

INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR SANT'ANA

**AMANDA STRACK
ELLEN CRISTINA SABU**

A ARTE NO PROCESSO DO ENVELHECIMENTO HUMANO

**PONTA GROSSA
2023**

**AMANDA STRACK
ELLEN CRISTINA SABU**

A ARTE NO PROCESSO DO ENVELHECIMENTO HUMANO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial
para a obtenção do Grau de Bacharel em Psicologia da Instituição de
Ensino Superior Sant'Ana.

Orientadora: Profa. Ms. Milena Raquel Dombrowski

**PONTA GROSSA
2023**

DEDICATÓRIA

Dedicamos este trabalho de conclusão de curso em dupla a todos que nos apoiaram ao longo desta jornada.

Primeiramente, a Deus, por nos permitir este marco e por estar conosco em cada etapa deste TCC. Somos gratas por todas as oportunidades que esta conquista irá nos proporcionar e pelas portas que o Senhor abrirá.

Também queremos dedicar aos nossos familiares, que estiveram sempre ao nosso lado, nos incentivando e compreendendo as nossas ausências. Sem o apoio e compreensão de vocês, não teríamos conseguido concluir essa etapa tão importante de nossas vidas.

Agradecemos também a nossa orientadora, que guiou nossos passos e proporcionou insights valiosos ao longo do desenvolvimento deste TCC. Sua experiência e sabedoria foram fundamentais para a sua conclusão e para o nosso crescimento como profissionais.

Dedicamos esse estudo a população pesquisada – nossos amados idosos; foi exatamente para deixar novas contribuições e aportes para eles que mergulhamos nesse mar de conhecimentos. A eles nosso respeito e dedicação ao rico conhecimento adquirido.

Que este trabalho seja uma pequena contribuição para a área de estudo que escolhemos e que, acima de tudo, possa servir de inspiração e referência para futuros estudantes que buscam desenvolver pesquisas e estudos de qualidade.

Em suma, esta dedicação é uma pequena forma de agradecimento a todos que contribuíram direta ou indiretamente para a realização deste trabalho em dupla. Que os frutos colhidos sejam apenas o começo de uma jornada brilhante em nossas carreiras.

RESUMO - O envelhecimento da população é uma realidade global que traz desafios e oportunidades para diferentes áreas. Tal processo complexo, com o transcorrer dos anos, acarreta uma série de transformações físicas, psicológicas e sociais na vida do idoso, este requer atenção especial, à medida que a saúde, o estilo de vida e as perspectivas dos indivíduos também se modificam. Para delimitar esta pesquisa foi escolhido como público alvo os idosos; visto que essa faixa etária vem apresentando um aumento significativo da longevidade. A metodologia empregada será baseada em revisão bibliográfica de estudos científicos e outras fontes relevantes. O estudo busca promover uma sociedade mais justa, valorizando as discussões sobre o envelhecimento, através da notoriedade da psicologia em relação a um envelhecer saudável. Como objetivo geral, tem-se o fato de analisar a arte como recurso terapêutico no processo do envelhecimento humano, enquanto que como específicos, identificar os fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais que influenciam nesse processo; apresentar a atuação do psicólogo em diferentes áreas do envelhecer; bem como discorrer sobre a atuação no psicólogo nas ILPIs. A literatura utilizada apresentou de forma positiva, a importância da arte e como esta colabora para um envelhecimento saudável e ativo.

PALAVRAS CHAVE: Envelhecimento. Arte. Políticas inclusivas. Qualidade de vida.

ABSTRACT - Population aging is a global reality that brings challenges and opportunities to different areas. Such a complex process, over the years, brings about a series of physical, psychological and social transformations in the lives of elderly people, which requires special attention, as the health, lifestyle and perspectives of individuals also change. To delimit this research, the elderly were chosen as the target audience; as this age group has shown a significant increase in longevity. The methodology used will be based on a bibliographic review of scientific studies and other relevant sources. The study seeks to promote a fairer society, valuing discussions about aging, through the notoriety of psychology in relation to healthy aging. As a general objective, there is the fact of analyzing art as a therapeutic resource in the process of human aging, while as specific, identifying the biological, psychological, social and cultural factors that influence this process; present the psychologist's work in different areas of aging; as well as discuss the role of psychologists in LTCIS. The literature used positively presented the importance of art and how it contributes to healthy and active aging.

KEY WORDS: Aging. Art. Inclusive policies. Quality of life.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	7
1.1.	Objetivo geral.....	8
1.2.	Objetivos específicos.....	8
2	METODOLOGIA.....	8
3	FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	9
3.1	Aspectos do Envelhecimento	9
3.2	Fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais	10
3.2.1.	<i>Fatores Biológicos</i>	10
3.2.2	<i>Fatores Psicológicos</i>	12
3.2.3	<i>Fatores Sociais</i>	13
3.2.4	<i>Fatores Culturais</i>	14
3.3	A Psicologia e o Idoso	15
3.3.1	<i>Contribuições e Desafios</i>	15
3.3.2	<i>O psicólogo na Instituição de Longa Permanência (ILPI).</i>	18
3.4	As alterações psicológicas e o idoso	22
3.5	Contribuições na qualidade de vida do idoso	24

3.6	A arte no processo do envelhecer	25
3.6.1	<i>O que é arteterapia.....</i>	25
3.6.2	<i>A arte na promoção de um envelhecimento saudável</i>	25
3.6.3	<i>Pintura.....</i>	28
3.6.4	<i>Colagem.....</i>	29
3.6.5	<i>Desenho</i>	30
3.6.6	<i>Sucata.....</i>	30
4	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	31
5	REFERÊNCIAS	33

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento da população é uma realidade global que está transformando as estruturas sociais, econômicas e de saúde em todo o mundo. O aumento da expectativa de vida, aliado a mudanças demográficas, como a diminuição da taxa de natalidade e o declínio da mortalidade, resultou em um maior número de idosos em nossa sociedade. Esse fenômeno apresenta desafios e oportunidades para diversas áreas, desde políticas públicas até cuidados de saúde e interações sociais.

Diante desse contexto, surgem questões relevantes sobre como lidar com o envelhecimento da população e promover uma sociedade inclusiva e saudável para esse público. Para promover uma sociedade que valorize e atenda às necessidades dos idosos é fundamental compreender as dimensões sociais e culturais do envelhecimento, de modo a abordar os possíveis desafios de forma abrangente e eficaz, entendendo que este é um fenômeno complexo, influenciado por fatores biológicos, sociais, culturais e políticos, mas principalmente psicológicos.

Pensando nisso, é necessário refletir se os idosos têm tido condições de contemplar todas as suas necessidades, englobando além dos cuidados básicos propriamente ditos, as demandas de afeto, atenção, escuta, pois sentimentos como a solidão e desamparo podem ocasionar um sofrimento psíquico, como a depressão. Dessa forma, é válida a utilização de estratégias que possam preencher o tempo ocioso, contribuindo diretamente para a melhoria do bem-estar desses indivíduos (Fleuri, 2016).

Partindo do pressuposto que os idosos possuem características peculiares e possíveis fragilidades físicas e psicológicas, necessitando de um acompanhamento específico por parte de cuidadores, percebe-se a necessidade de promover atividades dinâmicas, que proporcionem integração, autonomia e qualidade de vida para estes. Neste aspecto, foram delineados os seguintes objetivos para este estudo:

1.1. Objetivo geral

Analisar a arte como recurso terapêutico no processo do envelhecimento humano.

1.2. Objetivos específicos

- A) Identificar os fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais que influenciam nesse processo;
- B) Apresentar a atuação do psicólogo em diferentes áreas do envelhecer;
- C) Discorrer sobre a atuação no psicólogo nas ILPIS.

A relevância social deste estudo reside na necessidade de compreender e abordar o envelhecimento humano de maneira abrangente e sensível, reconhecendo as diversidades culturais, sociais e psicológicas envolvidas nesse processo. A partir dessa compreensão, será possível desenvolver políticas públicas, programas de saúde, intervenções comunitárias e práticas de cuidado mais efetivas e inclusivas para os idosos. Isso contribuirá para uma sociedade mais justa, que valoriza e respeita as experiências e necessidades dos idosos, promovendo o bem-estar e a qualidade de vida desta fase da vida.

