional III/ UFC

apresenta-se como uma das ferramentas fundamentais que vêm colaborando para amenizar os efeitos negativos da doença mental. É central a promoção do bem-estar da pessoa com sofrimento psíquico, uma vez que a arteterapia propicia mudanças nos campos afetivo, interpessoal e relacional, melhorando o equilíbrio emocional ao término de cada sessão.

Observa-se que a arteterapia tem possibilitado aos usuários a vivência de suas dificuldades, conflitos, medos e angústias de um modo menos sofrido. Configura-se como um eficaz meio para canalizar, de maneira positiva, as variáveis do adoecimento mental em si, assim como os conflitos pessoais e com familiares. Nota-se que há uma minimização dos fatores negativos de ordem afetiva e emocional que naturalmente surgem com a doença, tais como: angústia, estresse, medo, agressividade, isolamento social, apatia, entre outros.

Tendo em vista nossas recentes experiências com a utilização de recursos artísticos como dispositivo terapêutico na saúde mental no referido CAPS SER III/ UFC, percebemos empiricamente que a arteterapia, em qualquer das linguagens artísticas aplicadas, tem se configurado importante instrumento para ajudar grupos de pessoas com transtornos mentais, trazendo consigo visíveis resultados em espaço de tempo relativamente curto.

REFERÊNCIAS

- Philippini AA. Transdisciplinaridade e arteterapia. In: Ornazzano G, organizadora. Questões de arteterapia. Passo Fundo: UPF; 2004: 11-7.
- Arteterapia.com.br [Internet]. São Paulo: Associação Brasileira de Arteterapia; 2009. [citado 2009 Fev 5]. Disponível em: <http://www.arteterapia.com.br/OqueeArteterapia.asp>
- Ciorna S. Percursos em arteterapia: três vertentes pioneiras da arteterapia nos Estados Unidos. In: Margareth N. A arte em terapia. São Paulo: Summus; 2004. p. 23-7.
- Freud S. Leonardo da Vinci e uma lembrança de sua infância. In: Freud S. Edição standard brasileira das obras completas de Sigmund Freud. Rio de Janeiro: Imago; 1970. v. 11. p. 53-124.
- Freud S. O Moisés de Michelangelo. In: Freud S. Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud. Rio de Janeiro: Imago; 1974. v. 13. p. 249-79.
- Jung CG. O espírito na arte e na ciência. Petrópolis: Vozes; 1991. [Coleção Obras Completas, v.15].
- Ferraz MHCT. Arte e loucura: limites do imprevisível. São Paulo: Lemos Editorial; 1998.
- Silveira N. Imagens do inconsciente. Rio de Janeiro: Alhambra; 1981.
- Valladares ACA, Coelho LFA, Costa e Silva C, Sales De, Cruz MFR, Lima CRO. Arteterapia em saúde mental. In: Jornada Goiana de Arteterapia, 2, 2008, Goiânia. Anais. Goiânia: FEN/UFG/ABC; 2008. cap. 13. p. 114-22.
- Castilho Áurea. A dinâmica do trabalho de grupo. Rio de Janeiro: Qualitymark; 1994.
- Mateus LSA. A música: elemento facilitador do relacionamento interpessoal enfermeiro cliente em sofrimento psíquico [dissertação]. Ribeirão Preto: Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo; 1997.
- McClellan R. O poder terapêutico da música. São Paulo: Siciliano; 1994.
- Kunz Elenor. Didática da Educação Física. Ijuí: Unijuí, 2002.
- Philippine AA. Cartografia da coragem: rotas em arteterapia. 2ª ed. Rio de Janeiro: WAK; 2004.
- Munari Denise. Arte, arteiros e artistas: uma reflexão acerca da arte. In: Valladares, ACA (Org). Arteterapia no novo paradigma de atenção em saúde mental. São Paulo: Vetor, 2004.