

ARTE, ENVELHECIMENTO E CUIDADO: A CRIAÇÃO ARTÍSTICA COMO PRÁTICA DE ESCUTA, ELABORAÇÃO SUBJETIVA E AFIRMAÇÃO DE IDENTIDADE NA VELHICE

ART, AGING AND CARE: ARTISTIC CREATION AS A PRACTICE OF
LISTENING, SUBJECTIVE ELABORATION AND IDENTITY AFFIRMATION IN
OLD AGE

Ciências Humanas, Ciências da Saúde • 25/06/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/782320533](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/782320533)

Maria Giulia Santos Pereira Peres¹

Daiana de Oliveira Santos²

RESUMO

O estudo analisa a arte como dispositivo de cuidado psicológico, elaboração subjetiva e afirmação de identidade junto a mulheres idosas marcadas por processos de invisibilidade simbólica e apagamento de gênero na velhice. A pesquisa adota revisão bibliográfica e relato de experiência em projeto de arteterapia desenvolvido no Espaço Avançado da Terceira Idade da Universidade Federal Fluminense (UFF), em parceria com a Faculdade Maria Thereza (FAMATH), examinando como práticas artísticas influenciam processos de percepção, criatividade, memória e saúde mental na velhice. O referencial teórico articula a Psicologia da Arte, a arteterapia e autores como Vygotski, Fischer, Falcão e Araújo. Os resultados evidenciam que a criação artística transcende a função estética, constituindo-se como linguagem de cuidado, resistência ao apagamento e reinvenção subjetiva na terceira idade. O estudo examina ainda projetos comunitários — a PERIFaNÁLISE e o Programa Arte, Cultura e Cidadania — como exemplos comparativos de como a arte serve populações que vivenciam diferentes formas de exclusão e invisibilização social, reforçando a potência da arte como prática legítima de cuidado psicológico.

Palavras-chave: Arte; Psicologia; Arteterapia; Envelhecimento; Saúde mental da mulher idosa.

ABSTRACT

The study analyzes art as a device for psychological care, subjective elaboration and identity affirmation among elderly women marked by processes of symbolic invisibility and gender erasure in old age. The research adopts bibliographic review and an experience report from an art therapy project developed at the Advanced Space for the Elderly at the Universidade Federal Fluminense (UFF), in partnership with Faculdade Maria Thereza (FAMATH), examining

how artistic practices influence processes of perception, creativity, memory and mental health in old age. The theoretical framework articulates the Psychology of Art, art therapy and authors such as Vygotski, Fischer, Falcão and Araújo. The results show that artistic creation transcends its aesthetic function, establishing itself as a language of care, resistance to erasure and subjective reinvention in old age. The study also examines community projects — PERIFaNÁLISE and the Arte, Cultura e Cidadania Program — as comparative examples of how art serves populations experiencing different forms of social exclusion and invisibilization, reinforcing the power of art as a legitimate practice of psychological care.

Keywords: Art; Psychology; Art therapy; Aging; Elderly women's mental health.

1. INTRODUÇÃO

A arte, em suas diversas expressões, manifesta a essência humana de maneira delicada e intrincada. Através de quadros, gestos, melodias e danças, ela se comunica onde as palavras falham, possibilitando que o que não é visível se torne tangível e que o silêncio se materialize. Este artigo surge da entrecorte entre arte e Psicologia, defendendo a tese de que a criação artística pode constituir-se como uma prática legítima de cuidado, elaboração subjetiva e afirmação de identidade — especialmente junto a mulheres idosas, para quem a velhice frequentemente impõe limitações, invisibilidades e silenciamentos.

A seleção do tema emerge das intersecções entre a experiência pessoal e acadêmica — a partir da participação em projeto de arteterapia com grupo de mulheres idosas na UFF, onde a arte se revelou não somente como uma manifestação estética, mas como

um ambiente de escuta, construção simbólica e reinvenção subjetiva. Ao observar oficinas, atividades em grupo e processos criativos, ficou claro que a arte transcende a forma: é uma linguagem vibrante, um espaço de anseios e uma oportunidade de reconfiguração. A arte oferece a pessoas e grupos a chance de externalizar emoções, memórias e experiências que muitas vezes não conseguem ser comunicadas por meios tradicionais, tornando-se, portanto, uma ferramenta importante para o cuidado e a promoção da saúde mental na velhice.

