

ARTE COMO FERRAMENTA TERAPÊUTICA NO CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA

LIVIA BRANDÃO FIDELIS¹; CAROLINA SCHELLIN MALTZAHN²; CAMILA IRIGONHE RAMOS³

¹Universidade Federal de Pelotas - fidelislivia21@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas-carolina.maltzahn@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – mila85@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A arte está presente na humanidade desde os tempos antigos, sendo utilizada como forma de expressão cultural, subjetiva e simbólica. Com o passar dos séculos, seu valor terapêutico passou a ser reconhecido, especialmente por sua capacidade de promover o equilíbrio emocional, a expressão de sentimentos e o manejo de conflitos internos (CHIANG; REID-VARLEY; FAN, 2019).

Na área da saúde mental, o uso da arte como ferramenta terapêutica tem ganhado espaço, especialmente nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), que priorizam um cuidado em liberdade, centrado na singularidade dos sujeitos.

O CAPS Porto, localizado em Pelotas/RS, abriga o projeto de extensão “Territórios de/em ação: aprendendo e desenvolvendo saúde na/pela rede de atenção psicossocial”, nomeado pelos estudantes participantes do projeto como “CAPSula” que visa aproximar o saber acadêmico das necessidades reais da comunidade. Dentro desse projeto, são desenvolvidas oficinas terapêuticas com recursos como pintura, desenho e dinâmicas criativas, as quais estimulam a imaginação, a expressão e o fortalecimento da subjetividade (MELO; MELLO, 2019).

Atividades artísticas nesse contexto favorecem o resgate da individualidade e contribuem para a autoaceitação, promovendo bem-estar e fortalecimento da saúde mental (WATSON, 2004; WHO, 2018). Diante disso, o presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência de estudantes de Terapia Ocupacional e Psicologia e supervisão docente da coordenadora do projeto na condução de uma atividade artística em grupo no CAPS, refletindo sobre seus impactos terapêuticos e formativos.

2. METODOLOGIA

Este trabalho configura-se como um relato de experiência de abordagem qualitativa, desenvolvido no âmbito do projeto de extensão vinculado ao Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) Porto, localizado em Pelotas/RS. A metodologia adotada possibilita descrever, de forma reflexiva, vivências acadêmicas em contextos de prática, articulando ensino, extensão e cuidado em saúde mental.

A atividade foi realizada com um grupo de oito usuários participantes das oficinas terapêuticas do projeto. Intitulada “*Minha janela para o mundo*”, a proposta consistiu na criação de autorretratos com pintura e colagem sobre uma estrutura corporal semi desenhada, com o objetivo de estimular a autoexpressão e o reconhecimento da identidade por meio de elementos simbólicos.

Como recurso introdutório, foi apresentada a obra “Autorretrato com colar de espinhos e beija-flor” (1940), de Frida Kahlo, artista que utilizava a arte como meio terapêutico para expressar vivências subjetivas. Segundo Levinzon (2009), seus autorretratos revelavam aspectos íntimos de sua trajetória psíquica. A escolha da obra teve um impacto positivo na atividade, ao permitir que os participantes compreendessem, de forma concreta, como emoções, dores e lutas pessoais

podem ser representadas por meio da arte. Frida Kahlo, ao longo de sua trajetória, projetou em suas obras os sentimentos e desafios vivenciados, transformando sua experiência em expressão sensível e potente, o que serviu como inspiração para os usuários durante a construção dos autorretratos.

A oficina foi conduzida por duas estudantes de Terapia Ocupacional e acompanhada por duas alunas de Psicologia e supervisão docente da coordenadora do projeto. A avaliação foi realizada por meio de observação direta, registros em diário de campo e roda de conversa ao final da atividade. A experiência não deve ser vista apenas como um objeto de escrita ou de fala, mas como uma travessia singular, um registro significativo capaz de inspirar reflexões e contribuir para as gerações futuras (LIMA; ANDRADE, 2022).

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

A atividade “Minha janela para o mundo” teve início a partir da primeira visita ao CAPS, quando observamos produções artísticas já existentes e o interesse dos usuários por atividades manuais. A partir disso, escolhemos a artista Frida Kahlo como inspiração, por sua capacidade de expressar sentimentos e realidades por meio da arte, convidando os participantes a realizarem seus próprios autorretratos como forma de representar sua individualidade e subjetividade. A oficina foi realizada no dia 11 de junho, com duração aproximada de duas horas e meia, e contou com a participação de oito usuários, com idades entre 18 e 64 anos. Inicialmente notamos que houve certa resistência, mas, com o apoio das estudantes extensionistas, o grupo foi se sentindo mais à vontade e engajado no processo criativo.

Um aspecto importante da atividade foi a inserção da música no ambiente. Levamos uma caixa de som portátil e deixamos os participantes livres para escolherem as músicas que gostariam de ouvir. A maioria optou por canções culturais do Rio Grande do Sul, o que contribuiu para tornar o clima mais acolhedor e familiar. Essa escolha espontânea gerou momentos de descontração, e alguns usuários chegaram a dançar, o que favoreceu o envolvimento e a leveza da proposta.

