

A ARTETERAPIA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DA PESSOA IDOSA: RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Nathália Priscilla Medeiros Costa Diniz¹
Izabel Cristina Santos do Nascimento²
Ildene Silva de Oliveira³
Verbena Santos Araújo⁴
Bianca Nunes Guedes do Amaral Rocha⁵

RESUMO

O presente trabalho busca apresentar o relato de experiência exitosa na promoção e humanização do cuidado, a partir do autocuidado com auxílio das PIC's voltados a pessoa idosa, por meio da Arteterapia com ênfase à importância da arte como expressão dos sentimentos na vida dos idosos por meio da confecção das bonecas Abayomi. Trata-se de um estudo descritivo, desenvolvido na UBS da Vila de Ponta Negra, Natal/RN, oriunda de uma oficina terapêutica de arteterapia realizada pelo projeto de extensão intitulado "PICS na Vila: atenção humanizada para a promoção da saúde e bem-estar do adulto e do idoso", desenvolvido por docentes e discentes da Escola de Saúde da Universidade Federal do Rio Grande do Norte com parceria dos profissionais de saúde atuantes na unidade. Verifica-se que a arteterapia é um importante instrumento no qual os idosos podem expressar suas emoções e recordarem-se da infância, de momentos com familiares e do local em que moravam, enfatizando sua afinidade com a prática devido ao artesanato com as rendas, que também envolvia muita aptidão manual e do quanto estavam felizes por poderem levar para casa um presente para seus netos e netas, bem como lembrança da oficina, influenciando diretamente no bem-estar e saúde integral das pessoas idosas participantes.

Palavras-chave: Práticas Integrativas e Complementares, Arteterapia, Idosos, Bem-estar

¹ Especialista em Saúde Coletiva e Graduanda do Curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, npdiniz23@gmail.com;

² Discente em Gerontologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, izabelcris.sn@gmail.com;

³ Discente em Saúde da Mulher pela Faculdade Metropolitana de Ciência e Tecnologia - FANEC, ildeneoliveira73@gmail.com;

⁴ Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, verbena.bio.enf@hotmail.com;

⁵ Professora Orientadora: Doutora em Saúde Coletiva pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, bianca.guedes@gmail.com.

INTRODUÇÃO

A busca para se chegar alcançar uma velhice ativa e saudável tem se tornado um verdadeiro desafio e um privilégio, contudo a melhoria da qualidade de vida vem aumentando consideravelmente na medida em que se trabalha com atividades voltadas para a atenção e disseminação do envelhecimento ativo. (ARAUJO, 2017).

Muito se tem discutido acerca do crescimento da longevidade da população brasileira, sabe-se que é um fenômeno complexo que vem atingindo diversos países e traz consigo desafios constantes na busca de melhores condições de vida para os idosos. Nesse contexto, percebe-se que as discussões sobre a temática do envelhecimento faz refletir sobre as necessidades de mudanças políticas, sociais, econômicas e a falta de preparo da sociedade para lidar com a assistência de que essas pessoas necessitam (PATROCINIO, 2015).

A criação da Política Nacional de Saúde do Idoso (PNSI) propõe um trabalho baseado em: assegurar direitos sociais, promoção da autonomia, a necessidade de cuidado e auto satisfação, a capacidade física e mental, além da integração e participação do idoso na sociedade favorecendo a ressignificação da vida, o autocuidado e a atenção integral a saúde. O Sistema Único de Saúde – SUS define saúde como um direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para a sua promoção, proteção e recuperação (BRASIL, 1988).