O envelhecimento populacional é uma realidade crescente no Brasil. O envelhecimento é um processo multidimensional que envolve vários fatores — físicos, psicológicos e sociais —, sendo que a velhice ainda aparece, em muitos contextos, associada a doenças, perdas e declínio (Neri; Freire, 2000). Esse olhar reducionista ignora a complexidade e a potência do envelhecer, especialmente no caso das mulheres, cuja identidade e trajetória de vida são fortemente marcadas por papéis sociais de gênero que moldam sua saúde mental ao longo do tempo (Falcão; Araújo, 2010). É precisamente nesse contexto que a arte emerge como uma linguagem de cuidado e resistência ao apagamento.

O tema deste estudo é a arte como prática de cuidado psicológico e afirmação de identidade no processo de envelhecimento feminino, com delimitação na análise das contribuições das práticas artísticas para a saúde mental, a memória e a subjetividade de mulheres idosas. O problema que orienta a pesquisa é: de que forma a arte pode funcionar como dispositivo de cuidado psicológico, elaboração subjetiva e resistência ao apagamento na velhice feminina?

A justificativa baseia-se na relevância social e científica do tema. As práticas de saúde mental voltadas à população idosa ainda carecem de abordagens que valorizem a dimensão criativa, expressiva e simbólica da existência. A arteterapia e as oficinas de arte representam caminhos potentes nesse sentido: estudos demonstram que intervenções arteterapêuticas promovem envelhecimento saudável, reduzem emoções negativas, melhoram a autoestima e diminuem a ansiedade em idosos (Aguilar; Silva; Lima, 2021). Ainda assim, essas práticas são insuficientemente reconhecidas no campo da Psicologia institucional.

O objetivo geral é analisar como a arte funciona como prática de cuidado psicológico junto a mulheres idosas, investigando suas dimensões terapêutica, subjetiva e identitária. Os objetivos específicos são: a) identificar as contribuições históricas e teóricas da arte para os processos de cuidado, elaboração simbólica e resistência ao apagamento; b) compreender como a prática da arteterapia e o relato de experiência em projeto com mulheres idosas evidenciam a arte como dispositivo de transformação subjetiva, memória e formação profissional em Psicologia; c) discutir como projetos de arte voltados a populações que vivenciam distintas formas de invisibilização social reforçam a potência da arte como linguagem de cuidado e afirmação de identidade para diferentes populações.

Os principais conceitos que fundamentam esta investigação são concebidos como entrelaçamentos: a arte como linguagem simbólica e sensível, capaz de cunhar significados e mediar experiências (Vygotski, 1999); o cuidado como gesto ético e relacional, que se expressa pelo encontro e pela escuta (Andrade, 2000); a subjetividade como processo em constante fluxo,

constituída nas relações e nas experiências criativas (Fujimono et al., 2021); e a resistência ao apagamento como força que transforma a invisibilidade em expressão e reconhecimento (Evaristo, 2020a; Hooks, 2019). Como destaca Silva (2024), as diversificadas expressões artísticas são construídas através da linguagem, mesmo que o artista não tenha plena consciência disso ao criar — e isso vale tanto para uma jovem artista quanto para uma mulher de oitenta anos que pega um pincel pela primeira vez.

2. METODOLOGIA

Esta pesquisa adota uma abordagem qualitativa e exploratória, desenvolvida em dois eixos metodológicos complementares: revisão bibliográfica e relato de experiência. A abordagem qualitativa justifica-se pela natureza subjetiva e multidimensional do objeto de estudo — a arte e suas interações com a saúde mental, a identidade e o processo de envelhecimento feminino —, que não se presta adequadamente a mensurações quantitativas.

A revisão bibliográfica dedicou-se à análise qualitativa e descritiva da literatura sobre arte, Psicologia, arteterapia e envelhecimento, consultando livros, artigos acadêmicos, websites e bancos de dados como SciELO, PePSIC e Google Scholar. As fontes foram selecionadas conforme critérios de relevância temática e atualidade, privilegiando publicações e referenciais teóricos que estabelecem diálogo entre Psicologia da Arte, arteterapia e a dimensão simbólica e identitária do envelhecimento feminino. Foram adotadas referências teóricas com o objetivo de desenvolver uma análise crítica e sensível das práticas examinadas.

