

PROJETO “CURARTE”: INTERVENÇÕES ARTÍSTICAS E A PERCEPÇÃO DE SAÚDE MENTAL EM MULHERES COM DOENÇAS CRÔNICAS

CURARTE PROJECT: ARTISTIC INTERVENTIONS ON THE PERCEPTION OF MENTAL HEALTH IN WOMEN WITH CHRONIC ILLNESSES

Andrea Eugenia da Silva Santos, Monique Albuquerque Chaves Santos, Emanuely dos Anjos
M. S. Serrano, Alexandre Galvão da Silva

Universidade Santa Cecília, Faculdade de Psicologia, Curso de Psicologia
E-mail para contato: moniqueacs03@gmail.com

RESUMO – Um dos principais desafios da saúde pública são as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), com maior incidência na população idosa. O envelhecer traz mudanças na rede de apoio, que reduzem o envolvimento em atividades sociais. A presente pesquisa, de caráter qualitativo, objetivou avaliar a influência de intervenções artísticas na percepção da saúde mental de mulheres com DCNT. Foram realizadas oficinas de arte com rodas de conversa, pintura e dança, com a participação de sete mulheres entre 42 e 71 anos. Os encontros ocorreram durante cinco semanas consecutivas. A arte constituiu um recurso significativo para compartilhar narrativas e fortalecer vínculos, influenciando positivamente a autopercepção da saúde mental das participantes.

Palavras-chave: Narrativas; Mulheres; Arte; Doenças Crônicas; Saúde Mental.

ABSTRACT – One of the main challenges in public health is non-communicable chronic diseases (NCDs), which have a higher incidence in the elderly population. Aging brings changes to support networks, reducing involvement in social activities. This qualitative study aimed to evaluate the influence of artistic interventions on the perception of mental health in women with NCDs. Art workshops were conducted, including discussion circles, painting, and dance, with the participation of seven women aged between 42 and 71. The sessions took place over five consecutive weeks. Art proved to be a significant resource for sharing narratives and strengthening bonds, positively influencing the participants' self-perception of mental health.

Keywords: Narratives; Women; Art; Chronic Diseases; Mental Health.

1 INTRODUÇÃO

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) têm se consolidado ao longo das últimas décadas, como um dos principais desafios de saúde pública, não apenas pelo aumento da sua prevalência, mas também pelo impacto social e econômico que acarretam. Impactos na qualidade de vida e na economia, sendo responsáveis por grande parte das mortes e incapacidade no Brasil e no mundo. Assim, observa-se efeitos da mudança demográfica no perfil de doenças da sociedade. (ASBEQUE et al., 2023). O número de casos de DCNT cresce com o aumento da população idosa mundial, a qual nos próximos cinco anos atingirá 1,2 bilhão de indivíduos (Melo et al., 2023). As DCNT, como hipertensão, diabetes, câncer, e problemas respiratórios, são as principais responsáveis por causa de óbito e incapacidade por essas patologias no decorrer dos anos, o número total de pessoas vivendo com DCNT aumentou, sobretudo devido ao envelhecimento da população (OPAS/OMS, 2024).

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), possuem maior incidência na faixa etária de 50 a 69 anos, evidenciando que essas condições são mais comuns em idades mais avançadas (Frade et al., 2021). Segundo Ratiguieri et al. (2023) Conforme as pessoas envelhecem, surgem várias transformações na vida, como falecimento de amigos e entes queridos, afastamento do trabalho, a diminuição da locomoção e problemas de saúde, essas mudanças podem restringir sua capacidade de envolver-se em atividades sociais e interações. A dinâmica social contemporânea evidencia uma transição da chamada “era da individualidade” para a “era da grupalidade”, na qual o esforço individual já não se mostra suficiente para o alcance de objetivos mais amplos. Nesse cenário, a inserção no coletivo torna-se indispensável seja no contexto da comunidade local, seja no âmbito nacional (Osório, 2021).