2 METODOLOGIA

A metodologia empregada neste trabalho foi baseada em revisão bibliográfica de estudos científicos, livros, artigos e outras fontes relevantes relacionadas ao tema publicados do ano 2002 ao ano de 2023. Foram utilizadas bases de dados especializadas e bibliotecas digitais para selecionar e analisar criticamente as informações pertinentes ao tema.

Uma revisão bibliográfica se trata de uma análise de pesquisas já existentes, visando à contribuição de demais autores. De acordo com Gil et al. (2002), tal revisão não deve se tratar apenas de referências ou sínteses, mas sim, de uma discussão atual. E por se tratar de uma discussão extensa, é possível aplicar subdivisões, fazendo-se necessário então, dividir este trabalho em subcapítulos.

Este tipo de pesquisa bibliográfica, segundo o mesmo autor, é de suma importância em estudos históricos, pois em muitas situações não existe outra forma possível de conhecer os fatos do passado.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

3.1 Aspectos do Envelhecimento

Atualmente o tema do envelhecimento está cada vez mais atual, dentre as diferentes explicações, existe o fato de que a longevidade e a quantidade de indivíduos idosos têm registrado um crescimento globalmente notável (OMS, 2005). De acordo com os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE (2016), “a partir do ano de 2047, a população deverá parar de crescer, mantendo o processo de envelhecimento populacional, quando os grupos mais velhos ficam em uma proporção maior, comparada aos grupos mais jovens”. Hoje, uma a cada nove pessoas possuem 60 anos ou mais de idade e, até 2050, a estimativa é que haja um idoso a cada cinco pessoas (China et al., 2021).

O envelhecimento humano é um processo que se diferencia como um conjunto de alterações que depende, na sua maior parte, da história de vida, de comportamentos, da adaptação ao meio ambiente e, por fim, de questões genéticas; sendo estas alterações morfológicas, fisiológicas, bioquímicas e psicológicas, aponta China (2021). Para ele, “envelhecer apresenta características individuais e coletivas, em seus aspectos físicos, cognitivos, psicológicos e sociais” (China, 2021, p.3).

Existem diferentes conceitos e teorias que tentam definir o envelhecimento, sendo que a maioria se baseia em estudos dos processos cognitivos, emocionais e sociais que ocorrem ao longo da vida, e tentam explicar sobre diferentes pontos de vista, os fatores e mecanismos envolvidos nesse processo.

A Organização Mundial da Saúde – OMS (2005) tem como base a velhice pela idade cronológica, em que se tem início aos 65 anos nos países desenvolvidos e aos 60 anos nos países em desenvolvimento.

Dardengo e Mafra (2018, p.14), apontam que demais autores entendem que “a velhice é uma experiência subjetiva e cronológica, associada às perdas, decorrentes da trajetória individual, da forma de vida, da genética, de eventos biológicos e psicológicos, sociais e culturais”.

A Teoria do Desenvolvimento Psicossocial de Erik Erikson, explica que ao longo da vida, todas as pessoas passam por diferentes crises psicossociais que precisam ser resolvidas para alcançar um desenvolvimento saudável (Rabello e Passos, 2008). Para os idosos, a crise mais relevante pode ser chamada de ‘integridade versus desespero’. Nessa fase, eles esperam ter uma sensação de satisfação em relação à vida e ao que realizaram, ou podem sentir um sentimento de desespero e arrependimento. A forma como lidam com essa crise pode influenciar diretamente o seu bem-estar e a sua qualidade de vida na velhice (Leite e Silva, 2019).

A partir desta constatação, a velhice substituiu o antigo significado de envelhecimento na maioria das sociedades, um conceito repleto de conotações negativas, e que os idosos modernos não são iguais aos idosos do passado. Embora existam muitas diferenças na velocidade do envelhecimento e no significado da velhice, cada época desenvolve padrões diferentes para dividir o início da velhice (Dias, 2019).

Portanto, o conceito de velhice é um processo complexo e dinâmico, indiretamente ligado ao tempo cronológico de vida e/ou às alterações físicas e psicológicas que as pessoas desenvolvem ao longo de toda a sua existência, e que pode variar conforme cada sociedade, e em cada época da história. Assim, é uma construção social, uma produção histórica, como a infância e a adolescência.

3.2 Fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais

3.2.1. Fatores *Biológicos*

Moraes (2008) aponta que, o envelhecimento biológico é um processo constante, dinâmico e irreversível que torna o corpo mais suscetível a ataques provenientes do exterior e do interior. Ele é multifatorial, dependente da

programação genética e das mudanças em nível celular-molecular. Isso pode levar à diminuição da capacidade funcional das áreas afetadas e sobrecarga dos mecanismos de controle homeostático, afetando a apresentação de doenças, a resposta ao tratamento e as complicações.

Alguns sinais de deficiências funcionais, chamados de senescência, aparecem ao longo da vida, mas geralmente não afetam as relações e a tomada de decisões. Em condições triviais, os idosos não apresentam alterações significativas no funcionamento em comparação com os jovens, a diferença se torna visível quando é necessária a utilização das reservas homeostáticas, que são mais fracas nos idosos. Além disso, o envelhecimento afeta órgãos e sistemas de forma diferenciada, aumentando a variabilidade (Moraes, 2008).

O sistema nervoso central (SNC) é altamente especializado para adquirir e manter informações, no entanto, é incapaz de restaurar mudanças estruturais causadas pelo processo de envelhecimento. O envelhecimento cerebral corriqueiro envolve uma diminuição do volume cerebral a partir da segunda década de vida, acompanhada por mudanças nos neurônios, como a diminuição do RNA citoplasmático, acúmulo de lipofuscina e o desenvolvimento de placas senis. Essas mudanças variam em diferentes regiões cerebrais, sendo o córtex pré-frontal mais sensível às alterações do envelhecimento.

Além disso, ocorrem mudanças nos sistemas de neurotransmissores, como a diminuição das ações dos sistemas dopaminérgicos e colinérgicos, que podem afetar a memória. É importante notar que o declínio da memória pode ocorrer devido à disfunção fisiológica, e não necessariamente à perda de neurônios. O SNC possui mecanismos de adaptação, como redundância, mecanismos compensadores e plasticidade, que podem reduzir o impacto das mudanças do envelhecimento e permitir a formação de novos circuitos sinápticos (De Moraes; De Moraes; Lima; 2010)

As mudanças no envelhecimento fisiológico afetam o cérebro, mas não afetam significativamente as funções cognitivas. De Moares, De Moraes e Lima (2010) continuam apontando que algumas regiões do cérebro são mais sensíveis às alterações, como o lobo frontal. As alterações incluem lentidão no

processamento cognitivo, déficit na atenção, memória de trabalho e na memória prospectiva. As habilidades de memória de longo prazo não são afetadas, mas a análise e comparação de informações podem ser prejudicadas. No entanto, apontam que, essas mudanças não limitam as atividades diárias nem a participação social.

A atenção é afetada no envelhecimento, especialmente na capacidade de dividir a atenção entre vários estímulos. As funções executivas, como resolução de problemas, tendem a declinar gradualmente, enquanto as capacidades cristalizadas permanecem estáveis. A velocidade de processamento de informações diminui com a idade, afetando outras funções cognitivas. A perda da audição natural prejudica a compreensão da fala, mas a experiência cognitiva pode compensar o déficit periférico. O vocabulário e a expressão verbal podem aumentar ao longo da vida, embora a linguagem espontânea possa se tornar menos precisa e mais repetitiva. A capacidade de reconhecer formas, objetos e dimensões permanece, mas as habilidades visuoespaciais e visuoperceptivas podem diminuir em testes complexos (De Moraes; De Moraes; Lima; 2010).