Dessa forma, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) vêm sendo inseridas no Sistema Único de Saúde respaldadas pela Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC) regulamentada pela Portaria Ministerial nº 971 em 03 de maio de 2006, e da Portaria nº849/2017 que amplia a PNPIC; e no âmbito do Estado do Rio Grande do Norte pela Política Estadual de Práticas Integrativas e Complementares (PEPIC) de 2011, aprovada pela Portaria nº 274/GS e pela Política Municipal de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PMPIC) (Portaria nº 137/2016-GS/SMS). Porém, a implementação dessas práticas apresenta-se ainda incipiente, se analisarmos o número de estados e municípios do País que investem no desenvolvimento das PICS. Uma vez que o Estado do Rio Grande do Norte já avançou, comparando-se a outros estados do País, no aspecto referente à regulamentação destas práticas, torna-se importante considerar que deve haver uma ampliação na implementação das mesmas na Rede de Atenção à Saúde, sobretudo, na Atenção Básica, considerado o nível de atenção ideal para o desenvolvimento das PICS.

Em março de 2017, a PNPIC foi ampliada em 14 outras práticas a partir da publicação da Portaria GM/MS nº 849/2017, a saber: arteterapia, ayurveda, biodança, dança circular, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia, quiropraxia, reflexoterapia, reiki, shantala, terapia comunitária integrativa e yoga, nas quais garantem uma maior integralidade e resolutividade da atenção à saúde e estendendo o cuidado a abordagens terapêuticas (BRASIL, 2018).

Neste sentido, a arteterapia é um importantíssimo instrumento. São vários os percursos que podem ser trabalhados no campo arteterapêutico, que, de modo geral, independente da intervenção realizada, das vivências propostas, das oficinas, entre outras modalidades de atendimento, visa trabalhar de modo sensível com o cunho terapêutico das artes visuais. Os conteúdos do inconsciente que se expressam por meio de símbolos, com base na teoria junguiana, encontram terreno fértil a serem explorados a partir dos recursos das artes. Assim, justifica-se a sua pertinência, ao passo que pode estimular o sujeito participante (em grupo ou individualmente) a utilizar técnicas expressivas, que podem ser verbais ou não, no anseio de expressarem espontaneamente seus sentimentos, emoções e atitudes, permitindo que assim possam ser liberadas e trabalhadas (Tommasi, 2005).

Logo, a procura pelas PICS tem aumentado devido ao maior reconhecimento da eficácia terapêutica pelas evidências científicas, e também pela efetividade pragmática verificável pelos beneficiados, apresentando, ainda, baixo custo e praticidade quanto à sua aplicabilidade. Sendo assim, este trabalho tem como maior e presente proposta explanar a experiência com a prática integrativa denominada arteterapia na comunidade da Vila de Ponta Negra, situada no município de Natal/RN para a Promoção da Saúde e Bem-estar da Pessoa Idosa, buscando através desta proposta ampliar o acesso da população adscrita à Unidade Básica de Saúde da Vila de Ponta Negra com faixa etária a partir dos 50 anos de idade para a vivência com a arteterapia, além de viabilizar um campo de prática para os discentes em formação que desejam conhecer e /ou atuar com essas estratégias de cuidado integral e humanizado, estabelecendo uma parceria entre ensino e serviço, já que tal vivência está inserida na proposta terapêutica do projeto intitulado “PICS na Vila: atenção humanizada para a promoção da saúde e bem-estar do adulto e do idoso.”, que é vinculado a Escola de Saúde da Universidade Federal do Rio Grande do Norte com apoio das Pró- reitorias de extensão e pesquisa da instituição.

Sob esta perspectiva, ao inserir as práticas integrativas e complementares na atenção primária à saúde da pessoa idosa, a partir de atividades que visem a melhoria do seu bem-estar

tendo em vista que os mesmos praticam técnicas de relaxamento direcionadas por profissionais qualificados para este cuidado, cria-se um fio condutor de uma prática de cuidado humanizado e voltada as necessidades e anseios frente ao envelhecimento. Incorporar e implementar a PNPIC no SUS, na perspectiva da prevenção de agravos, na promoção e recuperação da saúde com ênfase na atenção básica voltado para o cuidado continuado e integral é sem dúvidas prioritário para estimular as ações e promover o envolvimento responsável e continuado dos usuários da referida unidade de saúde.