Em relação aos benefícios da arte para a expressão emocional e promoção do bem-estar, Guerreiro et al. (2022) afirma que a arte pode desempenhar um papel de grande relevância no campo da saúde mental, pois, ao estimular o autoconhecimento e favorecer processos de ressignificação, desperta a dimensão criativa do indivíduo. Nesse sentido a arteterapia é um meio de expressão e de reflexão, assim esse processo beneficia qualquer pessoa, crianças, adolescentes, adultos ou idosos, sejam eles sadios ou enfermos. Podendo ser na modalidade individual ou grupal em consultórios, hospitais, em instituições, expandindo-se até a esfera comunitária. Assim verifica-se a ampla flexibilidade da adaptação da arteterapia aos mais

diversos contextos. Segundo Silveira, (1992 apud, Guerreiro et al. 2022), a arte como recurso terapêutico, pode contribuir para o ajuste dos sentimentos, das sensações e de proporcionar novas formas de ser, estar e de se relacionar com o mundo. A arte também pode ser compreendida não só como uma manifestação humana atrelada à expressão cultural de cada sociedade, mas também da criatividade de cada ser humano, isto é, da potencialidade que cada indivíduo possui de transformar, criar e desenvolver algo singular.

O presente estudo tem como objetivo analisar o impacto de oficinas de arte sobre a saúde mental de mulheres que possuem doenças crônicas não transmissíveis.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Este trabalho consistiu em uma pesquisa de caráter intervencionista com análise quanti qualitativa. A psicanálise foi usada como referencial teórico por possibilitar compreender conteúdos subjetivos e inconscientes presentes nas narrativas das participantes, que emergem durante a produção artística. Freud (1908/2020) destaca que o fantasiar criativo do poeta e do artista permite que desejos e conflitos inconscientes se expressem simbolicamente, possibilitando novas leituras e ressignificações. Kon (2014) complementa, observando que a psicanálise e a atividade artística possuem afinidade, entrelaçando-se ao longo da vida e contribuindo para elaborar e dar novos sentidos às experiências e desequilíbrios da realidade. Assim, a psicanálise fornece um referencial consistente para interpretar os dados qualitativos e compreender os significados emergentes nas oficinas de pintura, rodas de conversa e dança. Durante as intervenções, as participantes autorizaram a gravação em áudio das rodas de conversa e o registro fotográfico do material artístico produzido.

Essa pesquisa obedece aos princípios éticos da resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Pesquisa. O trabalho foi aprovado pelo comitê de ética sob o parecer de número CAAE: 54157821.0.0000.5513.

Participaram desta investigação 7 mulheres na faixa etária entre 42 e 71 anos. O critério para participação desta pesquisa é que sejam mulheres com doenças crônicas. O convite foi realizado pessoalmente no ambulatório (laboratório de fisiologia do exercício e saúde) de atendimento interdisciplinar (Lafes) dentro do poliesportivo da Unisanta, e por meio de redes sociais das pesquisadoras com os seguintes dizeres: “título: projeto CurArte. Convidando

mulheres entre 35 e 80 anos com diagnóstico de doenças crônicas não transmissíveis, para participar de uma pesquisa de intervenção através de rodas de conversas, danças e pinturas”.

As mulheres consentiram a sua participação na pesquisa por meio da assinatura do Termo de Consentimento de Livre e Esclarecido.

Foram realizados 5 encontros em um período total de 5 semanas (1 encontro semanal), com duração de cerca de uma hora e meia. Nestes encontros foram realizadas rodas de conversa, oficinas de pintura livres e dança. A intervenção teve início em 12 de maio e encerrou-se em 9 de junho de 2025, ocorreu na universidade Santa Cecília, numa sala de aula no horário das 10h. Os materiais utilizados ao longo dos encontros foram: folhas de aquarela 300g/m, telas de pintura, lápis grafite, borrachas, lápis de cor, canetas posca, esponja, água, copos descartáveis, pratos descartáveis, papel toalha, tesoura, cadeiras, cavalete de pintura, mesa de apoio e caixa de som para reprodução de música ambiente durante as atividades.