3.2.2 Fatores Psicológicos

O processo de envelhecimento reflete as implicações e os impactos da passagem do tempo no corpo (envelhecimento físico) e na mente (envelhecimento mental). Todas as facetas desempenham um papel fundamental, uma vez que contribuem para a preservação da estabilidade física e mental, essenciais para que o ser humano alcance seu objetivo primordial, que é a busca da felicidade (De Moraes; De Moraes; Lima; 2010).

Ainda de acordo com os autores, o envelhecimento psíquico, também conhecido como amadurecimento, não é um processo naturalmente progressivo com o passar do tempo. Em vez disso, depende do esforço pessoal contínuo na busca do autoconhecimento e do sentido da vida. Para atingir a independência psíquica e a sabedoria, é crucial o autoconhecimento, o estudo da estrutura do psiquismo e a resolução de conflitos cotidianos (De Moraes; De Moraes; Lima; 2010). O amadurecimento é uma conquista individual que se reflete na

modificação dos valores de vida e na aquisição de consciência sobre o propósito da vida.

Com o envelhecimento psíquico, a vulnerabilidade diminui, e a pessoa idosa se torna mais sábia e capaz de aceitar a realidade, mesmo diante da dor ou da perda da independência biológica. De Moraes, De Moraes e Lima (2010, p. 4) alegam que isso acontece porque “seus mecanismos de segurança se tornam mais eficazes na interação com o mundo”. O idoso alcança a liberdade plena e a independência psíquica, compreendendo o sentido da vida e adotando valores cada vez mais elevados e conscientes.

3.2.3 Fatores Sociais

O envelhecimento é vivido de maneira diferente, seja de pessoa a pessoa, de uma geração a outra e por sociedades distintas. Segundo Debert (1994), a velhice começou a ser abordada a partir da segunda metade do século XIX como um estágio da existência marcado por mudanças e pela evolução dos papéis sociais.

Para uma grande maioria da população, envelhecer está associado com o fim de uma etapa, associada a sofrimento, solidão, doença e morte. E esse negativismo, foi construído historicamente pela sociedade.

Jardim, Medeiros e Brito (2019) apontam, através do estudo de demais autores, que a sociedade elabora múltiplas práticas e representações sobre o envelhecer; isto se dá nos diferentes grupos sociais e apresentam variações que ocorrem de acordo com a visão de mundo compartilhada.

Esse processo de envelhecimento humano, é influenciado pela resposta da sociedade ao declínio biológico, afastamento do trabalho, mudança de identidade social, desvalorização da velhice e falta de atividades socioculturais definidas para os idosos. Isso pode levar a um alto nível de estresse devido a expectativas e obrigações formais (Carneiro e Falcone, 2004)

Segundo os mesmos, os papéis sociais desempenham um aspecto importante nas mudanças ao longo da vida, com propriedades positivas e

negativas. Algumas dessas funções estão relacionadas à idade e à hierarquia. A adaptação aos papéis de vida é essencial para lidar com o estresse associado ao envelhecimento e para alcançar a realização das tarefas evolutivas.

É de suma importância para qualquer etapa da vida ter um suporte social que propicie maneiras favoráveis na solução de problemas que possam aparecer. Esse apoio contribui para o crescimento do contentamento pessoal. No caso dos idosos, isso não muda, uma vez que somos seres sociais, e a família representa o fundamento da vida humana, sendo nossa sociedade primordial. O ajustamento social na velhice está estreitamente ligado ao envolvimento social com a família. Esses laços sociais, de acordo com o autor, vão se estendendo no decorrer de nosso desenvolvimento, através de diferentes meios, seja na família, com amigos, vizinhos, relacionamentos amorosos, escola e no trabalho (Carneiro e Falcone, 2004).

No entanto, esses papéis podem ser influenciados por fatores culturais, como a estrutura familiar, as normas de gênero e as expectativas de cuidado. Além do âmbito familiar, os idosos também desempenham papéis significativos na comunidade, e essa participação pode fortalecer os laços sociais, promover a solidariedade intergeracional e contribuir para o desenvolvimento da comunidade (Carneiro e Falcone, 2004).

3.2.4 Fatores Culturais

A cultura exerce um papel fundamental na maneira como os idosos são compreendidos e integrados nas sociedades. As normas culturais estabelecem expectativas e estereótipos sobre o envelhecimento, influenciando a forma como os idosos são vistos e valorizados (Schneider e Irigaray, 2008).

No decurso da história humana é possível notar que para algumas sociedades antigas, os idosos eram valorizados com base na sua experiência, auxiliando os mais jovens em atividades do dia a dia, como também, na transmissão de seus conhecimentos.

Na Grécia o envelhecimento era conhecido pela classe social em que se encontrava. “Se pertencentes à elite, detinham o poder político, econômico e

cultural, sendo reconhecidos como sábios, diferentemente daqueles pertencentes às classes sociais inferiores, que representavam a invalidez, a doença e a morte” (Dardengo e Mafrá, 2018, p.4).

Na China antiga e no Japão, continuam Dardengo e Mafrá (2018), os velhos chineses instituíram um poder centralizado e autoritário, privilegiando essa faixa etária. O idoso era visto como sendo possuidor de um determinado poder sobrenatural, ocupando um lugar de destaque devido à sua longa vida, associando sabedoria e experiência.

Outro autor aponta que os sistemas de valores de uma sociedade podem determinar a importância atribuída aos idosos, bem como as práticas de cuidado e suporte oferecidas a eles. Em algumas culturas, o cuidado intergeracional é altamente valorizado, com os idosos desempenhando papéis significativos na família e na comunidade. Já em outros contextos culturais, os idosos podem enfrentar dificuldades em relação ao cuidado e apoio, devido a mudanças nos valores e nas estruturas familiares (Lima, 2020).

De acordo com Camarano (2020), a diversidade cultural desempenha um papel crucial na compreensão do envelhecimento. Com isso é fundamental reconhecer que as percepções, atitudes e práticas relacionadas aos idosos e que estas, variam significativamente entre as culturas.

Assim, compreender essa diversidade é crucial para desenvolver abordagens de envelhecimento mais sensíveis e adequadas, que considerem as características e necessidades específicas de cada grupo cultural (Montella, 2018).

3.3 A Psicologia e o Idoso

3.3.1 Contribuições e Desafios

O processo de envelhecimento é considerado uma etapa em que o indivíduo passa por transformações importantes relacionadas aos aspectos físicos, psicológicos e sociais. Ribeiro (2015) sublinha a relevância de considerar, portanto, os impactos das experiências vivenciadas ao longo da vida

como influenciadores de resultados positivos ou negativos na velhice. A psicologia desempenha um papel crucial no cuidado de pessoas idosas, uma vez que a idade avançada frequentemente traz consigo uma série de desafios emocionais e psicológicos.

Primeiramente, a psicologia pode contribuir para promover a saúde mental em adultos mais velhos. Questões emocionais como solidão, luto pela perda de entes queridos e depressão são comuns à medida que envelhecemos (Khoury, 2014). Através da terapia individual ou em grupo, profissionais de psicologia podem auxiliar os idosos a enfrentar essas emoções e aprimorar sua qualidade de vida.

Silva (2009) sugere que a psicologia pode desempenhar um papel crucial no diagnóstico e tratamento de condições específicas de saúde mental que afetam idosos, como demência e doença de Alzheimer. Profissionais de saúde mental podem colaborar com médicos e cuidadores para criar planos de tratamento apropriados, incluindo terapia cognitivo-comportamental, intervenção psicossocial e estimulação mental (Lima; De Lima; Ribeiro, 2010).

Além disso, a psicologia pode contribuir para a adaptação à velhice, auxiliando os idosos na gestão de mudanças físicas, como perda de mobilidade ou autonomia, e ajudando-os a encontrar estratégias para se ajustarem a essas mudanças, mantendo sua independência e autoestima.

Adicionalmente, a psicologia pode desempenhar um papel importante na criação de ambientes acolhedores e adequados para os idosos, seja em casa, em ambientes de cuidados de saúde ou em hospitais. Psicólogos podem psicoeducar cuidadores e familiares sobre a importância do apoio emocional e contribuir para a prevenção de abusos e negligência (Lima; De Lima; Ribeiro, 2010).

