





# Contribuições da arteterapia para promoção da saúde e qualidade de vida da pessoa idosa

## Contributions of art therapy to promoting the health and quality of life of older adults


Viviane Cristina Fonseca da Silva Jardim<sup>1</sup> 

Eliane Maria Ribeiro de Vasconcelos<sup>1</sup> 

Célia Maria Ribeiro de Vasconcelos<sup>2</sup> 

Fábia Alexandra Pottes Alves<sup>1</sup> 

Karyanna Alves de Alencar Rocha<sup>1</sup> 

Eduarda Gayoso Meira Suassuna de Medeiros<sup>1</sup> 

### Resumo

**Objetivo:** Analisar as contribuições da arteterapia na promoção da saúde e na qualidade de vida dos idosos. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa utilizando os descritores em saúde: “health promotion”, “art therapy”, “quality of life” e “aged”. Foram selecionados artigos originais completos, nos idiomas português, inglês e espanhol. Não foi estabelecido período de publicação dos artigos para obter um maior quantitativo de artigos publicados no decorrer do tempo. A busca e a seleção dos artigos incluídos foram realizadas por dois revisores no período de novembro de 2019 a abril de 2020. **Resultados:** Dos quatro artigos selecionados para compor a amostra, dois artigos estavam escritos em inglês e dois em português. Os artigos incluídos foram publicados no período entre 2007 e 2014. Quanto às bases de dados, dois artigos estavam indexados na Scopus, um nas bases Scopus/Pubmed/BVS e um na base CINAHL. Os recursos expressivos utilizados no processo arteterapêutico foram os mais variados: pintura, desenho, modelagem, expressão corporal entre outros. **Conclusão:** A utilização da arteterapia para promoção da saúde em idosos mostrou benefícios na redução dos fatores negativos de ordem afetiva, emocional social. Os artigos analisados sugerem o efeito positivo da arteterapia na qualidade de vida em idosos.

**Palavras-chave:** Promoção da Saúde. Terapia pela Arte. Qualidade de Vida. Saúde do Idoso.

### Abstract

**Objective:** to analyze the contributions of art therapy in promoting the health and quality of life of older adults. **Method:** an integrative review was carried out using the health descriptors: “health promotion”, “art therapy”, “quality of life” and “aged”. Complete original articles were selected, in Portuguese, English and Spanish, and the period of publication of the articles was not defined to obtain a greater number of articles published. The search and selection of the articles included were carried out by two

**Keywords:** Health Promotion. Art Therapy. Quality of life. Health of the Elderly.

<sup>1</sup> Universidade Federal de Pernambuco, Departamento de Enfermagem, Recife, PE, Brasil.

<sup>2</sup> Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Pernambuco. Pesqueira, PE, Brasil.

Os autores declaram não haver conflito na concepção deste trabalho.

Não houve financiamento para a execução deste trabalho.

Correspondência/Correspondence

Viviane Cristina Fonseca da Silva Jardim  
jardimviviane@yahoo.com.br

Recebido: 03/06/2020

Aprovado: 11/01/2021

reviewers from November 2019 to April 2020. *Results:* of the four articles selected to compose the sample, two were written in English and two in Portuguese. The articles included were published between 2007 and 2014, with two indexed in Scopus, one in the Scopus / PubMed / BVS databases and one in the CINAHL database. The expressive resources used in the art therapy process were varied: painting, drawing, modeling, body expression, among others. *Conclusion:* the use of art therapy for health promotion in older adults demonstrated benefits in reducing negative factors of an affective, emotional and social nature. The articles analyzed suggest the positive effect of art therapy on quality of life in older adults.

## INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, o aumento mundial da população idosa alerta para a importância de garantir a essa população uma melhor qualidade de vida. Dessa forma, faz-se necessário considerar as diversas alterações oriundas do processo do envelhecimento, tais como: alterações físicas, psicológicas e sociais. Essas alterações poderão intervir diretamente sobre as funções cognitivas e motoras e, assim, interferir na qualidade de vida dessa população<sup>1</sup>.

É importante destacar que a qualidade de vida na população idosa está associada à preservação da sua capacidade funcional e à sua autonomia. Logo, o declínio da capacidade funcional constitui um risco para dependência, morbidade e mortalidade na população idosa<sup>2</sup>.

Objetivando melhorar a qualidade de vida da população idosa, a Organização Mundial de Saúde (OMS) sugere que sejam implementadas Políticas e Programas para um envelhecimento ativo, visando à melhoria da saúde, da participação e da segurança dos cidadãos mais velhos<sup>3</sup>.

Dessa forma, as ações de promoção da saúde são importantes para o controle dos problemas de saúde comuns nessa faixa etária. Essas ações permitem que a pessoa idosa conviva com eventuais limitações ou doenças que possam estar presentes, pois possibilitam uma melhor perspectiva de vida pessoal e social<sup>4</sup>.