Nesse sentido, apresentar uma experiência exitosa que auxilie na promoção e humanização do cuidado, a partir do autocuidado com auxílio das PICS e voltado a pessoa idosa é o objetivo desse trabalho, por meio do qual pôde-se perceber como o idoso e os adultos interagem e são adeptos às atividades dessa natureza.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, desenvolvido na Unidade Básica de Saúde da Família da Vila de Ponta Negra, localizada na cidade de Natal/RN.

Este relato diz respeito a uma experiência exitosa oriunda de uma oficina terapêutica de arteterapia realizada pelo projeto de extensão intitulado “PICS na Vila: atenção humanizada para a promoção da saúde e bem-estar do adulto e do idoso”, desenvolvido por docentes e discentes da Escola de Saúde da Universidade Federal do Rio Grande do Norte com parceria dos profissionais de saúde atuantes na unidade. Os encontros reúnem usuários adscritos à unidade, adultos e principalmente idosos, com periodicidade quinzenal e atuante nas quartas-feiras no turno vespertino, a partir de um cronograma terapêutico diversificado e previamente elaborado no começo de cada semestre letivo, cujos recursos utilizados são as PICS.

A metodologia utilizada para realização da oficina intitulada “Arteterapia: história e confecção de bonecas Abayomi” foi pensada para envolver a participação efetiva dos idosos da comunidade, em sua maioria mulheres a partir dos 50, convidados previamente pelos profissionais de saúde nas consultas e encontros na unidade e pelos agentes comunitários nas visitas domiciliares. As etapas da oficina supracitada foram desenvolvidas através dos seguintes passos:

1. **ORGANIZAÇÃO DO LOCAL:** O ambiente do encontro é preparado para receber as participantes de maneira afetuosa e acolhedora. As cadeiras e mesas são posicionadas em forma de círculo, com o objetivo de proporcionar as idosas uma melhor visualização entre si e orientação da facilitadora, a Educadora Popular Roberta Alves, como também, para facilitar a aprendizagem das técnicas, diálogos e história apresentados, justamente devido aos declínios visuais e auditivos decorrentes do processo natural de envelhecimento.
2. **ACOLHIMENTO INICIAL:** a facilitadora inicia a atividade com as boas-vindas as participantes da oficina e realiza sua breve apresentação, bem como de todos presentes, em seguida explica-se sobre os objetivos e história da prática, para uma melhor integração do grupo.
3. **MOMENTO DE PRÁTICA:** Nesta etapa todos os componentes do projeto envolvidos, assim como colaboradores da UBS e discentes presentes dividem-se junto com as idosas em mesas e cadeiras espalhadas pelo local e recebem da facilitadora diversos retalhos de tecidos e tesouras. Desse modo, dar-se início a confecção das bonecas Abayomi de acordo com o passo a passo explicado e direcionado pela proponente.
4. **ACOLHIMENTO FINAL:** Todas as pessoas presentes mostram as bonecas que confeccionaram e relatam o que acharam da experiência com a oficina sob sua perspectiva de vida e experiência prática com a proposta. Ficando livres para expor seus relatos pessoais, memórias familiares e da infância ou mesmo dialogar com a facilitadora quanto a sugestões ou agradecimento. Por fim, com a devida autorização de todos presentes, são realizadas fotos para registro de todo material artístico produzido para divulgação em redes sociais, na própria unidade, entre os participantes e demais comunidades interessadas.

Logo, a partir da metodologia criada para a execução da referida oficina de arteterapia para a promoção do bem estar entre idosos, é perceptível a importância de trabalhar com a possibilidade de condução de uma experiência que envolve o ato de aprender e partilhar, de escutar a si e aos outros com empatia, de sentir e se expressar por das mais variadas culturas humanas. Assim, a prática proposta e executada na oficina é capaz de conceder autoestima a

pessoa idosa e instigá-la a cuidar de si mesma através de sua experiência, sabedoria e história de vida.