A psicologia é fundamental no cuidado de idosos, promovendo a saúde mental, diagnosticando e tratando condições específicas de saúde mental, apoiando a adaptação ao envelhecimento e garantindo ambientes adequados e acolhedores (Silva e Figueiredo, 2012). Com o apoio psicológico adequado, os

idosos podem enfrentar os desafios do envelhecimento com maior tranquilidade e melhorar sua qualidade de vida.

No entanto, a disponibilidade e a qualidade dessas políticas na saúde do idoso podem variar muito entre países e comunidades. No cuidado com idosos, questões éticas e desafios podem surgir. Esses desafios podem incluir tomar decisões sobre cuidados médicos, equilibrar autonomia e segurança, preservar a dignidade no cuidado e promover o bem-estar emocional dos idosos. Além disso, a sobrecarga de cuidadores familiares, a falta de recursos adequados e desigualdades sociais podem afetar a qualidade do cuidado oferecido aos idosos (Lima, 2020). Ao explorar questões relacionadas à saúde e ao cuidado de idosos, é essencial considerar a diversidade cultural e as diferentes abordagens de cuidado em diversos contextos.

Compreender as percepções culturais sobre o envelhecimento, as práticas tradicionais de cuidado e as políticas de saúde específicas é crucial para fornecer cuidados adequados, promover a saúde e o bem-estar dos idosos e enfrentar os desafios éticos e sociais relacionados ao cuidado de idosos de maneira eficaz (Kalache, 2019). No contexto da psicologia do desenvolvimento, esses estudos ganharam destaque, embora os idosos nem sempre tenham sido alvos de pesquisa psicológica, especialmente em configurações clínicas. Ferreira e Da Silva Wanderley (2012), enfatizam as dificuldades em relação a essa abordagem clínica e destaca que "as concepções equivocadas de velhice" eram uma barreira. O autor ainda menciona o exemplo de Freud, que inicialmente afirmou que a terapia com idosos seria inviável devido à grande quantidade de material psicológico. No entanto, Freud reconsiderou essa visão posteriormente.

Atualmente, no campo da psicanálise, os profissionais que estudam a prática clínica com idosos têm uma perspectiva diferente sobre a possibilidade de cuidar dessa população. Eles consideram a individualidade, apesar das especificidades dessa fase da vida. Os estereótipos em relação à velhice, como inflexibilidade, fragilidade e incapacidade, começaram a ser desafiados pela psicologia ao incluir discussões sobre aspectos sociais e de saúde. Segundo os

autores, isso incentivou a reconsideração dos conceitos vigentes sobre envelhecimento, para que os profissionais reconheçam como suas atitudes e crenças afetam o cuidado ao público (Freitas e Noronha, 2010).

Gomes, Vasconcelos e Carvalho (2021, p. 3 e 4) indicam que

É preconizado pela American Psychological Association (APA) que o atendimento psicológico prestado aos idosos ofereça respostas adequadas às demandas decorrentes das especificidades do envelhecimento. Sendo assim, é necessário que o profissional busque sempre aperfeiçoar seus conhecimentos sobre as particularidades dessa fase da vida nos âmbitos biológico, psicológico, social e relacional.

No âmbito teórico, a psicologia tem feito contribuições significativas para o desenvolvimento humano, propondo modelos teóricos que valorizam o potencial de todas as fases da vida. As autoras também apontam que outros autores citam os principais modelos teóricos da psicologia que incluem o envelhecimento como parte do ciclo de vida, descrevendo características e situações comuns em pessoas nessa faixa etária (Gomes; Vasconcelos; Carvalho, 2021).

Enquanto representantes da ciência psicológica, é imprescindível considerar os aspectos subjetivos e individuais da pessoa, independentemente de faixa etária, sexo, classe social ou qualquer outro aspecto, a fim de realizar as intervenções terapêuticas adequadas a cada caso em particular, sem fundamentações em estereótipos (Gomes; Vasconcelos; Carvalho, 2021, p.11).

Com isso, há possibilidade de um tratamento personalizado de acordo com as necessidades do indivíduo.

3.3.2 O psicólogo na Instituição de Longa Permanência (ILPI)

Muitas famílias têm optado por confiar o cuidado dos idosos a uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI), considerando-a mais habilitada para essa função. No entanto, mesmo que os familiares não tenham a capacidade de levar seus idosos a uma instituição, é crucial garantir os direitos deles como cidadãos.

Sobral, De Oliveira Guimarães e De Souza (2018, p. 443) ressaltam que:

Com a promulgação da Lei n.º 8.842/94, e sua regulamentação no Decreto n.º 1.948/96, a Constituição assegura, através do Estado, que

os idosos tenham uma velhice assistida, sendo estes encaminhados para uma ILPI, mas com pleno direito à cidadania e dignidade.

Os autores continuam, indicando que ao ingressar em uma ILPI, muitos idosos enfrentam uma nova configuração de vida, na qual sua rotina e Atividades de Vida Diária (AVDs) sofrem mudanças, o que tem impactos emocionais imediatos e aumenta a probabilidade de desenvolver Síndromes Geriátricas¹.

Para eles, institucionalizados enfrentam um novo desafio, ao terem seu direito à liberdade e autonomia retirados, além de se sentirem abandonados pelos filhos e terem sua identidade comprometida, uma vez que se tornam dependentes e submissos às regras da instituição que os acolhe. “Quando uma instituição se limita a ser puramente um local de assistência, o sentimento de isolamento é ainda mais acentuado entre os idosos” (Sobral; De Oliveira Guimarães; De Souza, 2018, p. 448).

O sentimento de abandono que muitos idosos experimentam ao entrar em uma ILPI os torna mais propensos à depressão. O processo de envelhecimento é complexo e requer atenção na área da saúde, pois a institucionalização pode aumentar a probabilidade de o idoso desenvolver síndromes geriátricas. Qualquer alteração ou déficit que leve à perda cognitiva afeta a vida e o bem-estar dos mesmos. Sobral, De Oliveira Guimarães e De Souza (2018) destacam alguns autores que evidenciam fatores que podem influenciar a diminuição cognitiva em idosos institucionalizados em comparação com aqueles que não o são, incluindo baixa escolaridade, falta de atividade física, ausência de interação familiar e isolamento social.

Neste sentido, faz-se necessário salientar que um suporte social é de suma importância para estes indivíduos. Ele é o que fará com que se sintam acolhidos emocional e psicologicamente.

Júnior et al. (2012) demonstra que a institucionalização do idoso pode levá-lo ao isolamento, tornando-o uma pessoa ociosa, com pouca atividade física

¹ As Síndromes Geriátricas se tratam do comprometimento das funções cognitivas em grau variável, sendo reversível ou não.

e perdendo o interesse pelo convívio social, o que pode resultar em sofrimento psicológico. O acompanhamento do idoso deve ser constante e abrangente, analisando a relação que tinha antes da institucionalização e seu comportamento dentro da ILPI. A abordagem biopsicossocial deve ser adotada pelos cuidadores dos idosos institucionalizados durante todo o processo de internação.

Ao ingressar em uma ILPI, o idoso também pode apresentar sintomas de ansiedade, o que preocupa os profissionais das instituições. Esta envolve conflitos psicológicos e sentimentos desagradáveis de tensão, sofrimento e angústia, manifestando-se por meio de sintomas como taquicardia, distúrbios do sono, sudorese, tonturas, problemas gastrointestinais e náuseas. “A ansiedade é uma resposta normal, adaptativa e positiva, servindo como impulso que aumenta os nossos esforços e desempenho”, aponta Júnior et al. (2012, p. 155). Sem deixar de ressaltar que quando excessiva ou irracional, pode empregar um papel inapropriado e disfuncional.