Atividades que estimulem as funções sensoriais, cognitivas e motoras da pessoa idosa são importantes para proteger o intelecto e reduzir a sua deterioração. Essas atividades possibilitam a manutenção de suas capacidades cognitivas, assegurando uma melhor qualidade de vida na velhice<sup>5</sup>.

Nesse sentido, a arteterapia é uma ferramenta que pode ser utilizada na promoção da saúde da pessoa idosa, uma vez que seu potencial de estimulação contribui para melhorar as relações sociais e a autoestima dessa população<sup>6</sup>.

A arteterapia é definida como um processo terapêutico que utiliza a arte como processo expressivo para o autoconhecimento e para a expressão de conflitos e emoções internas. É um recurso terapêutico que absorve saberes das diversas áreas do conhecimento, constituindo-se como uma prática transdisciplinar, que visa resgatar a pessoa em sua integralidade através de processos de autoconhecimento e transformação<sup>7</sup>.

As imagens produzidas por meio do processo expressivo na arteterapia são projeções internas e manifestações pessoais. Elas permitem que o indivíduo se expresse da sua maneira, dando um novo sentido a sua própria existência. Pode-se afirmar que a arteterapia, ao trabalhar com processos expressivos, constitui um caminho revelador e inspirador. Tal caminho terapêutico ajuda o indivíduo a acreditar, desafiar, reconstruir, criar e expressar emoções e sentimentos, que muitas vezes estão reprimidas na pessoa idosa<sup>8</sup>.

Diante do exposto, percebe-se a importância que a arteterapia pode desempenhar sobre a qualidade de vida da pessoa idosa. Conhecer a produção científica sobre os benefícios e contribuições da arteterapia no envelhecimento possibilitará identificar possíveis lacunas e direcionar novas pesquisas que contribuam com a temática. Assim, este estudo de revisão de literatura teve como objetivo analisar as contribuições da arteterapia para promoção da saúde e qualidade de vida da pessoa idosa.

## MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com a finalidade de sistematizar os conhecimentos sobre as contribuições da arteterapia na qualidade de vida da pessoa idosa. Este estudo seguiu as recomendações de Galvão<sup>9</sup> que estabelece seis etapas: 1) Identificação do tema e seleção da hipótese ou questão norteadora; 2) Construção dos critérios de inclusão/exclusão dos estudos e da amostragem e busca na literatura; 3) Categorização dos estudos definindo as informações a serem extraídas dos estudos selecionados; 4) Leitura na íntegra dos estudos selecionados; 5) Interpretação dos resultados; 6) Apresentação da revisão.

A questão norteadora desta revisão foi: *quais as contribuições da Arteterapia para a promoção da saúde e da qualidade de vida da pessoa idosa?*

Os critérios de inclusão estabelecidos foram: artigos originais completos que responderam à questão de pesquisa, publicados nos idiomas português, inglês e espanhol. O período de publicação dos artigos não foi definido, objetivando alcançar um maior quantitativo de artigos e, desta forma, verificar o número de publicações no decorrer do tempo. Os critérios de exclusão foram: teses, dissertações, livros ou capítulos de livros, editoriais, matérias de jornais, revisões integrativas ou sistemáticas da literatura, estudos reflexivos, relatos de experiências e resenhas.

A pesquisa foi realizada nas bases de dados: BVS (Biblioteca Virtual em Saúde); *Scielo*; *CINAHL* (*Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature*); LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde); BDENF (Base de dados de Enfermagem); MEDLINE/ PUBMED (*Medical Literature Analysis and Retrieval System Online*); IBECS (Índice Bibliográfico Espanhol de Ciências da Saúde); SCOPUS; CUIDEN (Base de Dados Bibliográfica de la Fundación Index); COCHRANE (*Cochrane Library*).

A busca e a seleção dos artigos incluídos nesta revisão foram realizadas por dois revisores e aconteceram de forma independente, nos meses de novembro de 2019 a abril de 2020. Foram utilizados os descritores indexados em Ciências da Saúde (DeCS) e no Medical Subject Heading (MESH), sendo selecionados os seguintes descritores em português: promoção da saúde, terapia pela arte, qualidade de vida, idoso; em inglês: *health promotion, art therapy, quality of life, aged*; em espanhol: *promoción de la salud, terapia con arte, calidad de vida, anciano*.

O quadro 1 apresenta a estratégia de busca entre os descritores, empregando o operador booleano “AND”. Utilizando dos quatro descritores “promoção da saúde” AND “terapia pela arte” AND “qualidade de vida” AND “idoso”, foram encontrados 28 artigos.