O relato de experiência refere-se à participação da autora, ao longo de dois semestres da graduação em Psicologia, no projeto de arteterapia desenvolvido no Espaço Avançado da Terceira Idade da Universidade Federal Fluminense (UFF), em parceria com a Faculdade Maria Thereza (FAMATH). O grupo era composto majoritariamente por mulheres idosas, com idades entre 60 e 80 anos, participantes voluntárias do espaço de convivência da UFF. As atividades, realizadas semanalmente em encontros de aproximadamente duas horas, envolviam música, desenho, escrita criativa, colagem, teatro e produções coletivas. Essa modalidade metodológica, reconhecida na área da saúde como forma legítima de produção de conhecimento (Ribeiro et al., 2008), permite articular vivência prática e reflexão teórica, evidenciando dimensões do cuidado psicológico mediado pela arte que dificilmente seriam acessíveis apenas pela via bibliográfica.

A combinação dos dois eixos — revisão bibliográfica e relato de experiência — justifica-se pela natureza do objeto de estudo. O estudo organiza-se em seções: a trajetória histórica da arte e sua influência na transformação social; as contribuições da arteterapia para a Psicologia; o relato da experiência prática com mulheres idosas e sua articulação com projetos comunitários comparativos; e a análise crítica dos resultados.

3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA OU REVISÃO DA LITERATURA

O referencial teórico deste trabalho articula três eixos centrais. O primeiro é a Psicologia da Arte de base vygotskiana: para Vygotski (1999), a arte não reproduz a realidade, mas a transforma — é prática intencional capaz de modificar o psiquismo, deslocar percepções habituais e inaugurar novas possibilidades de significação (Barroco;

Superti, 2014). Fischer (1987) complementa ao afirmar que a necessidade criativa é intrínseca ao ser humano e não se extingue na velhice — ao contrário, torna-se ainda mais urgente como afirmação de presença e dignidade.

O segundo eixo é a arteterapia como campo profissional e teórico. Andrade (2000) a situa como articuladora entre expressão artística e processo terapêutico, compreendendo a produção artística como via de autoconhecimento e elaboração de conflitos. As matrizes psicanalíticas de Freud e Jung — que reconheceram na arte a expressão de conteúdos inconscientes e a sua função curativa (Silveira, 2001; Carvalho, 1995) — fundamentam uma compreensão da arte como linguagem que medeia a relação do sujeito com sua história e com o outro. Philippini (2011) destaca que esse processo não exige competências artísticas prévias, o que o torna especialmente acessível para mulheres idosas.

O terceiro eixo é o envelhecimento feminino e a resistência ao apagamento. Falcão e Araújo (2010) demonstram que a maior prevalência de transtornos mentais entre mulheres idosas não pode ser separada do contexto histórico de papéis de gênero que limitaram sua expressão ao longo de toda a vida. Neri e Freire (2000) já indicavam que o envelhecimento feminino é marcado por perdas simbólicas que afetam a identidade independentemente da condição socioeconômica. Nesse contexto, a arte emerge como linguagem de resistência: a “escrevivência” de Evaristo (2020a) e a imaginação como ato político em Hooks (2019) oferecem categorias teóricas que revelam como criar é existir e resistir. A revisão de Aguiar, Silva e Lima (2021) confirma empiricamente essa premissa: intervenções arteterapêuticas com idosos reduzem emoções negativas, melhoram a autoestima e ampliam o senso de

pertencimento — efeitos especialmente significativos quando o trabalho é sensível ao recorte de gênero (Santos; Araújo; Bernado, 2021).

4. HISTÓRIA DA ARTE E SUA INFLUÊNCIA NA TRANSFORMAÇÃO SOCIAL

Para entender o papel da arte na Psicologia contemporânea — e especificamente na promoção da saúde mental na velhice —, é fundamental percorrer sua trajetória histórica. Desde as eras iniciais, a arte tem sido uma constante na experiência humana, servindo como canal de comunicação, expressão e construção de identidade em todas as idades e em todos os contextos sociais.

4.1. A Arte Como Forma de Comunicação Primitiva e Manifestação da Experiência Humana

Por meio da arte, manifestam-se crenças, desejos, fantasias e inquietações; vivências que vão além do tempo são documentadas. Cada obra carrega fragmentos de histórias e, através de traços, cores e formas, oferece formas de compreender a lembrança e a cultura dos povos em diversas épocas. Há várias expressões artísticas, como teatro, dança, pintura, colagem e artesanato, além de uma variedade de temas e instrumentos a serem explorados.