Para promover a saúde e o bem-estar do idoso institucionalizado, o psicólogo deve transmitir a mensagem de que é possível desfrutar da felicidade e manter uma qualidade de vida na velhice. Esse bem-estar também está relacionado à forma como a sociedade e a família percebem o idoso nessa nova condição, de modo que ele não se sinta excluído (Araújo; Silva; Guimarães; 2023).

O trabalho do psicólogo em uma ILPI deve transcender os limites da instituição, uma vez que ele pode atuar nas comunidades, redefinindo a visão da sociedade sobre o envelhecimento, aproximando o idoso da sociedade e vice-versa, como destacado pelos autores.

Araújo, Silva e Guimarães (2023) destacam que o psicólogo também pode atuar como intermediário entre o idoso institucionalizado e sua família, desenvolvendo estratégias para facilitar a interação e fortalecer os laços, evitando que o idoso se sinta abandonado pelos familiares. Através de demais autores, eles apontam que, o papel do psicólogo é focar nas experiências vividas pelo idoso e facilitar a relação com a família, garantindo que o idoso receba atenção e saiba que é amado por sua família e pelas pessoas ao seu redor, o

que contribui para sua saúde física, mental e emocional. “Todos os profissionais que atuam nessas instituições devem ter o cuidado centrado na pessoa idosa” (Araújo; Silva; Guimarães; 2023, p. 20)

A psicologia pode contribuir para o bem-estar dos idosos, capacitando profissionais que trabalham em instituições e oferecendo treinamento para aprimorar as habilidades profissionais relacionadas ao planejamento e avaliação de serviços para aqueles que cuidam de idosos.

Na ILPI, profissionais de psicologia têm a possibilidade de realizar acompanhamento psicoterapêutico tanto individual quanto em grupo com o objetivo de regular as emoções dos idosos. Através dessas sessões, eles podem compreender melhor o processo de envelhecimento e desenvolver habilidades para cuidar tanto de si mesmos quanto dos outros, considerando as limitações impostas pela idade. As intervenções psicoterapêuticas dedicadas aos idosos também têm o potencial de identificar os elementos que contribuem para a depressão neste grupo. (Araújo; Silva; Guimarães; 2023).

De acordo com Stella et al (2002, p. 94) “A intervenção psicoterapêutica, preferencialmente com profissionais especializados em idosos, ajuda a identificar os fatores desencadeadores do processo depressivo”.

Araújo, Silva e Guimarães (2023), apontam em sua obra, demais autores que defendem a importância de abordar de forma abrangente os idosos, incluindo não apenas aspectos motores e físicos, mas também considerando as dimensões cognitivas, emocionais e sociais relacionadas a eles. Ao fazê-lo, é possível alcançar uma melhoria na qualidade de vida.

No que se refere às restrições físicas e cognitivas inerentes ao processo de envelhecimento, é fundamental compreender que as atividades artísticas podem ser ajustadas para garantir a participação de todos. Nesse sentido, Pereira (2022) aponta, através de demais autores, que cabe ao profissional da psicologia desenvolver estratégias capazes de atender às necessidades e interesses desses idosos. Dentro das diversas opções de atividades artísticas disponíveis, a expressão plástica emerge como uma forma de arte que contribui para a manifestação do mundo interior do ser humano, proporcionando aos

participantes a oportunidade de fortalecer memórias e reconstruir sua identidade. A autora continua destacando que, embora as artes visuais não curem doenças, podem significativamente aliviar a dor, proporcionando uma nova perspectiva de vida e promovendo uma abordagem mais positiva e animada.

Uma outra estratégia sugerida no trabalho desses idosos é utilização da música. Este gênero artístico atua diretamente nas esferas cognitivas e límbicas, impactando a evocação da memória e aprimorando a consciência rítmica, enquanto também aborda a emotividade. Com isso, cabe ao profissional, diagnosticar a necessidade específica do idoso, para que, a partir disso poder escolher e/ou adaptar a que melhor se encaixa dentro de cada realidade (Pereira, 2022).

3.4 As alterações psicológicas e o idoso

Dentre as condições relacionadas à saúde do idoso, as síndromes geriátricas acabam interferindo em seu dia a dia e impossibilitando o gerenciamento de sua própria vida. Segundo Júnior et al. (2012), a depressão se destaca entre as síndromes e é uma doença de difícil identificação. Em particular, o diagnóstico da depressão exige analisar todo o contexto da situação do idoso e considerar a sua complexidade. Neste sentido, porque o envelhecimento predispõe as pessoas à depressão, deveria ser central uma visão ampliada e integrada para garantir que as pessoas recebam cuidados profissionais adequados à sua realidade.

Nos casos mais graves, a doença pode causar desde sintomas emocionais, como tristeza e ansiedade, até alterações psicomotoras que levam a problemas de saúde física. É tipicamente caracterizada por humor persistentemente deprimido, apatia, alterações no apetite, ciclo sono-vigília e baixa autoestima, entre outros fatores (Dalgarrondo, 2008).

A depressão em idosos é causada principalmente por sintomas somáticos e pode causar lentidão no pensamento, perda de memória, insônia, instabilidade de humor (irritabilidade excessiva e aspereza emocional) e alta reatividade emocional em situações cotidianas (Gomes; Vasconcelos; Carvalho, 2021)

Entre os fatores que contribuem para a depressão destacados acima estão questões de perdas que ocorrem frequentemente na velhice, como perda de saúde, de autonomia e de entes queridos (Dalgalarondo, 2008).

O envelhecimento, que se caracteriza pela perda de diversas funções e declínio das capacidades motoras e psicológicas, pode levar à disfunção de todo o corpo e à deterioração da saúde se a depressão não for diagnosticada e o tratamento adequado não for iniciado. Sobral, De Oliveira Guimarães e De Souza (2018) analisam o estado de demência como a depressão que piora quando o sujeito enfrenta uma dor insuportável e sugere que um mecanismo de regressão defensivo pode ser induzido no qual o sujeito retorna. Na primeira fase da vida ele se isola, o que faz com que se sinta desintegrado.

O processo de depressão piora a saúde do idoso e pode evoluir negativamente. Com base em pesquisas na área médica, a depressão é cada vez mais reconhecida como fator de risco para futuras demências, afirma. A demência é geralmente uma síndrome crônica e progressiva caracterizada por um declínio da função cognitiva, ou seja, da capacidade de processar pensamentos, de uma intensidade que excede o normal durante o processo de envelhecimento. Isto tornou-se cada vez mais importante como problema de saúde pública porque geralmente é um processo irreversível (Sobral; De Oliveira Guimarães; De Souza, 2018).

A depressão e a demência são as principais síndromes geriátricas enfrentadas durante o processo de envelhecimento. Ambas as síndromes também podem levar ao comprometimento cognitivo em adultos mais velhos. Ainda segundo Sobral, De Oliveira Guimarães e De Souza (2018), o comprometimento cognitivo é caracterizado pela degeneração cerebral, principalmente nas áreas motora e de linguagem, afetando as habilidades motoras e de comunicação.

A validação e a confirmação do comprometimento funcional são importantes porque o comprometimento cognitivo deve ser considerado quando um indivíduo experimenta perda ou retreinamento das atividades da vida diária (AVD).

3.5 Contribuições na qualidade de vida do idoso

A qualidade de vida dos idosos tem sido foco de muitos estudos e pesquisas, cujas discussões abordam os cuidados, atividades e estratégias que estimulam a melhoria da qualidade de vida na velhice.

Para Irigaray e Trentini “o conceito de qualidade de vida na velhice é composto por critérios tanto subjetivos quanto objetivos, sendo influenciado pelos valores do indivíduo e da sociedade em que ele vive” (2009, p. 7).

Os estudos de Silva (2009, p. 2) concebem a qualidade de vida do idoso como sendo o grau de satisfação com a vida nos múltiplos aspectos que a integram: "moradia, transporte, alimentação, lazer, satisfação/realização profissional, vida sexual e amorosa, relacionamento com outras pessoas, liberdade, autonomia e segurança financeira".