**Quadro 1.** Estratégia de busca dos artigos nas bases de dados. Recife - PE, Brasil, 2020.

Descritores	Promoção da saúde AND Terapia pela arte	Promoção da saúde AND Terapia pela arte AND Qualidade de vida	Promoção da saúde AND Terapia pela arte AND Qualidade de vida AND Idoso
Base de dados			
SciELO	5	1	1
CINAHL	49	2	1
LILACS	2	0	0
BDENF	1	0	0
MEDLINE/PUBMED	240	23	8
IBECS	1	0	0
SCOPUS	270	45	13
CUIDEN	53	8	0
COCHRANE	1	1	1
TOTAL	669	87	<b>28</b>

Fonte: A autora.

Após a leitura dos títulos e respectivos resumos dos 28 artigos encontrados, foram selecionados 10 artigos responderam à pergunta de pesquisa. Dos 10 artigos, cinco estavam em duplicidade nas bases de dados e foram excluídos, resultando em uma amostra final de cinco artigos, que foram lidos na íntegra.

Esses artigos foram avaliados em relação ao rigor metodológico, utilizando-se o formulário padronizado do *Critical Appraisal Skills Programa (CASP)*<sup>10</sup>. O motivo da escolha foi a eficácia do instrumento na avaliação da qualidade de artigos tanto de abordagem quantitativa, quanto de abordagem qualitativa. O formulário tem um *check-list* com 10 questões, para cada uma delas pode ser atribuída a pontuação (1 ponto), totalizando um score entre zero à dez. A pontuação igual ou superior a seis (classificação A) indica que o estudo deve ser incluído na revisão, enquanto a pontuação igual ou inferior a cinco (classificação B) caracteriza baixo rigor metodológico, devendo ser excluído. Nesta etapa, um estudo foi excluído, uma vez que não

atendeu a todos os critérios estabelecidos para o nível A, sendo a amostra final composta por quatro artigos.

Para reunir e sintetizar informações referentes às contribuições da arteterapia para promoção da saúde e qualidade de vida da pessoa idosa, utilizou-se o instrumento construído e validado por Ursi<sup>11</sup>, em que foram registradas as seguintes informações: nome da pesquisa; autoria; instituição; ano de publicação; objetivos do estudo; delineamento metodológico, características da amostra; nível de evidência, resultados e conclusões.

Os artigos selecionados foram avaliados quanto ao nível de evidência, segundo a classificação hierárquica adotada por Stillwell et al<sup>12</sup>, em: Nível I (revisão sistemática ou metanálise); Nível II (ensaio clínico randomizado); Nível III (ensaio clínico sem randomização); Nível IV (estudo de coorte ou de caso-controle); Nível V (revisão sistemática de estudos descritivos e qualitativos); Nível VI (estudos descritivos ou qualitativos) e Nível VII (opiniões de autoridades e/ou relatórios de comitês de especialidades).

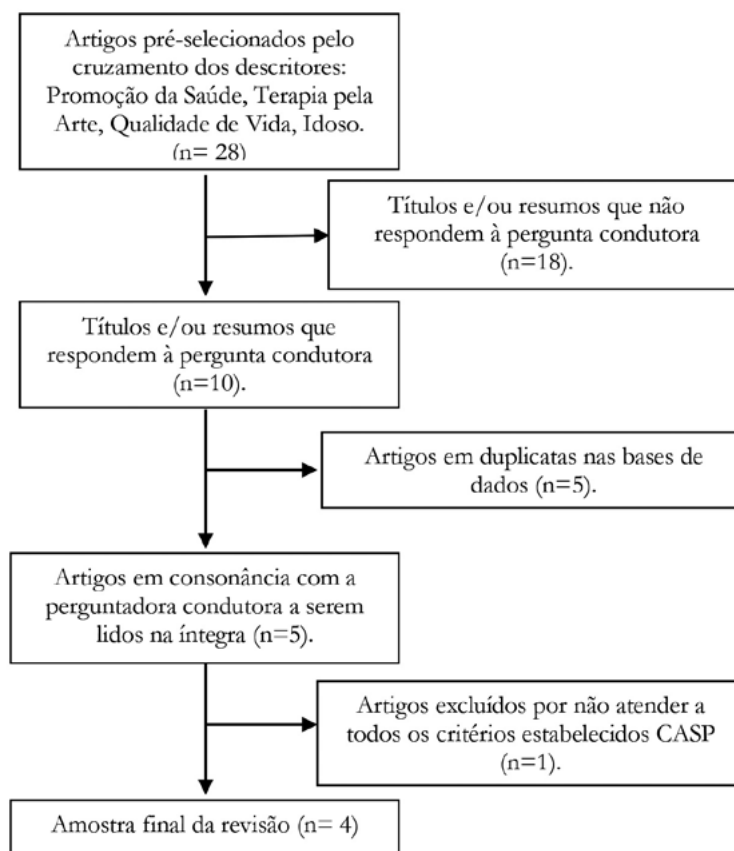


Figura 1. Fluxograma de seleção dos artigos. Recife, PE, Brasil, 2020.