A pesquisa foi delineada a partir de uma análise qualitativa fundamentada no referencial teórico da psicanálise, entendida como ferramenta para acessar conteúdos inconscientes manifestados nas falas, nas produções artísticas e nas interações grupais. À luz das contribuições de Freud, Osório e Zimmerman.

Foram considerados como materiais de análise: a entrevista coletiva no último encontro; os registros das rodas de conversa e as respostas das perguntas abertas a cada encontro.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o objetivo de garantir a confidencialidade e respeitar a ética da pesquisa, as mulheres serão denominadas por nomes: M1, M2, M3, M4, M5, M6 e M7. O grupo configurou-se como homogêneo pelo critério da presença de doenças crônicas não transmissíveis. Conforme Osório (2021), um grupo pode ser considerado homogêneo em determinados aspectos, de acordo com os objetivos a que se destina, como faixa etária e condições de saúde semelhantes.

Os resultados foram organizados de acordo com cada encontro demonstrando o que foi desenvolvido e coletado.

O primeiro encontro consistiu em um reconhecimento do grupo a partir da aplicação de uma anamnese e uma conversa mediada a partir de uma poesia de Cora Coralina como facilitadora para que as participantes pudessem expressar sobre suas vivências. Após a intervenção foi colocado como questão aberta: "A poesia declamada no encontro trouxe alguma relação, ou memória afetiva sobre sua vida? Se sim, por qual motivo?". A partir da produção artística inspirada na poesia *Da vida, sou feita de retalhos*, de Cora Coralina, emergiu conversas entre as participantes, neste momento de conversa constituiu-se em um 'continente grupal', entendido como uma função que integra a geografia do psiquismo de cada participante e favorece a criação de laços afetivos. Partimos da ideia de que o indivíduo não subsiste psicologicamente sem ter sido acolhido e reconhecido pelas demais pessoas do grupo de convívio (ZIMERMAN, 2000) M3 relatou: "*eu chorei, emoção, senti raiva, mas gostei de colocar as coisas para fora*". Já M2 acrescentou: "*muitas lembranças, emoções! Mas também alegrias pelo contato com as outras participantes*". As narrativas demonstram que a atividade promoveu expressão de memórias, fortalecimento da autoestima e criação de vínculos. Zimmerman, (2000) afirma que todo ser humano é inevitavelmente vinculado a objetos, seja no plano intra, inter ou transpessoal, e necessita vitalmente do reconhecimento dessas pessoas para a manutenção de sua autoestima. Sendo impossível desenvolver uma relação humana sem que não tenha algum tipo de reconhecimento recíproco.

Por fim, observou-se que a arte, além de facilitar a expressão emocional, proporcionou bem-estar psicológico.

No segundo encontro, a intervenção proposta foi a elaboração de um autorretrato com base e elementos da obra "Self-Portrait" de Pablo Picasso. Após a intervenção foi colocado como questão aberta: "*Para você, como foi realizar a pintura (Autorretrato)?*".

O grupo abordou temas como a sobrecarga diária doméstica, profissional e luto. Algumas participantes choraram ao compartilharem suas dores, especialmente relacionadas às perdas de entes queridos, como filhos, pais e irmãos. Observamos a emergência de um sentimento de identidade coesa e harmônica. Para Freud (1921), a identificação é a forma mais primitiva de ligação afetiva a um objeto; quanto mais significativo e compartilhado o objeto, maior a probabilidade de sucesso da identificação. Trata-se de um processo ativo do ego, em