O autor continua, apontando que pode-se observar que a qualidade de vida é a soma de fatores biológicos, sociais, ambientais, culturais e psicológicos. Neste sentido, o idoso não pode ser considerado um indivíduo dependente; mas, sujeitos que tem muita vida pela frente, por isso é importante oferecer os cuidados necessários à manutenção de sua vida.

Existem problemas de saúde, psicológicos, econômicos que influenciam na forma de envelhecer. As mudanças que ocorrem com a idade são sentidas de forma própria por cada indivíduo. As adequações ocorrem de modo saudável ou patológico, ou seja, elas dependem das perdas físicas e psicológicas. "Envelhecer é somar todas as experiências da vida, é o resultado de todas as decisões e de todas as escolhas que foram feitas durante o percurso da vida" (Silva, 2009, p. 2).

Assim, a psicologia deve oferecer além do acolhimento, escuta terapêutica, técnicas e recursos adequados, contribuindo no desenvolvimento do idoso em todos seus aspectos, físico, cognitivo, social e emocional. Neste trabalho, a arte se destaca como uma forma abrangente e eficaz na promoção de uma melhor qualidade de vida do envelhecimento humano.

3.6 A arte no processo do envelhecer

3.6.1 O que é arteterapia

A terapia através da arte (arteterapia), é caracterizada como um procedimento terapêutico que emprega a arte como meio de expressão para promover o autoconhecimento e a manifestação de conflitos e emoções internas. Jardim et al. (2020) aponta que, trata-se de uma abordagem terapêutica que incorpora conhecimentos de diversas áreas, configurando-se como uma prática interdisciplinar destinada a resgatar a integralidade da pessoa por meio de processos de autoconhecimento e transformação.

As representações visuais geradas no âmbito do procedimento expressivo na arteterapia são reflexos internos e expressões individuais. Elas possibilitam que o indivíduo se manifeste à sua maneira, conferindo um novo significado à sua própria existência. Pode-se afirmar que a arteterapia, ao lidar com processos expressivos, representa um caminho revelador e inspirador. Este percurso terapêutico auxilia o indivíduo a acreditar, desafiar, reconstruir, criar e expressar emoções e sentimentos que, frequentemente, encontram-se reprimidos na pessoa idosa (Jardim et al., 2020).

Ciornai (2004) complementa, explorando as possibilidades de autodescoberta, expressão emocional e fortalecimento da identidade por meio da criação artística. Ela continua, trazendo a ideia de que “a atividade artística serve muitas vezes como recurso intermediário para trabalhar a relação terapêutica”, e destaca ainda, a importância da criatividade e do contato.

3.6.2 A arte na promoção de um envelhecimento saudável

As reflexões sobre o processo de envelhecimento enfatizam a compreensão das relações entre diferentes domínios do conhecimento, uma vez que os idosos conseguem realizar algumas das atividades que os mais jovens realizam, mas em ritmo mais lento. Nesse sentido, as atividades físicas e

artísticas destacam-se pela capacidade de contribuir para a preservação das estruturas orgânicas e para o bem-estar físico, mental e social quando conduzidas de forma adequada e com respeito (Del Duca et al., 2011).

Com base neste entendimento, os investigadores desenvolveram novas ideias sobre o trabalho com pessoas idosas no campo social e cultural; de acordo com Silva (2009) não apenas como agentes de mudança, mas acima de tudo para desenvolver ferramentas para enriquecer e formar pessoas idosas e para promover o seu tratamento com dignidade e saúde.

Nos primórdios, o homem precisou aprender seu ofício de alguma forma. E da mesma forma ele ensina aos outros o que aprendeu. Assim, ensinar e aprender as artes de acordo com as normas e valores estabelecidos em cada ambiente cultural é uma parte do conhecimento sempre relevante para a criação das artes (Neves, 2015).

Neves (2015) aponta que, desde o nascimento da humanidade, as paredes das cavernas contam histórias que retratam cenas inteiras. As pinturas pré-históricas transmitem conhecimento e cultura através de gerações através de histórias. Para ela, as artes permitem que as pessoas se expressem, compreendam o significado associado às suas vidas e busquem o equilíbrio com o meio social em que vivem.

Para Rodrigues (2010), a arteterapia possui também uma contribuição significativa para a expressão verbal dentro da psicoterapia. Geralmente, os pacientes apresentam dificuldades iniciais em expressar suas sensações, sentimentos, ideias e fantasias através da fala. No entanto, ao utilizar a expressão criativa por meio da arte, o paciente começa a desenvolver a habilidade de verbalização ao perceber a carga emocional associada às produções realizadas durante as sessões terapêuticas.

Assim, através da arte, as pessoas podem conectar-se com o seu ambiente, consigo mesmas e com os outros, descobrir novos conhecimentos e partilhar ideias e experiências. A arte pode salvar as pessoas da banalidade do dia a dia. Isso permite que os indivíduos mudem sua perspectiva e deem mais contexto às suas vidas. (Neves, 2015).

A arte tem a virtude de libertar a humanidade da violência, da insensibilidade, do absurdo, da loucura e da miséria, e assim libertar toda a vida neste planeta. Pode unir as forças opostas da personalidade, bem como promover a harmonia entre as necessidades humanas e o mundo exterior. A sua função é, portanto, muito importante e vital para o desenvolvimento humano.

Do exposto, pode-se perceber que a arte existe na vida humana e na sociedade desde o início da civilização e se tornou um dos elementos de uma comunicação eficaz. É uma expressão única da criatividade do ser humano na interação com o ambiente em que vive.

De acordo com Dias (2019), a arte como ferramenta criativa auxilia os idosos, ajudando-os a desenvolver novas posturas e a construir vidas mais gratificantes. Portanto, a expressão artística pensada para pessoas de diferentes idades pode trazer diversos benefícios, como “aumento da criatividade e do senso estético, melhor interação social e aumento da autoestima, desenvolvimento da personalidade e criatividade estética – restabelecendo o equilíbrio emocional” (Fortunato, 2005, p.17).

Entre as atividades artísticas destacam-se as atividades artesanais. Para Dias (2019), a arte inclui não só as experiências formativas de gosto e apreciação artística, mas também as questões associadas à criação desta prática. Esta deverá constituir um ambiente global e integrado, que abrange múltiplas expressões artísticas que reivindicam autonomia com base em conceitos filosóficos e psicológicos.

A participação de idosos em atividades artesanais, especialmente em diferentes locais, constataram que essas atividades geram interações com outras pessoas, importantes para a melhoria do bem-estar físico e mental. Neste sentido, a interação social em que os idosos se envolvem, em atividades prazerosas, promove o envelhecimento ativo (Dias, 2019).

Considerando que o artesanato é uma atividade passiva, pode ser um grande aliado. A autora destaca que existem estudos que demonstram que estes trabalhos manuais podem melhorar a autoimagem, a autopercepção, a

socialização, as habilidades artísticas, bem como minimizar os impactos do envelhecimento (Dias, 2019).

É importante ressaltar também que as atividades artesanais alcançam a construção do conhecimento em diferentes aspectos do desenvolvimento da socialização e da formação humana. Contudo, fazer artesanato com pessoas mais velhas exige respeito pela diversidade e possibilidades de todos, independentemente das diferenças sociais, de idiomas, etnias, culturas, ritmos de aprendizagem, em termos de interação e partilha de sentimentos e conhecimentos.

Em sua obra, Dias (2019, p.22) aponta que “em uma perspectiva terapêutica, as atividades de trabalho de artes manuais também podem contribuir como um instrumento capaz de levar a pessoa a analisar seu eu”, vindo a tornar-se um recurso de íntima reconciliação.

Portanto, é importante desenvolver metodologias artísticas que selecionem diferentes atividades, como desenho, pintura, modelagem, artesanato e outras estratégias que possibilitem aos idosos atuarem como produtores de conhecimentos, podendo assim, expressar verbal e intelectualmente os seus sentimentos, sentimentos e percepções.

Após a significativa reflexão desenvolvida, parte-se agora para a apresentação de alguns materiais expressivos conforme a descrição de Neves (2015).