## RESULTADOS

O quadro 2 apresenta os estudos selecionados, categorizados da seguinte forma: Autor/Ano, Objetivo, Método/Nível de Evidência, Arteterapia Utilizada e Resultados.

Dentre os quatro artigos analisados da amostra final, dois estavam escritos em inglês<sup>13,14</sup> e dois em português<sup>15,16</sup>. No que diz respeito ao ano de publicação, os artigos foram publicados um em cada ano: 2014<sup>13</sup>, 2013<sup>14</sup>, 2010<sup>15</sup> e 2007<sup>16</sup>. Quanto às bases de dados, dois artigos estavam indexados na Scopus<sup>14,16</sup>, um nas bases Scopus/Pubmed/BVS<sup>13</sup> e um na base CINAHL<sup>15</sup>. Não foram encontrados, artigos nas bases: LILACS, BDEFN, IBECS, SCIELO, CHOCHRANE e CUIDEN.

Em relação ao delineamento metodológico, dois artigos utilizaram a abordagem quantitativa<sup>14,16</sup>, um a abordagem quanti-qualitativa<sup>13</sup> e um a abordagem qualitativa<sup>15</sup>. Quanto ao nível de evidência, três artigos foram classificados no nível VI<sup>13,15,16</sup> e um no nível II<sup>14</sup>.

De acordo com os recursos expressivos utilizados na arteterapia, em três artigos foram utilizados: pintura, desenho, recorte-colagem, modelagem e tecelagem<sup>13-15</sup>. A expressão corporal foi utilizada em dois artigos<sup>14,16</sup>. Os recursos de imaginação ativa, contos, mitos, consciência corporal, dramatização e escrita criativa foram utilizados em um artigo<sup>15</sup> e a música e as artes cênicas em um artigo<sup>16</sup>.

Os resultados encontram-se apresentados no Quadro 2.

**Quadro 2.** Síntese das publicações sobre “Contribuições da Arteterapia para a promoção da saúde e qualidade de vida da pessoa idosa”. Recife, PE, Brasil, 2020.

Autor/Ano	Objetivo	Método/Evidência	Arteterapia Utilizada	Resultados
Oepen R, Gruber H <sup>13</sup> . 2014	Analisar a contribuição da Arteterapia no bem-estar de grupos de autoajuda com síndrome de Burnout.	Estudo exploratório quantitativo qualitativo.  26 idosos (2 homens e 24 mulheres)  VI	Pintura, desenho, recorte-colagem, modelagem e tecelagem.	Análise quantitativa: aumento de 83% do bem-estar atual e habitual. Análise qualitativa: melhor aceitação do ambiente, aumento da autoestima e maior motivação para trabalho.
Kim SK <sup>14</sup> . 2013	Analisar os efeitos da Arteterapia sobre o envelhecimento saudável.	Estudo randomizado controlado.  50 idosos (3 homens e 47 mulheres)  II	Pintura, desenho, recorte-colagem, modelagem, tecelagem e expressão corporal.	A intervenção utilizando a Arteterapia promove positivamente um envelhecimento saudável, com redução das emoções negativas, melhora da autoestima e diminuição da ansiedade.
Aguiar AP, Macri R <sup>15</sup> . 2010	Descrever a contribuição da Arteterapia para a qualidade de vida do idoso.	Estudo de intervenção qualitativo.  14 idosos (mulheres)  VI	Pintura, desenho, recorte-colagem, modelagem, tecelagem, imaginação ativa, contos, mitos, consciência corporal, dramatização e escrita criativa.	As intervenções desenvolvidas permitiram a redução da frequência ou intensidade dos sintomas depressivos, contribuindo para o autoconhecimento, o resgate da autoestima e da confiança nos idosos. Bem como, o aumento da integração familiar e social do idoso.

continua

Continuação do Quadro 2

Autor/Ano	Objetivo	Método/Evidência	Arteterapia Utilizada	Resultados
Castro PC, Tahara N, Rebelatto JR, Driusso P, Aveiro MC, Oishi J <sup>16</sup> . 2007	Avaliar a influência dos programas de artes da Universidade Aberta à Terceira Idade e do Projeto de Revitalização Geriátrica (REVT) sobre a qualidade de vida de idosos.	Estudo de intervenção quantitativo.  70 idosos (4 homens e 67 mulheres)  VI	Expressão corporal, música e artes cênicas.	Melhora estatisticamente significativa ( $p=0,004$ ) do nível de qualidade de vida, segundo WHOQOL-bref. Melhora estatisticamente significativa nos domínios psicológico ( $p=0,003$ ) e meio ambiente ( $p=0,0001$ ). Aumento significativo ( $p=0,013$ ) da pontuação para o domínio do estado geral de saúde.