que o indivíduo se torna, em certo sentido, idêntico a outro. No que se refere ao luto, Freud (1917/1992) afirma que o luto altera a libido, que antes estava direcionada ao objeto de amor. Ocorre, então, um processo de simbolização e formulação da morte, permitindo que a libido siga uma nova trajetória. Desse modo, o indivíduo transfere o significado do objeto perdido e volta-se para outro objeto de amor. Segundo Zimmerman (2000), a elaboração em grupo vai além de simplesmente falar sobre sentimentos, envolve a transformação de experiências em insights, compreensão e mudanças comportamentais. Nesse sentido, observamos uma possível elaboração nos relatos das participantes, uma vez que, embora ainda estejam em luto, conseguiram expressar e compartilhar suas dores, utilizando o grupo como espaço de acolhimento e processamento emocional, podemos ver nas narrativas das participantes; M1 descreveu: *“Experiência muito boa. Falar de si próprio e ouvir o próximo são trocas positivas que refletem tanto aspectos físicos como emocionais. Nos colocar no lugar do próximo nos faz pessoas melhores e mais gratas pela vida. Por isso, a minha palavra é gratidão.* Nesse sentido, compreende-se que as participantes recorreram à arte e à roda de conversa para elaborar questões em comum. Para Freud (1905/2016), a sublimação consiste na capacidade de direcionar a energia pulsional para fins socialmente valorizados, como a criação artística.

O terceiro encontro teve como tema “Autoestima e percepção”. A oficina de dança foi conduzida por uma Terapeuta Ocupacional, contratada para ministrar a atividade. Após a intervenção foi colocado como questão aberta: *“Descreva sua percepção e sensação no momento em que dançava?”*.

Foi observado que as mulheres não apresentaram resistência com as propostas da terapeuta. De acordo com Schoop e Mitchell (1979), a Dança Movimento Terapia, destacam que a exploração do movimento possibilita à pessoa tanto vivenciar seus sentimentos quanto expressá-los de modo que os outros possam perceber e responder a essa comunicação. Corroborando com o pensamento de Brito, Germano e Bomfim (2022), a dança é equivalente a um sistema simbólico particular, diferentemente da linguagem verbal, possibilitando expressar a experiência humana. Contudo, em certos momentos, não é suficiente às pessoas apenas manifestarem suas vivências de forma alternativa. Da mesma forma necessitam ser compreendidas: comunicar-se, serem percebidas, acolhidas e reconhecidas pelo grupo. Sendo observadas nas narrativas das participantes; M7 *“A experiência de dançar em grupo foi ótima.*

Carreguei por muitos anos muito peso e as perdas e a atividade me ajudou com isso. Música toca na gente, vai lá no fundo. Não senti nenhuma dor física, mesmo com o joelho operado. Uma emoção boa” da mesma forma, M1 fala que *“A experiência foi maravilhosa. Fiquei muito leve, tanto fisicamente como emocionalmente. A dança sempre me traz bem-estar. Já M2 afirma: “Maravilhoso! Muita emoção\relaxamento, alegria!!! Gratidão! Cheguei muito tensa, nervosa, saí do encontro muito bem, me sentindo leve! Muito obrigada!”*

No quarto encontro, foi proposto para as participantes que realizassem uma pintura coletiva. Foi colocado como questão aberta: *“Descreva qual foi a sua percepção e sensação ao realizar a pintura coletiva”*.

Na pintura coletiva, cada participante deixou sua "marca" através da digital na construção de uma árvore, Freud (1996) destaca que as manifestações artísticas e simbólicas representam formas de expressão do inconsciente, pois permitem que desejos, afetos e memórias recalcadas encontrem um meio de se manifestar. Nesse sentido, a pintura coletiva funcionou como uma via simbólica de elaboração emocional. As narrativas evidenciaram a importância do grupo como espaço de troca, escuta e identificação. M1 por exemplo, destacou que a conversa em grupo lhe trouxe emoções de vivências passadas e a fez refletir sobre quem é no presente, além de se reconhecer nos relatos das companheiras. M7 relatou *“Foi bom, nunca tinha falado desses problemas, consegui me abrir e me expressar”*. Esse fenômeno remete ao conceito de transferência, em que o sujeito projeta nos outros elementos de sua própria história, vivenciando novamente afetos antigos em novos vínculos (FREUD, 2010).