Conforme Buoro (2000, p. 25), ao conceber a arte como uma consequência da relação entre o ser humano e o seu entorno, é possível afirmar que ela é uma expressão da vida. Por meio da arte, o indivíduo explora sua própria essência, gerando formas enquanto se manifesta, inova, retrata e assimila — ao longo de toda a vida, inclusive na velhice. O próprio corpo pode servir como um palco e

um meio de expressão; a arte se manifesta como uma forma de comunicação, um gesto de atenção e uma resistência.

Desde tempos remotos, a arte surgiu da necessidade de registrar o invisível. As representações rupestres revelam a emergência da consciência humana e o desejo de moldar o que transcende a matéria, integrando rituais e experiências simbólicas que ligam os seres humanos à natureza, ao sagrado e à memória coletiva. Conforme Menezes (2012, p. 47), os padrões dos povos indígenas expressam a conexão entre o ser humano, a comunidade e o cosmos, evidenciando uma cosmologia dinâmica que se reflete tanto na pele quanto nos objetos cotidianos.

Conforme Barroco e Superti (2014), Vygotski (1999) vê a arte como uma prática intencional capaz de modificar a realidade palpável e favorecer a mudança pessoal, considerando o psiquismo como um fenômeno social e histórico. A arte transcende a mera reprodução precisa do mundo real, adentrando o campo da inventividade, da subjetividade e da originalidade. Segundo Vygotski:

A obra de arte não se limita a ter personalidade; bem como não constitui uma cópia fiel da realidade objetiva, anuncia, pelo gesto criativo, algo novo, fruto da ação criadora que se transforma em produto cultural. A arte, portanto, recolhe da vida o seu material, mas o transforma: transcende o que lhe deu origem, produz algo que ainda não estava nas propriedades do mundo material. É nesse gesto que se revela o poder da criação: observar o mundo, apropriar-se de suas formas, cores e significados, e gerar algo que, embora nascido da realidade, ultrapassa a realidade. Cada obra é, assim, ponte entre o que é e o que poderia ser, entre o observador e o criador, entre a vida e o olhar que a recria. [Nota da autora: este trecho constitui síntese interpretativa baseada nas ideias centrais de Vygotski (1999) sobre arte, criação e transformação da realidade, e não uma transcrição literal da obra.]

Fischer (1987) sustenta que a necessidade de criar é intrínseca ao ser humano e não se extingue com a idade — ao contrário, na velhice ela pode se tornar ainda mais urgente como meio de afirmar presença e significado. Conceição Evaristo, com o conceito de "escrevivência", evidencia que narrar a própria experiência é um ato de existência e resistência (Evaristo, 2020a) — princípio que se aplica igualmente às mulheres idosas que, ao criarem nas oficinas de arteterapia, afirmam sua presença e sua história num mundo que frequentemente as silencia. Essas experiências históricas de expressão pela arte fornecem o substrato para compreender como a

dimensão estética se insere nos processos formais de cuidado psicológico.

4.2. A Manifestação Artística Dentro do Ambiente Educacional e as Práticas de Cuidado Ao Longo da Vida

A integração da arte no contexto educacional vai além de ser apenas um conteúdo, transformando-se em um componente essencial que influencia percepções cognitivas e emocionais. No Brasil, a inserção da arte na educação sempre foi restrita, sendo tratada como uma "atividade complementar" em vez de um conhecimento imprescindível. Paulo Freire (1970) já nos lembrava que a educação é uma expressão estética e ética — e que o conhecimento emerge da admiração, da curiosidade e da imaginação. Essa perspectiva é fundamental não apenas para crianças, mas para adultos e idosos que encontram nas práticas artísticas uma forma de continuar aprendendo, expressando e se reinventando.

Conforme enfatiza bell Hooks (2019), a imaginação abre portas para dimensões que ultrapassam informações objetivas. A educação artística não se limita a preparar artistas, mas busca manter viva em cada pessoa — em qualquer fase da vida — a capacidade de se ver como integrante do mundo e de ter potencial para alterá-lo. No contexto do envelhecimento, essa dimensão educativa e criativa é particularmente relevante: pesquisas indicam que idosos participantes de grupos de convivência que incluem atividades expressivas tendem a construir representações mais positivas do envelhecimento, associando-o à saúde, à atividade e ao aprendizado contínuo, enquanto idosos isolados tendem a associar a velhice a conteúdos negativos como doença e declínio (Tristão; Justo; Toigo, 2017).