DESENVOLVIMENTO

No Brasil, a arteterapia surge com o trabalho de Nise da Silveira em 1946, que iniciou o uso de técnicas expressivas no tratamento de pacientes psicóticos internados no Hospital do Engenho de Dentro, no Rio de Janeiro, fundando em 1952, o Museu do Inconsciente. Ao pesquisar sobre as imagens desenvolvidas pelos internos, Nise percebeu que ilustravam a teoria psicanalítica de Jung e decidiu manter contato com o autor, a fim de analisar os materiais elaborados. Jung percebeu que as obras retratadas pelos pacientes de Nise da Silveira remetiam a imagens arquetípicas. Nise utilizava a expressão "Emoção do Lidar". Segundo esta percepção, ao conseguir dar forma às emoções por meio de imagens, representações e simbolizações das visões do mundo; objetiva-se e descarregam-se fortes conteúdos emocionais, reestruturando assim o caos interno da mente. (BARRETO e CUNHA, 2009).

Com o passar das décadas, o cenário para práticas cada vez mais integrativas e que resgatavam diversos costumes dos antepassados da raça humana foram sendo registradas e devidamente respaldadas através de políticas de saúde inclusivas e humanizadas. Assim, difundiu-se a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), sendo estas recomendadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e institucionalizadas no Sistema Único de Saúde (SUS), por meio da Portaria GM/MS nº 971, de 03 de maio de 2006. As PNPIC não abordam somente a doença, consideram a dimensão subjetiva dos pacientes e seu contexto social, cultural, espiritual e o uso de práticas complementares nos processos de tratamento, cura, prevenção e promoção da saúde, baseadas em avaliação científica de segurança e eficácia de boa qualidade, chamadas de integrativa (MACHADO, 2015).

Todavia, apenas 11 anos depois do registro e criação da PNPIC é que houve o devido registro e inclusão da arteterapia. Mais precisamente em março de 2017, a PNPIC foi ampliada em 14 outras práticas a partir da publicação da Portaria GM/MS nº 849/2017, a saber: arteterapia, ayurveda, biodança, dança circular, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia, quiropraxia, reflexoterapia, reiki, shantala, terapia comunitária integrativa e yoga, nas quais garantem uma maior integralidade e resolutividade da atenção à saúde e estendendo o cuidado a abordagens terapêuticas (BRASIL, 2018).

Sob esta perspectiva, direcionar a oficina de arteterapia com a confecção das bonecas Abayomi para UBS da Vila de Ponta Negra vislumbrou resgatar o ofício da grande maioria das idosas presentes (rendeiras) e promover um vínculo histórico e cultural, tendo em vista o cunho histórico da temática. Pois, sabe-se que com o objetivo de acalantar seus filhos durante as terríveis viagens a bordo dos tumbeiros – navio de pequeno porte que realizava o transporte de escravos entre África e Brasil – as mães africanas rasgavam retalhos de suas saias e a partir deles criavam pequenas bonecas, feitas de tranças ou nós, que serviam como amuleto de proteção. As bonecas, símbolo de resistência, ficaram conhecidas como Abayomi, termo que significa ‘Encontro precioso’, em Iorubá, uma das maiores etnias do continente africano cuja população habita parte da Nigéria, Benin, Togo e Costa do Marfim. Sem costura alguma (apenas nós ou tranças), as bonecas não possuem demarcação de olho, nariz nem boca, isso para favorecer o reconhecimento das múltiplas etnias africanas. Assim, a partir de todos estes elementos, é possível ter uma dimensão da importância das bonecas Abayomi para história do Brasil e sua relação com o continente africano. Além de serem encantadoras, elas se colocam como elemento de afirmação das raízes da cultura brasileira e também do poder e determinação das mulheres negras. (VIEIRA, 2012)

RESULTADOS E DISCUSSÃO: RELATANDO EXPERIÊNCIA

Aos 10 dias do mês de Abril de 2019, no auditório da Unidade Básica de Saúde da Vila de Ponta Negra, localizada na Rua José Medeiros, s/n - Vila de Ponta Negra, Natal – RN, aproximadamente às 14:30 horas foi realizada a trigésima primeira oficina terapêutica do projeto de extensão, realizado por docentes e discentes da Escola de Saúde da UFRN, intitulado “PICS na Vila: atenção humanizada para a promoção da saúde e bem-estar do adulto e do idoso”, onde estavam presentes 30 pessoas, dentre as quais existiam 15 pessoas idosas do sexo feminino, público-alvo da oficina de arteterapia, os demais envolvidos eram pessoas adultas da própria UBS e outras envolvidas no preparo e desenvolvimento da oficina.

