

LONGEVIDARTE - ARTETERAPIA COMO ESTÍMULO NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

Tipo de Trabalho: Relato de Experiência Exitosa.

Eixo Temático: Ações de Humanização voltada ao paciente e ao colaborador

Autores: Mauricio Nascimento Costa; Marcia Maria Paschoaleto Mendes; Michele Santos de Assunção

Afiliação: Unidade Básica de Saúde Jardim Maracá, (SP) Brasil; Centro de estudos e pesquisas Doutor João Amorim, Núcleo Técnico Regional São Paulo, Instituto CEJAM "Responsabilidade ambiental".

Descritores: Idoso; terceira idade; arte; artesanato; saúde mental; arteterapia

Introdução: O envelhecimento é um processo natural da vida e, muitas vezes, pode estar associado a perdas e mudanças significativas na vida do idoso, como a diminuição da capacidade física e cognitiva entre outros. Nesse contexto, a arteterapia surge como uma abordagem terapêutica que pode auxiliar o idoso a lidar com essas transformações, possibilitando a expressão de suas emoções, pensamentos e sentimentos de maneira criativa e prazerosa. A partir do trabalho da arteterapia, o idoso pode desenvolver novas habilidades, se sentir mais conectado consigo mesmo e com as pessoas ao seu redor, além de melhorar sua qualidade de vida e bem-estar.

Objetivo: Estimular a cognição melhorando a memória, concentração, autoestima, diminuição do estresse e ansiedade, e levar autonomia para os idosos através das práticas artísticas.

Método: O Projeto LongevidArte é realizado por meio de atividades em grupos, com idosos que são acompanhados pela Unidade Básica de Saúde Jardim Maracá, as atividades são planejadas por meio de etapas para que o trabalho seja bem sucedido e os resultados estipulados sejam alcançados. A princípio é feita uma avaliação de cada usuário compreendendo assim suas necessidades, consequentemente é selecionado as técnicas e materiais que possam abranger todo público e atender os objetivos propostos pelo projeto. Com a execução das sessões atenta-se às reações e emoções dos usuários, oferecendo

suporte e feedbacks construtivos. No final de cada sessão é realizada uma avaliação do processo analisando os avanços e desafios enfrentados pelos pacientes. Por fim, são feitos os registros documentando ao longo do projeto o máximo de informações possível através de relatórios, fotografias e vídeos, ajudando na avaliação e na continuidade do trabalho em sessões seguintes.

Resultados: Os resultados variam de acordo com as características e necessidades de cada indivíduo. O projeto atualmente atende 10 usuários do território, onde a maior parte dos envolvidos vêm desenvolvendo bem o domínio da arte de macramê e castroado. Essa arte além de trazer o estímulo da parte motora, concentração e interatividade nos grupos formados, o macramê leva para os usuários a possibilidade de uma independência financeira, já que a autonomia muita das vezes está associada à falta de alguma renda complementar.



Discussão: O projeto é um exemplo de como a arteterapia pode ser aplicada na prática, por meio de atividades em grupos e uma abordagem cuidadosa e individualizada para cada paciente. Importante destacar que a arteterapia não é uma cura para todos os problemas relacionados ao envelhecimento, mas sim uma ferramenta terapêutica complementar. Outro ponto relevante é a importância da avaliação constante dos resultados obtidos e do progresso dos pacientes, para ajustar as técnicas e atividades utilizadas a fim de garantir a continuidade do trabalho terapêutico. A documentação e registro das atividades também é essencial para uma avaliação mais completa e um acompanhamento adequado do processo.

Conclusão: As realizações de atividades manuais e em grupo, reflete em melhorias na confiança e autonomia da pessoa idosa. Além disso, a arteterapia tem se mostrado uma abordagem útil. Sendo assim, o trabalho realizado com arteterapia apresenta grande

relevância e contribui significativamente para o campo da saúde mental e bem-estar, além de melhorias nos vínculos com os profissionais de saúde.

Referências:

- 1- Secretaria da Saúde. Guia PAVS. / Secretaria da Saúde. Coordenação da Atenção Básica. Programa Ambientes Verdes e Saudáveis. - São Paulo: SMS. 2012. BRASIL, Ministério da Saúde; HumanizaSUS: Política Nacional de Humanização: a humanização como eixo norteador das práticas de atenção e gestão em todas as instâncias do SUS. Brasília: 1ª Ed. 2013, disponível em:20/04/2023.
- 2- Secretaria da Saúde. Coordenação da Atenção Básica. Programa Ambientes Verdes e Saudáveis. - São Paulo: SMS. 2012.
- 3- **Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do Psicólogo – disponível** <https://www.scielo.br/j/pcp/a/5vdgTHLvfkzynKFHnR84jqP/>