Ao valorizar o que é sensível, os espaços educativos e terapêuticos promovem a formação do pensamento crítico e a manutenção da identidade ao longo do envelhecimento. As oficinas de arteterapia podem ser compreendidas, nesse sentido, como espaços de educação não formal ao longo da vida — onde a criatividade é ao mesmo tempo meio e fim, processo e resultado. Essa dimensão educativa da arte prepara o terreno para uma questão central: como ela pode funcionar como instrumento de cuidado para sujeitos que vivenciam processos de invisibilização, como frequentemente ocorre na velhice feminina?

4.3. A Arte Como Instrumento de Cuidado e Afirmação de Identidade na Velhice Feminina

A arte se configura como um instrumento eficaz para promover transformações subjetivas, possuindo o potencial de integrar diferentes gerações, estimular a troca de experiências e apoiar iniciativas de cuidado e inclusão. Inaicyra Falcão dos Santos (2007) enfatiza que a arte pode funcionar como um ambiente favorável ao encontro e à comunicação entre diferentes gerações e culturas, alinhando-se às ideias de Paulo Freire (1970) sobre a educação como ato de liberdade.

A velhice feminina, em especial, é marcada por um duplo processo de exclusão simbólica: além do etarismo — o preconceito contra pessoas mais velhas —, as mulheres idosas enfrentam os efeitos de uma vida inteira de papéis sociais de gênero que moldaram sua identidade, seus limites e seus espaços de expressão. Como aponta Falcão (2010), a proporção de mulheres idosas com transtornos mentais é maior que a dos homens idosos, e isso pode ser explicado pelo contexto histórico vivenciado especialmente pelas mulheres ao

decorrer dos anos. A sociedade contemporânea frequentemente associa o envelhecimento feminino à limitação, à invisibilidade e ao apagamento, destituindo essas mulheres de sua capacidade criativa e de sua voz.

É nesse contexto que a arte emerge como uma linguagem potente de cuidado e resistência. Margaret Mead (1972) afirma que a arte é, ao mesmo tempo, um reflexo da cultura e uma poderosa agente de transformação — e é precisamente essa capacidade que torna a arte tão potente como prática de cuidado junto a mulheres idosas. As atividades artísticas estimuladoras do físico e cognitivo trazem benefícios à qualidade de vida das idosas (Santos; Araújo; Bernado, 2021). Ao criar, essas mulheres não apenas se expressam — elas se reconfiguram como sujeitos ativos, criadoras de sentido e de memória. Fischer (1987) sustenta que a necessidade criativa é intrínseca ao ser humano e não se extingue com a idade — ao contrário, na velhice ela pode se tornar ainda mais urgente como meio de afirmar presença, dignidade e significado.

5. ARTE E PSICOLOGIA: ARTETERAPIA E SUAS CONTRIBUIÇÕES

Compreendida como uma manifestação que emerge das interações sociais, a Arte e suas criações têm o poder de provocar estranhamento na realidade — vivência essencial para que se possam atribuir novos significados às experiências vividas. Esse processo é particularmente relevante para mulheres idosas, que frequentemente carregam histórias densas de perdas, transições e ressignificações. Vygotski (2009) considera essa particularidade essencial para o progresso da Psicologia da Arte: compreender a relação entre a imaginação e as emoções na promoção do desenvolvimento humano ao longo de toda a vida. É fundamental

reconhecer que o desenvolvimento da consciência decorre da interação dialética entre o sujeito e a realidade (Andrada; Souza, 2015; Petroni; Souza, 2014; Souza, 2016a).

5.1. Arteterapia Como Um Método de Cuidado

A arteterapia é um campo profissional que emprega técnicas artísticas com objetivos terapêuticos (Carvalho, 1995). De acordo com a Associação Brasileira de Arteterapia, essa abordagem se baseia no uso da expressão artística como meio para promover a comunicação entre o cliente e o terapeuta, com foco no desenvolvimento artístico voltado para o bem-estar. A arteterapia é uma especialização destinada a graduados em áreas da saúde, como Psicologia, Enfermagem e Fisioterapia, embora seu emprego também seja aceito por profissionais das artes e da educação, desde que não envolva uma abordagem clínica.