## DISCUSSÃO

As linguagens expressivas utilizadas nas intervenções da arteterapia, apresentadas nos artigos desta revisão<sup>13-16</sup>, foram diversificadas e utilizaram como recursos: pintura, desenho, recorte-colagem, modelagem, tecelagem, expressão corporal, imaginação ativa, contos, mitos, consciência corporal, escrita criativa, música e artes cênicas. Desta forma, observa-se a riqueza de recursos que podem ser utilizados no processo arteterapêutico para que a pessoa idosa seja capaz de expressar sentimentos e emoções que estão interferindo no seu bem estar físico, mental, social e espiritual.

Os recursos expressivos da pintura, desenho, recorte-colagem, modelagem e tecelagem foram utilizados em diferentes intervenções para trabalhar o bem-estar de grupos de autoajuda com síndrome de Burnout<sup>13</sup>, os efeitos da arteterapia sobre o envelhecimento saudável<sup>14</sup> e analisar a contribuição da arteterapia para a qualidade de vida da pessoa idosa<sup>15</sup>. Os resultados sugerem efeitos positivos da utilização desses recursos terapêuticos, em três estudos desta revisão.

Segundo Silva<sup>17</sup> a pintura tem função libertadora e catártica, pois é na fluidez da tinta e na sua sutileza que as emoções e sentimentos são trabalhados terapêuticamente, uma vez que, pela pintura ocorre a indução do movimento energético de desbloqueio, de liberdade e da expansão da consciência. Esse recurso expressivo, permite que a pessoa idosa trabalhe a

coordenação motora, despertar a sensibilidade, a intuição, o espírito criativo e imaginativo, proporcionando um maior conhecimento de si mesmo e do mundo. Isso favorece o desenvolvimento de uma maior percepção dos seus limites e potencialidades que estão presentes no processo de envelhecimento.

No processo arteterapêutico, o recorte-colagem é um recurso expressivo organizador, estruturador e integrador, pois permite o corte, a quebra e a reunião, favorecendo a recriação. Esse recurso possibilita trabalhar a transformação, a morte e o renascimento; o fim de uma etapa e o começo de uma nova etapa, questões presentes na vida da pessoa idosa. Ressaltam Loiola e Andriola<sup>18</sup> que a colagem é uma técnica que favorece partir de coisas já conhecidas que abrem para novas possibilidades, proporciona criar um novo cenário - o retrato de um momento existencial de possibilidades - que podem ser acessadas e trazidas para realidade de cada pessoa idosa. Essa possibilidade de abertura, faz com que o idoso ressignifique emoções que melhorem sua qualidade de vida.

Afirma Moraes et al.<sup>19</sup> que a modelagem é uma atividade que estimula a função sensorial, muitas vezes prejudicada na velhice, bem como trabalha com a organização tridimensional. A pessoa idosa ao tocar a argila estabelece um contato íntimo com o material e estimula sua criatividade, o que lhe permite criar formas e ampliar o mundo imaginário. Os materiais utilizados para desenvolver esta modalidade expressiva podem ser: argila, papel machê, gesso, plastilina, massinha de modelagem colorida, massa

artesanal. Esses recursos possibilitam que a pessoa entre em contato com suas emoções e sentimentos, promovendo um autoconhecimento.

Araujo<sup>20</sup> apresenta em seu estudo que a tecelagem é também um recurso utilizado na arteterapia que ajuda a ressignificar situações da vida, pois quando se erra no tecido, a pessoa idosa é levada a refazer o movimento. O reconhecimento do erro e a vontade de corrigir faz refletir sobre a vida e leva à consciência de que sempre é tempo para recomeçar na tentativa de acertar. É mais uma possibilidade para se encontrar o fio nos emaranhados dos conteúdos internos da vida<sup>20</sup>. Esse recurso pode ser significativo para que a pessoa idosa se reconheça no processo do envelhecimento como ser integral que ele é.

A expressão corporal, como recurso terapêutico, foi utilizada no estudo<sup>14</sup> que analisou o efeito da arteterapia sobre o envelhecimento saudável e no estudo<sup>16</sup> que avaliou a influência dos programas de artes da Universidade Aberta à Terceira Idade e do projeto de revitalização geriátrica sobre a qualidade de vida de idosos. Os autores concluíram que a expressão corporal e a influência dos programas de arte foram recursos que melhoraram a qualidade de vida de pessoas idosa, reduzindo as emoções negativas, melhorando a autoestima e diminuindo a ansiedade.