M2 afirmou que ao escutar os relatos das outras mulheres a fez perceber que todas passaram por sofrimentos, reconhecendo no outro experiências semelhantes às suas, o que reforça a noção de identificação, mecanismo psíquico que Freud (2011) compreendia como fundamental na constituição do eu. Outro aspecto visível foi o fenômeno catarse observada na fala de M3 que chegou ao encontro muito abatida, mas sentiu alívio à medida que falava e se expressava. De forma semelhante, M7 relatou: nunca ter falado de certos problemas, mas conseguiu se abrir e se expressar, o que mostra como a arte e a fala em grupo funcionaram como instrumentos de elaboração simbólica. Para Freud (1996), a catarse ocorre quando emoções

reprimidas ou guardadas encontram um canal de descarga, ou seja, um meio de se expressar, promovendo sensação de alívio e reorganização interna.

Essa atividade também ativou dimensões ligadas ao princípio do prazer, como quando M3 relata *ter se sentido como criança durante a pintura, vivenciando a experiência como uma brincadeira*. Freud (2010) descreve que o ser humano busca constantemente reduzir tensões e alcançar prazer, algumas atividades (como a pintura, a dança, o canto...) permitem essa descarga de energia psíquica de forma lúdica e simbólica. O retorno à infância está relacionado ao funcionamento do inconsciente, que se expressa em imagens e vivências simbólicas.

O quinto encontro serviu como fechamento, o grupo compartilhou sobre como foi participar do projeto “CurARte”. As narrativas demonstram que nos momentos das intervenções foi possível *“colocar para fora o que estava sentindo”*, outra participante corroborou com a afirmação quando relata que as oficinas permitiram *“esquecer o mundo lá fora”*. Essas falas ilustram o que Baptista (2001) chama de *“paixão-pesquisa”*: um processo em que emoção e subjetividade não podem ser dissociadas da experiência comunicativa. A pintura, por exemplo, não foi apenas uma atividade estética, mas um recurso para traduzir dores, memórias e afetos que dificilmente seriam captados em uma escala numérica.

Ao serem convidadas a se definir em uma palavra, surgiram termos como *“felicidade”*, *“leveza”*, *“gratidão”* e *“transbordado”*. Mais do que indicadores de bem-estar, essas palavras condensam vivências complexas que cada uma trazia consigo. Uma das mulheres compartilhou que *“sua vida sempre foi feita de obstáculos, mas também de muita fé e superação”*; outra relatou a *dureza de ter sido considerada “forte” desde cedo, mas que, com o tempo, aprendeu a se permitir chorar e mostrar vulnerabilidade*.

Em vários momentos, memórias dolorosas emergiram espontaneamente. As narrativas confirmam a ideia de Gallert et al. (2011) de que a subjetividade é sempre histórica e relacional, constituída pelas experiências vividas e pelos vínculos estabelecidos ao longo da vida. A arte, nesse contexto, funcionou como disparadora de recordações e como possibilidade de resignificação.

4 CONCLUSÃO

Sendo assim conclui-se que as oficinas de arte influenciaram a autopercepção da saúde mental das mulheres, que ao narrarem suas histórias, elas transformaram a própria experiência em objeto de reflexão, ressignificando dores e encontrando novas formas de se perceber.

5 REFERÊNCIAS

AMARANTE, P; NUNES, M. A reforma psiquiátrica no SUS e a luta por uma sociedade sem manicômios. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 23, n. 6, p. 2067-2074, jun. 2018.

ASBEQUE, A. O impacto nos cofres públicos com doenças crônicas não transmissíveis: revisão integrativa. *Estudos e Escrita Científica Multidisciplinar em Ciências da Saúde*, v. 1, p. 151-159, 2023.

BRITO, R; GERMANO, I; BOMFIM, Z. “Quem Dança Seus Males Espanta”: Processos Terapêuticos em Práticas Grupais de Dança e Movimento = Dancing Wards Off Worries: Therapeutic Processes in Dance and Movement Group Practices. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, Rio de Janeiro, v. 22, n. 2, p. 811–831, 2022.

FRADE, M. C. M., et al. (2021). Perfil sociodemográfico e qualidade de vida de mulheres com doenças cardiovasculares e respiratórias: Estudo de base populacional. *Revista Fisioterapia e Pesquisa*, 28(2),

FREUD, S. O poeta e o fantasiar. In: FREUD, Sigmund. *Arte, literatura e os artistas*. Tradução de Ernani Chaves. Belo Horizonte: Autêntica, 2020. ISBN 9788582176030.