A arteterapia utiliza práticas criativas abrangendo diversas modalidades: artes visuais, auditivas, escritas, dramáticas e corporais — incluindo desenho, pintura, escultura, música, poesia, atuação e dança. No contexto do envelhecimento, essas práticas têm especial relevância: revisão integrativa da literatura demonstra que intervenções arteterapêuticas com idosos promovem envelhecimento saudável, com redução das emoções negativas, melhora da autoestima e diminuição da ansiedade (Aguiar; Silva; Lima, 2021). A utilização da música e das artes cênicas, em particular, possibilita que a pessoa idosa vivencie experiências verbais, não verbais e corporais que permitem resgatar memórias afetivas e expressar emoções que, de outra forma, permaneceriam silenciadas.

Nas décadas de 1920 e 1930, os conceitos de Freud e Jung ajudaram a construir a base para o desenvolvimento da arteterapia como campo de atuação distinto (Carvalho, 1995). Freud percebeu que obras de arte expunham elementos inconscientes do criador, interpretando-as como uma forma simbólica de comunicação que provoca efeitos de catarse. Carl Jung (1875-1961), ao desenvolver a "Psicologia Analítica", sustentava que a capacidade criadora desempenhava um papel psicológico fundamental, com a capacidade de curar ao converter elementos do inconsciente em símbolos representativos (Silveira, 2001). Jung entendia que o desenho livre poderia facilitar a comunicação terapêutica (Andrade, 2000, p. 52).

A narrativa da arteterapia no Brasil está representada por Osório Cesar (1895-1979) e Nise da Silveira (1905-1999), psiquiatras que introduziram a arte como parte do tratamento em instituições de saúde mental e tiveram papel fundamental na redefinição da visão sobre a loucura. De acordo com Silveira (2001), essa abordagem resultou em um tratamento mais compassivo, que trouxe benefícios terapêuticos significativos. A arteterapia pode ser vista a partir de várias abordagens teóricas, mas um aspecto comum é o uso da arte como um meio de expressar a subjetividade, transmitindo vivências internas de forma mais efetiva do que a linguagem verbal (Ciornai, 1995). Liomar Quinto Andrade afirma que:

a expressão artística revela a interioridade do homem, fala do modo de ser e visão de cada um e seu mundo. Esse ato revela um suposto sentido, e cada teoria e método em arteterapia e terapia expressiva se apodera desse ato diferentemente; b) por intermédio desse fazer arte, expressar-se, o terapeuta pode estabelecer um contato com o cliente possibilitando a este último o autoconhecimento, a resolução de conflitos pessoais e de relacionamento e o desenvolvimento geral da personalidade. (Andrade, 2000, p. 18).

De acordo com Philippini (2011, p. 23), a arteterapia abrange um processo criativo e imaginativo que tem o poder de revitalizar, restaurar e liberar a energia psíquica. A arteterapia não requer competências artísticas prévias; seu foco está na exploração do processo criativo (Reis, 2014). Essa característica é especialmente significativa no trabalho com idosas: a ausência de exigência técnica abre espaço para uma expressão genuína, desinibida e carregada de significado pessoal e histórico. Ao trabalhar o corpo, a pessoa idosa se conecta diretamente com suas memórias afetivas, trazendo lembranças de sensações e conteúdos esquecidos — o que contribui para a reorganização subjetiva e o fortalecimento da identidade (Aguiar; Silva; Lima, 2021).

5.2. Relato de Experiência: Percurso Formativo em Arteterapia e Reflexões Sobre o Cuidado

A presente seção configura-se como um relato de experiência, modalidade metodológica que articula vivência prática e reflexão teórica na produção de conhecimento em saúde (Ribeiro et al., 2008). A reflexão nasce da participação da autora no projeto de arteterapia desenvolvido no Espaço Avançado da Terceira Idade da Universidade Federal Fluminense (UFF), realizado por meio de parceria com a Faculdade Maria Thereza (FAMATH). O projeto, voltado à promoção da saúde mental e ao fortalecimento de vínculos sociais junto à população idosa, constitui-se como espaço de cuidado e expressão subjetiva mediado por práticas artísticas que possibilitam elaboração simbólica, partilha de experiências e construção coletiva de sentidos.

As atividades são desenvolvidas semanalmente sob supervisão da professora Maria Lúcia Duarte Geloski, docente da Faculdade Maria Thereza, cuja trajetória acadêmica e prática no campo da Psicologia e da arteterapia sustenta a condução ética e sensível do trabalho. Sua atuação foi decisiva em minha formação, não apenas pela orientação técnica, mas pela forma como apresenta a arte enquanto possibilidade legítima de cuidado psicológico. Foi através de sua supervisão e da experiência concreta no projeto que surgiu, em mim, o desejo de aprofundar o olhar para a arteterapia como campo possível de atuação profissional.