Ao trabalhar o corpo, a pessoa idosa se conecta diretamente com as suas memórias afetivas, trazendo lembranças de sensações e de conteúdos esquecidos. A expressão corporal é um dos canais expressivos da arteterapia, pois favorece experiências que levam à consciência corporal e busca a organização e a reorganização do movimento através da criatividade<sup>21</sup>.

Além da utilização dos recursos como: pintura, desenho, recorte-colagem, modelagem, tecelagem e expressão corporal, também foram utilizados: imaginação ativa, contos, mitos, consciência corporal, dramatização e escrita criativa como contribuições da arteterapia para a qualidade de vida da pessoa idosa<sup>15</sup>. A música e as artes cênicas foram empregadas também para avaliar a influência dos programas de artes na qualidade de vida de idosos<sup>16</sup>. Em ambos os estudos<sup>15,16</sup>, foi possível observar os benefícios desses recursos para a promoção da saúde da pessoa idosa.

A utilização da música e das artes cênicas possibilitam que a pessoa idosa vivencie experiências verbais, não verbais e corporais que permitem resgatar as memórias afetivas e expressar emoções<sup>22</sup>. A relação da música com finalidade terapêutica é sustentada por ela fazer com que a pessoa idosa reviva suas lembranças, oportunizando-as realizar uma catarse e, nesse processo de conscientização, haverá oportunidade de se refazer promovendo sua qualidade de vida<sup>23</sup>.

Todos os estudos<sup>13-16</sup> apontaram efeitos satisfatórios na utilização da arteterapia, independentemente dos tipos de recursos expressivos empregados. Esses resultados corroboram com os achados no estudo Assunção et al.<sup>24</sup>, mostrando que a arteterapia pode ser desenvolvida através de diferentes modalidades expressivas como: o teatro, a dança, a poesia, a música, a literatura e as artes visuais. Por meio desses recursos expressivos, é possível trabalhar as linguagens não verbais, - como a sonora, a corporal e a plástica - na pessoa idosa.

As múltiplas modalidades expressivas, que a arteterapia utiliza, facilita a busca do autoconhecimento que auxilia o despertar da sensorialidade e da percepção na pessoa idosa<sup>25</sup>. É muito importante, a estimulação das funções cognitivas, sensoriais e motoras, visando preservar, na pessoa idosa, o seu grau de autonomia e independência, promovendo uma melhor qualidade de vida.

Quanto as contribuições positivas da arteterapia na promoção da qualidade de vida da pessoa idosa, dois estudos analisados<sup>14,16</sup> concluíram que houve melhora estatisticamente significativa nos domínios psicológico e os relacionados ao meio ambiente, segundo o WHOQOL-bref.

Entre os benefícios da utilização da arteterapia, o estudo<sup>13</sup> apresentou um aumento significativo do bem-estar atual e habitual entre a pessoa idosa, relatado a partir das narrativas dos participantes quanto uma melhor aceitação do ambiente, aumento da autoestima e motivação para o trabalho. Também, foi observado, em dois estudos<sup>14,15</sup>, a redução da frequência e/ou intensidade dos sintomas depressivos e da ansiedade, melhora do autoconhecimento e do resgate da autoestima e da autoconfiança na pessoa idosa.

Desta forma, foi possível observar os benefícios da arteterapia para a promoção do bem-estar das pessoas idosas, uma vez que a ela propicia mudanças nos campos afetivo, interpessoal e relacional; apresentando melhora do equilíbrio emocional<sup>26</sup>.

A arteterapia contribui para melhorar a compreensão das emoções e sentimentos vivenciados diante dos desafios da vida. Essa afirmação foi evidenciada nos resultados dos estudos<sup>13-16</sup> através das narrativas dos participantes que ressaltaram uma melhora na sua autoestima, nas suas relações interpessoais e na sua maneira de enxergar a vida. Resultando, assim, em uma sensação de bem-estar geral.

Os estudos<sup>13-16</sup> revelaram que, através da utilização da arteterapia, os participantes vivenciaram suas dificuldades, seus conflitos, seus medos e suas angústias com menos sofrimento, o que influencia na melhoria de sua qualidade de vida.

Através das expressões artísticas, foi evidenciado o poder do autoconhecimento que a arteterapia proporciona à pessoa idosa<sup>13,15,16</sup>. Valladares<sup>27</sup> ressalta que a arteterapia é um processo terapêutico que visa resgatar a sua integralidade da pessoa idosa, através de processos de autoconhecimento e de transformação. É através do processo de criação que a pessoa idosa pode ampliar o conhecimento de si e dos outros, aumentar a sua autoestima e lidar melhor com as alterações do processo do envelhecimento<sup>28</sup>.