Com a sala devidamente preparada com mesas e cadeiras, as idosas foram acolhidas no recinto pelas docentes coordenadoras do projeto, discentes de cursos da área de saúde da UFRN e profissionais de saúde da UBS e em seguida convidadas a escolherem a mesa que quisessem e se sentar em roda para dar início à atividade proposta para o dia. Assim, a facilitadora convidada e educadora popular Roberta Alves iniciou o momento fazendo uma breve introdução acerca de seu trabalho por todo Rio Grande do Norte e acerca da história e representatividade das bonecas Abayomi para cultura africana que tanto está ligada com o

Brasil. Tal diálogo trouxe a tona um misto de surpresa, atenção e curiosidade por parte das participantes que não conheciam, em sua maioria, acerca da história das bonecas. Motivando-as ainda mais a querer adentrar e de fato participar ativamente da oficina.

Depois, cada mesa – composta por 4 até 5 pessoas – recebeu diversos retalhos de tecidos levados pelos colaboradores do projeto para auxiliar na condução da oficina e tesouras para que, dessa maneira, a facilitadora pudesse iniciar o passo a passo para confecção das bonecas Abayomi, enfatizando a importância do tecido que dar corpo a boneca ser na cor preta em respeito a representatividade, luta, cultura e raça africana. E mais: a facilitadora orientou que para fazer o corpo da boneca são necessárias duas tiras de tecido, uma maior e outra mais curta; onde em cada ponta da tira mais comprida se faz um nó, depois dobra ao meio a tira e se faz um terceiro nó, que dão forma a cabeça e as pernas da boneca. Com a tira menor foram feitos os braços com um nó em cada ponta e então se amarrava a tira mais curta logo abaixo do nó da cabeça.

Vale ressaltar que durante todo este processo, os discentes e demais colaboradores da oficina auxiliavam as idosas quando a dúvidas que surgissem nesse processo de confecção. Todavia, poucas questionavam, tendo em vista que a maioria teve desde cedo à prática com tecidos e costuras devido às atividades como rendeiras. Fator este que as fez recordar e comentar em diversos momentos da infância, da família e dos momentos de trabalho e aprendizado junto ao artesanato local.

Com o passar da oficina, as participantes foram orientadas a utilizar os retalhos de tecido com mais cores e estampas para fazer as roupas, enfeites e adornos de suas bonecas. Momento este que rendeu boas risadas e gargalhadas por parte das idosas, pois umas ficavam espiando como a outra estava enfeitando e vestindo sua boneca, além de mencionarem o quanto seria ótimo fazer esta atividade posteriormente com seus netos e netas em casa para brincar com eles e relembrem da infância através deles.

Após todas as idosas terminarem suas bonecas Abayomi, a facilitadora deu início a uma conversa para que pudessem dizer o que haviam achado da oficina ou mesmo se queriam falar o que tivessem vontade naquele momento. Assim, a grande maioria mencionou que pôde se recordar da infância, de momentos com familiares e do local em que moravam, enfatizando sua afinidade com a prática devido ao artesanato com as rendas, que também envolvia muita aptidão manual e do quanto estavam felizes por poderem levar para casa um presente para seus netos e netas, bem como lembrança da oficina. Ficou nítido a todo o momento o quanto

interagiram, socializaram e de fato participaram ativamente e prazerosamente da arteterapia proposta através da confecção das bonecas Abayomi, como mostram as figuras a seguir.



Figura 1 – Idosas confeccionando suas bonecas Abayomi.



Figura 2 – Resultado da oficina de arteterapia.



Figura 3 – Participantes da oficina de arteterapia.