3.6.3 Pintura

Para a autora acima, um recurso com incrível capacidade de fluir emoções e sentimentos é a pintura. Sua característica fluida permite uma ampla expansão da sensibilidade. Através da utilização da tinta, indivíduos podem expressar suas emoções e trabalhá-las sem serem atrapalhados pela angústia, já que a ação de pintar está profundamente ligada aos movimentos respiratórios. As pinceladas, assim como os movimentos vitais de inspirar e expirar, tocam a alma humana.

Para essa forma de expressão, normalmente são utilizados tipos de tintas como óleo, acrílica e guache. Além do pincel, os dedos das mãos podem ser usados, proporcionando uma maior proximidade entre o indivíduo e a expressão por si mesmo registrada. Nesse momento, o toque é fundamental, para diluir emoções que antes tinham maior dimensão e significado para o cliente. Essa forma de pintura permite um contato mais direto com o material, um aspecto mais tátil e também um resgate da criança interior, especialmente para a terceira idade (Neves, 2015).

3.6.4 Colagem

Para Philipinni (2009, p.24) “A colagem oferece um reino simbólico de infinitas possibilidades de estrutura, integração, organização espacial e descoberta de novas configurações”. Esta é uma técnica expressiva simples em arteterapia. Pode ser usado como técnica de reconstrução, por exemplo.

Uma forma de arte visual que combina uma emoção com outra através da coleção e seleção de diversos objetos, partes ou fragmentos de objetos ou acessórios. Depois de selecionar os objetos, pode-se ir mais longe e criar as próprias produções (Neves, 2015).

Para os artistas, a colagem também pode ser útil para quebrar barreiras em consultas iniciais ou oficinas em grupo onde os participantes podem fazer afirmações negativas quanto a sua capacidade de desempenho em relação a atividade ou rigidez com a mesma, como por exemplo ‘Não sei fazer’ ou ‘Não sou mais criança’, ressalta a autora.

Por meio da colagem, diversos aspectos simbólicos da psique podem ser explorados. É importante que o arteterapeuta mantenha o foco desde o início da sessão, para que esta seja produtiva e significativa para o paciente. A observação começa na escolha dos materiais e não apenas no produto final, pois cada escolha pode revelar informações importantes sobre o processo criativo e as emoções do indivíduo (Neves, 2015).

3.6.5 Desenho

Considerando que desde a infância o ser humano começa a se comunicar visualmente em diferentes situações e fases, antes mesmo de dominar a escrita, fica evidente que o ato de desenhar está vinculado ao desenvolvimento cognitivo e à ludicidade (Neves, 2015).

Neves (2015) destaca que, ao considerar o aspecto criativo, é possível perceber a capacidade de pensar, idealizar e imaginar diferentes situações. A imaginação permite que os pensamentos genuínos do indivíduo se manifestem. A própria arte do desenho possui uma linguagem simbólica, permitindo que o ser se oriente e encontre seu lugar no mundo em que vive.

Freitas (2010), destaca que o ato de pintar provoca naturalmente uma transformação da energia mental que ocorre através do movimento da inconsciência para a ação criativa, e que essa transformação ocorre naturalmente através da imagem simbólica assimilada pela consciência.

3.6.6 Sucata

É um recurso expressivo com um valor econômico significativo. Devido ao seu poder transformador, esse recurso impulsiona a criatividade. Neves (2015) ressalta que a utilização de materiais reciclados permite criar, reinventar e transformar. A seleção dos itens é feita pelo arteterapeuta e pelo cliente, levando em consideração o valor dos objetos e a possibilidade de reutilização.

Neves (2015, p.38) indica que “embalagens plásticas de margarina, refrigerantes, caixas de papelão, de leite, rolos de papel higiênico e de papel toalha, fios de cobre, fitas, CDs inutilizados, DVDs, pedaços de madeira e muitos outros” são os materiais que podem vir a ser utilizados.

Essa forma de expressão possui canais próprios e distintos, resultando em expressões simbólicas altamente comunicativas. Sua utilização traz a possibilidade de reconstrução e interação dos dois domínios da sensibilidade e da cognição. Reciclar é quando algo é processado para alterar suas propriedades ou aproveitar melhor seu rendimento (Neves, 2015).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo dos capítulos estudados, foram explorados diversos aspectos relacionados ao envelhecimento humano, partindo de uma fundamentação teórica do processo de envelhecer, apresentando os aspectos biológicos, sociais, culturais e psicológicos envolvidos nesse processo. Assim como a contribuição da psicologia e as áreas de atuação do psicólogo, destacando o papel da arte como ferramenta terapêutica de forma a promover uma melhor qualidade de vida dos idosos.

A psicologia é fundamental no cuidado de idosos, abordando desafios emocionais e psicológicos do envelhecimento. Isso inclui terapias individuais e em grupo para lidar com solidão, luto, depressão e o diagnóstico/tratamento de condições de saúde mental específicas, como demência e Alzheimer. Além disso, os psicólogos auxiliam na adaptação às mudanças físicas, na promoção da independência e na criação de ambientes acolhedores. No entanto, a qualidade do cuidado pode variar e desafios éticos, sobrecarga de cuidadores e falta de recursos afetam o cuidado. A psicologia evolui ao reconhecer a importância da abordagem personalizada e colaboração interdisciplinar. O papel do psicólogo se estende a várias áreas, como atendimento ambulatorial, hospitalar e ILPIs, usando terapias cognitivo-comportamentais para tratar depressão e ansiedade, de forma a contribuir para uma saúde mental, diagnóstico/tratamento, adaptação ao envelhecimento e criação de ambientes adequados, com ênfase na abordagem personalizada e colaboração interdisciplinar.

Verificou-se também que a arte contribui para um envelhecimento saudável e ativo do idoso, na medida em que lhe possibilita desenvolver sua cognição, habilidades motoras, criatividade, distração, interação com outras pessoas, melhoria de sua autoimagem, autonomia, independência, consequentemente, atua na melhor qualidade de vida deste idoso, pois traz satisfação, alegria e autoestima. É necessário enfatizar que uma das contribuições dessa temática pesquisada, é o fato de provocar uma análise sobre as possibilidades de atuação da arte como recurso terapêutico junto aos idosos

na medida em que é possível, minimizar as interveniências decorrentes do processo de envelhecimento.

Dentre os estudos pesquisados e apresentados no decorrer do trabalho, podemos constatar os ganhos proporcionados pela arte na população idosa. Destacamos que por meio dessa prática, pode-se desvendar processos intrapsíquicos e promover a aceitação das transformações associadas ao envelhecimento. As expressões artísticas utilizadas, como pintura, desenho, recorte-colagem, entre outras, oferecem um meio para os idosos se expressarem, explorando seus sentimentos e interpretações do mundo. Esses procedimentos geram momentos de reflexão profunda, frequentemente apenas percebidos quando o profissional estimula a discussão sobre as imagens produzidas.

Esse processo resulta em uma transformação consciente, permitindo que os idosos se apropriem de seus conteúdos internos, compreendam a si mesmos e se tornem participantes ativos no processo arteterapêutico. Portanto, é de suma importância expandir as pesquisas nessa área, uma vez que as abordagens lúdicas e recreativas fornecidas pela arteterapia conduzem a momentos de catarse, contribuindo para a reconstrução do indivíduo e aprimorando sua qualidade de vida.

Portanto, é importante salientar que, para que possa existir uma integração da arte junto aos idosos, é necessário que o intermediador não só domine os instrumentos e técnicas, mas sim, que este saiba identificar emoções de modo a conduzi-las, ajudando os idosos em seu processo de envelhecimento. Deste modo, será proporcionado uma melhor qualidade neste período de grandes desafios, mas que pode se tornar repleto de possibilidades e de ressignificação de vida. Sem esquecer o quão precioso é o trabalho com os idosos e a significatividade que a arte pode proporcionar a eles.

5 REFERÊNCIAS

ARAÚJO, João Luiz; SILVA, Letícia Emanuele Ramos; GUIMARÃES, Stéfany Rocha. **As práticas do psicólogo em instituições de longa permanência para idosos**. 2023.