Sendo assim os processos criativos constituem um caminho revelador e inspirador, que favorecem a pessoa idosa entrar em contato com suas possibilidades de acreditar, desafiar, reconstruir, criar e expressar emoções, sentimentos e histórias de vidas.

Os resultados dos estudos<sup>15,16</sup> revelaram a melhora nas relações interpessoais e familiares das pessoas idosa, prevenindo o isolamento social. Na velhice é comum a perda do papel social, que acarreta sentimentos de incapacidade e isolamento para a pessoa idosa. As vivências grupais, por meio das expressões artísticas, ajudam a pessoa idosa no senso de pertencimento e aceitação da sua própria história.

A arteterapia é uma ferramenta que proporciona a valorização da singularidade do sujeito, pois permite que a pessoa idosa percorra um caminho de expressão, comunicação e síntese da sua experiência pessoal. Ao representar os conteúdos conscientes e inconscientes, a expressão artística contribui para integrar os aspectos afetivos e cognitivos da saúde e da doença, sendo benéfica na ampliação da compreensão do eu e, desta maneira, melhora a qualidade de vida da pessoa idosa<sup>29</sup>.

A limitação deste estudo, apresenta-se no fato de poucos estudos publicados em revistas indexadas com a temática da arteterapia na qualidade de vida da população idosa, o que justifica uma amostra final pequena. Dessa forma, sugere-se que próximas investigações sejam feitas sobre os benefícios da arteterapia na promoção da qualidade de vida da pessoa idosa.

## CONCLUSÃO

Ao analisar as publicações encontradas nas bases de dados sobre arteterapia para a promoção da qualidade de vida da pessoa idosa, foi verificado um pequeno número de estudos, o que mostra a necessidade de se explorar a temática, uma vez que foram evidenciados benefícios da arteterapia na população idosa.

As intervenções, por meio da arteterapia, revelaram o desdobramento dos processos intrapsíquicos presentes na pessoa idosa e demonstraram que sua utilização favoreceu a aceitação das mudanças ocorridas pelo processo de envelhecimento, contribuindo para o bem-estar e qualidade de vida.

Pode-se afirmar que os recursos expressivos empregados: pintura, desenho, recorte-colagem, modelagem, tecelagem, imaginação ativa, contos, mitos, consciência corporal, dramatização, escrita criativa, expressão corporal, música e artes cênicas, constituíram uma maneira pela qual as pessoas idosas tiveram condições de se expressar, falar de seus sentimentos e da maneira que vivenciam e percebem o mundo na forma imagética. Isso desenvolve momentos de profundas reflexões



que, muitas vezes, só vão ser percebidos quando o terapeuta solicita que o mesmo fale sobre a imagem criada. Nesse momento, atinge o nível consciente e começa a transformação, pois a pessoa idosa vai se apropriando dos seus próprios conteúdos internos, conhecendo a si mesmo e se tornando um sujeito ativo no processo arteterapêutico.

Portanto, é necessário ampliar os estudos na referida temática uma vez que são intervenções lúdicas, recreativas e que levam a momentos de catarse para uma recriação do sujeito e uma melhor qualidade de vida.