Figura 4 –Idosa muito feliz mostrando suas Abayomis.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A arteterapia é um procedimento terapêutico milenar que mostra-se eficaz por funcionar como um recurso que busca interligar os universos interno e externo do indivíduo, por meio da sua simbologia. É uma arte livre, conectada a um processo terapêutico, transformando-se numa técnica especial, não meramente artística. É uma forma de usar a arte como uma forma de comunicação entre o profissional e o cliente em saúde, assim como um processo terapêutico individual ou de grupo buscando uma produção artística a favor da saúde integral de cada ser humano.

Diante do relato de experiência exposto, observa-se com total clareza que a arteterapia é uma prática terapêutica importante para a melhoria da qualidade de vida da pessoa idosa, uma vez que o processo de construção da expressão através das artes se mostra como um recurso significativo para uma reconexão do ser humano para com seu interior mais íntimo, com aqueles que estão à sua volta e com o mundo, além de resgatar sua livre expressão e criatividade em sua integralidade através de processos de autoconhecimento e transformação sem, obrigatoriamente, necessitar de conhecimentos prévios e com possibilidade de ser adaptada à dificuldade e ao potencial da pessoa idosa, sendo necessário apenas que as instruções desafiem a mente e retirem-na do conforto. Favorecendo assim, o bem-estar das participantes através da realização da temática proposta, além de resgatar sua memória afetiva e estimular seus processos cognitivos e comportamentais, visto que a arteterapia promove um espaço em que seus sentimentos e pensamentos são, de fato, corporizados, levando ao resgate motivacional, da sensação de serem ativos, funcionais, capazes, produtivos e criativos, atuando diretamente em seu humor e autoestima.

REFERÊNCIAS

ARAUJO, V. S; ROCHA, B. N. G. A. Terapia comunitária integrativa e o envelhecimento: relato de experiência. III Congresso Nacional de Envelhecimento Humano. Curitiba – Paraná, 22 a 24 de novembro de 2018. Disponível em: http://www.editorarealize.com.br/revistas/cneh/trabalhos/TRABALHO_EV114_MD1_SA3_ID643_12102018173319.pdf Acesso em:10.05.2019.

PATROCINIO, W.P. Autocuidado do cuidador e o cuidado de idosos. Revista Kairós Gerontologia, 18(N.o Especial 19), Temático: “Abordagem Multidisciplinar do Cuidado e Velhice”), pp. 99-113. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil:. Jun, 2015. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/26623> Acesso em:10.05.2019.

TOMMASI, S.M.B. Arte-Terapia e Loucura - uma viagem simbólica com pacientes psiquiátricos. Ed. Vetor, 2005.

BARRETO, Eliane; CUNHA, Magda Fátima Grisa. Criatividade não tem idade, arteterapia reinventando o envelhecimento no NATIEX. Revista IGT na Rede, v.6, nº 10, 2009, p. 21 de 28. Disponível em <http://www.igt.psc.br/ojs/> ISSN 1807-2526

MACHADO, A. K. C; TERTULIANO, C. V. M. ALVES, R. M. A; NOGUEIRA, M. I. S. Eficácia das praticas integrativas e complementares na saúde mental da pessoa idosa. I Congresso Internacional de Envelhecimento Humano. 2015. Disponível em: https://editorarealize.com.br/revistas/cieh/trabalhos/TRABALHO_EV075_MD4_SA3_ID2296_23102017021829.pdf

BRASIL, Ministério da Saúde. Praticas Integrativas e Complementares em saúde: Editora do Ministério da Saúde, 2018. Disponível em: <http://portal.arquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2018/marco/12/glossario-tematico.pdf> Acesso em: 10.05.2019.

VIEIRA, Kauê. Bonecas abayomi: símbolo de resistência, tradição e poder feminino. Brasil, 2012. Disponível em: <http://www.afreaka.com.br/notas/bonecas-abayomi-simbolo-de-resistencia-tradicao-e-poder-feminino/>. Acesso em 20/05/19.