Um dos relatos mais marcantes que presenciamos foi o de uma senhora com limitações motoras nas mãos. Apesar da dificuldade, demonstrou grande vontade de participar, embora receosa de "fazer errado". Nesse momento, reforçamos que, na arte, não existe certo ou errado, fundamental para fortalecer a autoconfiança dos usuários. Alguns, inclusive, desejaram produzir mais de uma obra, demonstrando o envolvimento com a proposta.

Ao final da atividade, penduramos todas as produções em uma parede. Foi nesse momento que percebemos o impacto significativo da ação: os usuários observavam suas próprias obras e as dos colegas com um olhar de orgulho, encantamento e pertencimento. Muitos trouxeram elementos simbólicos que dialogavam com a trajetória psíquica de Frida Kahlo, representando seus próprios sentimentos e contextos de vida. Compreendemos, na prática, como uma simples folha de papel pode se tornar um espaço de expressão emocional e valorização da individualidade, gerando efeitos positivos para os usuários e para a comunidade. As Figuras 1 e 2 ilustram o processo da atividade.



FIGURA 1. Processo da Atividade
Fonte: Elaborado pelas autoras (2025)



FIGURA 2. Conclusão da Atividade
Fonte: Elaborado pelas autoras (2025)

Os resultados da atividade permitiram visualizar a relevância da arte como recurso terapêutico, especialmente nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS). Como estudantes de Terapia Ocupacional em formação, foi possível compreendermos, na prática, como recursos expressivos e criativos podem impactar significativamente a vida das pessoas, tanto dos usuários da comunidade quanto a minha, enquanto futura profissional. A participação das estudantes de Terapia Ocupacional evidenciou a escassez de ações contínuas da profissão no CAPS, visto que muitos usuários relataram desconhecimento sobre sua atuação, fato que reforça a necessidade de ampliar sua presença nesses espaços de cuidado em saúde mental.

4. CONSIDERAÇÕES

Os objetivos da atividade foram alcançados, evidenciou-se a individualidade de cada participante, reforçando que são sujeitos únicos, potentes e socialmente relevantes. A arte mostrou-se uma linguagem acessível e significativa, funcionando como ferramenta para expressão, construção de sentido e reconstrução de vínculos. Com a atividade também constatamos que grande parte da comunidade ainda possui pouco acesso à arte e à cultura; muitos usuários desconheciam Frida Kahlo, mas demonstraram interesse, o que reforça a importância de iniciativas que promovam o acesso cultural em territórios vulnerabilizados. Consideramos, portanto, valiosa a inserção futura de projetos desenvolvidos por estudantes extensionistas dos cursos de Artes, Dança e áreas afins, em parceria com o projeto “CAPSula”, para ampliar o contato da comunidade com o universo artístico e fortalecer os vínculos entre universidade e território.

Por fim, a experiência nos proporcionou um aprendizado significativo sobre o papel dos projetos de extensão na formação acadêmica, por meio dessa experiência desenvolvemos uma visão mais crítica e sensível sobre os CAPS e sobre a importância de ações que dialogam diretamente com o cotidiano da comunidade. Em suma evidenciamos a necessidade de ampliar a presença da Terapia Ocupacional nos CAPS, reconhecendo seu potencial terapêutico na reinvenção de vidas e no cuidado em liberdade.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRAZ, Patricia Rodrigues; DA SILVA ALVES, Marcelo; LARIVOIR, Christina Otaviano Pinto. **Significando a arte como recurso terapêutico no cotidiano de usuários de um Centro de Atenção Psicossocial.** Brazilian Journal of Health Review, v. 3, n. 5, p. 15623–15640, 2020.

CHIANG, Mathew; REID-VARLEY, William Bernard; FAN, Xiaoduo. **Creative art therapy for mental illness.** Psychiatry Research, v. 275, p. 129–136, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2019.03.025>.

LEVINZON, Gina Khafif. **Frida Kahlo: a pintura como processo de busca de si mesmo.** Revista Brasileira de Psicanálise, v. 43, n. 2, p. 49–60, 2009.

LIMA, Deyvison; ANDRADE, Antonia Cristiana. **Experiência e escola para Jorge Larrosa.** Problemata: Revista Internacional de Filosofía, v. 13, n. 1, p. 24–42, 2022. MELOS, Clarice; DE MELLO, Magda Medianeira. **Os efeitos da musicoterapia em pacientes psicóticos: uma revisão de literatura.** Revista Perspectiva: Ciência e Saúde, v. 4, n. 2, 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.29327/211045.4.2-8>.

WATSON, Jean. **Enfermagem pós-moderna e futura: um novo paradigma da enfermagem.** 2. ed. Lisboa: Lusodidacta, 2004.

WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. **Guidelines for the management of physical health conditions in adults with severe mental disorders.** Geneva: World Health Organization, 2018. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/275718/9789241550383-eng.pdf>.