BATISTONI, Samila Sathler Tavares. **Contribuições da Psicologia do Envelhecimento para as práticas clínicas com idosos**. Revista Psicologia em Pesquisa, 2009.

CAMARANO, Ana Amélia. **Os Idosos no Brasil: Vivências, Desafios e Expectativas na Sociedade Brasileira**. 1ª ed. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2020.

CARNEIRO, Rachel Shimba; FALCONE, Eliane Mary de Oliveira. **Um estudo das capacidades e deficiências em habilidades sociais na terceira idade**. Psicologia em Estudo, v. 9, p. 119-126, 2004.

CHINA, Diego Leandro et al. **Envelhecimento ativo e fatores associados**. Revista Kairós-Gerontologia, v. 24, p. 141-156, 2021.

CIORNAI, Selma. **Percursos em arteterapia: arteterapia gestáltica, arte em psicoterapia, supervisão em arteterapia**. Summus Editorial, 2004.

DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. Artmed Editora, 2018.

DARDENGO, Cassia Figueiredo Rossi; MAFRA, Simone Caldas Tavares. **Os conceitos de velhice e envelhecimento ao longo do tempo: contradição ou adaptação?** Revista de ciências humanas, n. 2, 2018.

DE MORAES, Edgar Nunes; DE MORAES, Flávia Lanna; LIMA, S. D. P. P. **Características biológicas e psicológicas do envelhecimento**. RevMed Minas Gerais, v. 20, n. 1, p. 67-73, 2010.

DEL DUCA, G. F. et al. **Incapacidade funcional em idosos institucionalizados**. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde [Internet], 2011.

DIAS, Renata. **Contribuições do artesanato no processo de envelhecimento saudável**. 2019.

FERREIRA, Ana Maria Yamaguchi; DA SILVA WANDERLEY, Katia. **Sobre a morte e o morrer: um espaço de reflexão**. Revista Kairós-Gerontologia, v. 15, p. 295-307, 2012.

FLEURI, A.C.P. et al. **Atividades lúdicas com idosos institucionalizados**. Enfermagem Revista, Belo Horizonte, v. 16, n. 1, p. 50-57, out. 2016.

FORTUNATO, A.L. **Psicologia do envelhecimento**: Temas selecionados na perspectiva de curso de vida. Campinas/SP: Papirus, 2005.

FREITAS, Walkíria De Andrade Reis. **Arteterapia em consultório**. Clube de Autores, 2010.

FREITAS, Adriana Valéria da Silva; NORONHA, Ceci Vilar. **Idosos em instituições de longa permanência**: falando de cuidado. Interface-Comunicação, Saúde, Educação, v. 14, p. 359-369, 2010.

GIL, Antonio Carlos et al. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002.

GOMES, Emanuele Aparecida Paciência; VASCONCELOS, Fernanda Gomes; CARVALHO, Josene Ferreira. **Psicoterapia com Idosos**: Percepção de Profissionais de Psicologia em um Ambulatório do SUS. Psicologia: Ciência e Profissão, 2021.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE (2016). **Síntese de indicadores sociais**: uma análise das condições de vida da população brasileira: 2016. Rio de Janeiro: IBGE.

IRIGARAY, Tatiana Quarti; TRENTINI, Clarissa Marcell. **Qualidade de vida em idosos**: a importância da dimensão subjetiva. Estudos de Psicologia (Campinas), v. 26, p. 297-304, 2009.

JARDIM, Viviane Cristina Fonseca da Silva; MEDEIROS, Bartolomeu Figueiroa de; BRITO, Ana Maria de. **Um olhar sobre o processo do envelhecimento**: a percepção de idosos sobre a velhice. Revista brasileira de geriatria e gerontologia, v. 9, p. 25-34, 2019.

JARDIM, Viviane Cristina Fonseca da Silva et al. **Contribuições da arteterapia para promoção da saúde e qualidade de vida da pessoa idosa**. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 23, p. e200173, 2020.

JÚNIOR, José Antônio Spencer Hartmann et al. **Depressão em idosos institucionalizados**: características clínicas, variáveis psicossociais e qualidade de vida. 2012.

KALACHE, Alexandre. **Envelhecimento Ativo**: Uma Política de Saúde. 1ª ed. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2019.

KHOURY, Hilma Tereza Tôrres; SÁ-NEVES, Angela Carina. **Percepção de controle e qualidade de vida**: comparação entre idosos institucionalizados e não institucionalizados. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 17, p. 553-565, 2014

LEITE, Artur Alexandre de M.; SILVA, Marcos Leandro. **Um estudo bibliográfico da Teoria Psicossocial de Erik Erikson**: contribuições para a educação. Debates em educação, v. 11, n. 23, p. 148-168, 2019.

LIMA, Deusdedit Lima; DE LIMA, Maria Alice Vieira Damaceno; RIBEIRO, Cristiane Galvão. **Envelhecimento e qualidade de vida de idosos institucionalizados**. Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano, v. 7, n. 3, 2010.

LIMA, Simone de. **Envelhecimento e Cuidado: Reflexões sobre Gênero e Sexualidade**. 1ª ed. São Paulo: Editora Atlas, 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa: cadernos de atenção básica**. 2006.

MONTELLA, Christian de. **Envelhecer e Ser Feliz: A Sabedoria dos Anos**. 1ª ed. São Paulo: Editora Gente, 2018.

MONTELEONE, Thiago Vinicius; WITTER, Carla. **Prática Baseada em Evidências em Psicologia e Idosos: Conceitos, Estudos e Perspectivas**. Psicologia: Ciência e Profissão, 2017.

MORAES, Edgar Nunes. **Princípios básicos de geriatria e gerontologia**. Belo Horizonte: Coopmed; 2008.

NEVES, Luciana das. **Autoestima na Terceira Idade: Pelos Caminhos da Arteterapia**. Rio de Janeiro: Universidade Candido Mendes, AVM Faculdade Integrada, 2015.

Organização Mundial da Saúde, OMS (2005). **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**. Brasília: Organização Pan-Americana de Saúde. Recuperado em 30 de setembro, 2023, de: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf

PEREIRA, Liliana Sofia Pires do Carmo. **Influências da linguagens artísticas na promoção do bem-estar em idosos em contexto institucional**. 2022. Tese de Doutorado.

PHILIPINNI, Ângela. **Arteterapia: Métodos e processos**. 2ª ed.; WAK Editora, 2009.

RABELLO, Elaine; PASSOS, José Silveira. **Erikson e a teoria psicossocial do desenvolvimento**. Consultado em, v. 16, p. 08-13, 2008.

RIBEIRO, Pricila Cristina Correa. **A psicologia frente aos desafios do envelhecimento populacional**. Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia, v. 8, n. SPE, p. 269-283, 2015.

RODRIGUES, Santana. **Arteterapia: Um encontro com a materialidade das imagens e dos objetos na prática clínica**. São Paulo, 2010.

SCHNEIDER, Rodolfo Herberto; IRIGARAY, Tatiana Quarti. **O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais.** Estudos de Psicologia (Campinas), v. 25, p. 585-593, 2008.

SILVA, M.V.; FIGUEIREDO, M.L.F. **Idosos institucionalizados:** uma reflexão para o cuidado de longo prazo. Enfermagem em Foco, v.3,n.1,p.22-24, 2012

SILVA, Sara Gabriela Moura da Rocha Nunes da. **Qualidade de vida e bem-estar psicológico em idosos.** 2009.

SOBRAL, Ana Luiza Oliveira; DE OLIVEIRA GUIMARÃES, Augusto; DE SOUZA, Flávia Feitoza. **A relevância da atuação do psicólogo em Instituição de Longa Permanência para Idoso (ILPI).** Revista Kairós-Gerontologia, v. 21, n. 4, p. 441-455, 2018.

STELLA, Florindo et al. **Depressão no idoso:** diagnóstico, tratamento e benefícios da atividade física. Motriz. Journal of Physical Education. UNESP, p. 90-98, 2002.