FREUD, S. (1913) Sobre o início do tratamento. Edição Standard Brasileira das Obras Completas de Sigmund Freud, vol.XII Pag. (160-173). Rio de Janeiro: Imago

FREUD, S. Psicologia das massas e análise do eu. Tradução de Paulo César de Souza. In: FREUD, Sigmund. Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud. Rio de Janeiro: Imago, 2011. v. 15.

FREUD, S. (1992). Luto e melancolia. In M. Carone (trad.). *Novos estudos*, 32. (Publicado em 1917).

FREUD, S. Três ensaios sobre a teoria da sexualidade (1905). Tradução de Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2016.

FREUD, S. Além do princípio do prazer. Tradução de Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2010.

FREUD, S. O ego e o id. Tradução de Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2011.

FREUD, S. Arte, literatura e os artistas. Tradução de Ernani Chaves. Belo Horizonte: Autêntica, 2020. ISBN 9788582176030

GOVERNO DO BRASIL. Censo: número de idosos no Brasil cresceu 57,4% em 12 anos. Secretaria de Comunicação Social, 27 out. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/noticias/2023/10/censo-2022-numero-de-idosos-na-populacao-do-pais-cresceu-57-4-em-12-anos>. Acesso em: 14 ago. 2025.

GUERREIRO, C; MEINE, I; VESTENA, Li; SILVEIRA, L; SILVA, M; GUAZINA, F. A arte no contexto de promoção à saúde mental no Brasil. Research, Society and Development, v. 11, n. 4, e27811422106, 2022.

KOBORI, E. Algumas considerações sobre o termo Psicanálise Aplicada e o método psicanalítico na análise da cultura. Revista de Psicologia da UNESP, v. 12, n. 2, p. 73-81, 2013.

MELO, M; SANTANA, Gibson; SILVA, Louryanne; NEVES, Livia; SOUZA, Carlos; RODRIGUES, A. Prevalência de Doenças Crônicas Não Transmissíveis em idosos do Nordeste: uma revisão integrativa. Diversitas Journal, Universidade Estadual de Alagoas, AL, Brasil.

MENDES ROSA, Carlos; RODRIGUES, Luanna; RODRIGUES, Luzineide; DE CARVALHO LEMOS, Raimundo; CAMPOS DE LIMA COSTA, Luara. Roda de conversas com idosos: o diálogo como terapeuta. Capim Dourado: Diálogos em Extensão, [S. l.], v. 3, n. 1, p. 120–132, 2020.

MENDONÇA, Jéssica França et al. A influência das doenças crônicas não transmissíveis na qualidade de vida de mulheres adultas. ARACÊ, v. 6, n. 3, p. 6762-6770, 2024.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. Relatório da OPAS mostra que as DCNTs continuam sendo a principal causa de morte e incapacidade nas Américas. 2024. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/28-6-2024-relatorio-da-opas-mostra-que-dcnts-continuam-sendo-principal-cao-morte-e>. Acesso em: 15 ago. 2025.

OSÓRIO, Luiz Carlos. Grupos: Teorias e Práticas – Acessando a Era da Grupalidade. Porto Alegre: Artesã Editora, 2021.

RATIGUIERI, Gisele Maria; SILVA SOUZA, Eliane de Oliveira da; COSTA, Maria Antonia Ramos; LABEGALINI, Célia Maria Gomes. Roda de conversa como estratégia para aprender e florescer com a pessoa idosa: estudo de caso. Revista Americana de Empreendedorismo e Inovação, Paranavaí, v. 5, n. 2, 2023. DOI: 10.33871/26747170.2023.5.2.8196.

SCHOOP, T.; MITCHELL, P. Reflections and projections: the Schoop approach to dance therapy. In: BERNSTEIN, P. (ed.). Eight theoretical approaches in dance-movement therapy. Dubuque: Kendall/Hunt Publishing Company, 1979. p. 31-49.

ZIMERMAN, David E. Fundamentos básicos das grupoterapias. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2000. 248