Editado por: Ana Carolina Lima Cavaletti

9 de 10

## REFERÊNCIAS

- Cortez ACL, Silva CRL, Silva RCL, Dantas EM. Aspectos gerais sobre a transição demográfica e epidemiológica da população brasileira. *Enferm Bras*. 2019;18(5):700-9.
- Matos FS, Jesus CS, Carneiro JAO, Coqueiro RS, Fernandes MH, Brito TA. Redução da capacidade funcional de idosos residentes em comunidade: estudo longitudinal. *Ciênc Saúde Colet*. 2018;23(10):3393-3401.
- Organização Mundial de Saúde. Envelhecimento Ativo: uma política de saúde. [Sem Local]: OPAS; 2005.
- Viana DA, Martins LC, Gonçalves AM. Educação em Saúde como estratégia para promoção do envelhecimento saudável: Revisão Integrativa de Literatura. *J Ciênc Biomed Saúde*. 2016;1(3):50-8.
- Fonseca S, Amante MJ, Araújo L, Morgado M, Nunes T. Impacto de um programa de estimulação cognitiva em pessoas idosas a residir na comunidade vs. institucionalizadas. *Actas Gerontol*. 2016;2(1):1-9.
- Macebo LA. Oficinas Criativas: a arte como ponte entre o ser humano e a vida. In: *Anais do 3º Congresso Internacional uma Nova Pedagogia para a Sociedade Futura*. 21 e 22 setembro 2018; Recanto Maestro- RS. Recanto Maestro: Fundação Antonio Meneghetti. p.142-9.
- Tavares JR, Prestes VR. Arteterapia como estratégia psicológica para saúde mental. *Rev Iniciação Cient Unifamma*. 2018;3(1):1-17.
- Garcia-Pardo RS, Baeza C, Escobedo PS. Expresiones artísticas y creatividad en personas de la tercera edad. *Rev Ling Artes*. 2020;1(1):80-92.
- Mendes KS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto Enferm*. 2008;17(4):758-64.
- Critical Appraisal Skills Programme (CASP). The University of Kent. *Critical Appraisal of the Journal Literature* [Internet]. England: Public Health Resource Unit; 2006 [acesso em 10 out. 2019 out. 10]. Disponível em: <http://www.biomedcentral.com/content/supplementary/2046-4053-3-139-S8.pdf>
- Ursi ES, Galvão CM. Perioperative prevention of skin injury: an integrative review. *Rev Latinoam Enferm*. 2006;14(1):124-31.
- Stillwell SB, Fineout-Overholt E, Melnyk BM, Williamson KM. Evidence-based practice, step by step: searching for the evidence. *Am J Nurs*. 2010;110(5):41-7. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1097/01.NAJ.00000372071.24134.7e>
- Oepen R, Gruber H. An Art Therapy Project day to promote health for clientes from burnout self-help groups- an exploratory study. *Psychother Psychosom Med Psychol*. 2014;64(7):268-74.
- Kim SK. A randomized, controlled study of the effects of art therapy on older Korean-Americans healthy aging. *Arts Psychother*. 2013;40(1):158-64.
- Aguiar AP, Macri R. Promovendo a qualidade de vida dos idosos através da Arteterapia. *Rev Pesqui Cuid Fundam*. 2010; 2(Ed.Supl):710-13. Disponível em: [http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/1102/pdf\\_264](http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/1102/pdf_264)
- Castro PC, Tahara N, Rebelatto JR, Driusso P, Aveiro MC, Oishi J. Influência da universidade aberta da terceira idade (UATI) e do programa de revitalização sobre a qualidade de vida de adultos de meia-idade e idosos. *Rev Bras Fisioter*. 2007;11(6):461-7.
- Silva CAM. Contribuição da Arteterapia para a deficiência física. *Rev Gestão Educ*. 2019;12(12):29-35.
- Loiola RS, Andriola CJS. A Arteterapia como instrumento do psicólogo na clínica. *Rev Psic*. 2017;11(35):18-31.
- Moraes M, Bagatini T, Paranori J, Weined ME. Arteterapia como prática de reinvenção do cuidado de mulheres com fibromialgia: Relato de experiência. *Rev Conhec Online*. 2020;12(3):65-84.
- Araujo RFF. Tecelagem, interculturalidade e saúde: a tessitura nos processos arteterapêuticos [Monografia especialização]. Rio de Janeiro: Pomar/Favi; 2018.

21. Facco SCM, Menezes LP, Dias CAM, Marisco NS, Arboit EL. A Arteterapia no tratamento dos usuários de um centro de Atenção Psicossocial. *Rev Espaço Ciênc Saúde*. 2016;4:45-54.
22. Areias JC. A música, a saúde e o bem estar José Carlos Areias. *Nascer crescer*. 2016;25(1):1-4.
23. Santee KM, Oliveira TS, Santos TR, Lima MRG, Fernandes CNS, Pilger C. O uso da música nos serviços de saúde: uma revisão integrativa. *J Nurs Health*. 2019;9(2):1-15.
24. Assunção MA, Macedo ML, Santana WV, Osório NB, Silva Neto LSS. Arteterapia com velhos: o papel terapêutico da arte. *Rev Capim Dourado*. 2020;3(1):66-75.
25. Philippini A. Em-formar para In-formar e Transformar. In: *Para entender a Arteterapia: cartografias da coragem*. 5ª ed. Rio de Janeiro: Wak; 2013.
26. Willrich JQ, Portela DL, Cassarin R. Atividades de arteterapia na reabilitação de usuários da atenção psicossocial. *Rev Enferm Atenç Saúde*. 2018;7(3):50-62.
27. Valladares ACA. A contribuição da Arteterapia na remissão de sintomas depressivos e ansiosos nas toxicomanias. *Rev Científ Arteterap Cores Vida*. 2017;24(2):36-5.
28. Barros MF, Ferreira LC. A Arte como estratégia de intervenção psicoterapêutica. *Psicol Saúde Debate*. 2016;2(2):1-4.
29. Silva MEB, Torre QSN, Silva TB, Araújo CS, Alves TL. Práticas Integrativas e vivências em arteterapia no atendimento a pacientes oncológicos em hospital terciário. *Rev Portal Saúde Soc*. 2018;3(1):721-31.