Minha inserção no projeto ocorreu ao longo de dois semestres da graduação. Essa permanência permitiu que a experiência deixasse de ser apenas um espaço de aprendizagem prática para se constituir como território formativo e de transformação pessoal.

Ao longo desse percurso, fui compreendendo que a arteterapia não se limita à aplicação de técnicas expressivas; ela se constrói,

sobretudo, no encontro. O grupo reunia majoritariamente mulheres idosas cujas trajetórias eram atravessadas por memórias, perdas, reinvenções e resistência. Em uma sociedade que frequentemente associa o envelhecimento feminino à limitação, ao apagamento e à falta, a convivência com essas mulheres revelou outra perspectiva — a velhice como tempo de criação, elaboração e reinvenção subjetiva. Como aponta Falcão (2010), as mulheres idosas carregam uma trajetória marcada por papéis sociais que moldaram sua identidade e limitaram sua expressão ao longo de toda a vida — e é precisamente por isso que o espaço da criação artística adquire para elas um sentido tão particular de liberdade e reconhecimento.

Os encontros eram estruturados a partir de propostas envolvendo música, desenho, escrita criativa, colagem, teatro e produções coletivas. Entretanto, a potência do trabalho não residia exclusivamente na atividade planejada, mas naquilo que emergia entre as participantes: memórias compartilhadas, afetos mobilizados, identificações espontâneas e a construção de um espaço relacional sustentado pela escuta e pelo acolhimento.

As vivências mediadas pela música foram especialmente significativas ao evidenciar como a arte pode funcionar como ponte entre memória e elaboração psíquica. Ao escolherem canções marcantes de suas trajetórias, as participantes revisitavam experiências afetivas profundas e compartilhavam narrativas atravessadas por amor, luto, superação, ruptura e transformação. A música surgia, assim, como linguagem mediadora capaz de acessar conteúdos que, muitas vezes, escapariam à elaboração exclusivamente verbal. Esse achado dialoga com o que Aguiar, Silva e Lima (2021) identificaram em revisão de literatura: a música e as artes cênicas possibilitam que a pessoa idosa vivencie experiências

verbais, não verbais e corporais que permitem resgatar as memórias afetivas e expressar emoções.

Outro momento marcante foi a construção coletiva da atividade "Janela de Nós", na qual as participantes produziram juntas um cartaz que simbolizava a identidade grupal. A espontaneidade com que as produções se entrelaçavam revelou a potência relacional da experiência arteterapêutica. Mais do que uma produção estética, o cartaz materializava simbolicamente o vínculo construído ao longo dos encontros, tornando visível a constituição de um espaço coletivo de pertencimento — algo especialmente valioso para mulheres idosas que frequentemente vivenciam processos de isolamento social.

Entre as experiências vividas, a atividade teatral ocupou lugar especialmente significativo em meu percurso formativo. Inicialmente concebida como proposta expressiva destinada ao grupo, a vivência ultrapassou a dimensão técnica e produziu reverberações importantes também em minha própria subjetividade. O teatro convocava presença, espontaneidade e disponibilidade para experimentar. Ao acompanhar e participar desse processo, fui retirada de uma posição estritamente observadora e convocada a habitar o espaço criativo de maneira mais inteira.

Ao longo da atividade, tornou-se possível perceber como a cena possibilitava a emergência de conteúdos subjetivos profundos. Por meio da dramatização, as participantes acessavam lembranças, afetos e experiências, transformando-os em expressão compartilhada. O jogo teatral revelava, de forma concreta, o

potencial da arte como dispositivo de elaboração simbólica, reorganização subjetiva e afirmação de identidade.

Ao final dessa vivência, profundamente tocada pelo que havia sido mobilizado, fui atravessada por um movimento criativo inesperado: escrevi uma poesia. A escrita surgiu de forma espontânea, quase como necessidade de traduzir aquilo que o encontro havia despertado em mim. Reconheço que essa produção foi inspirada, em certa medida, pela sensibilidade poética de uma participante do grupo, cuja forma singular de expressar-se atravessava os encontros e evidenciava como a criatividade pode constituir-se como linguagem de elaboração e presença.

Esse momento possibilitou uma compreensão fundamental: a criação não se restringe àquele que ocupa o lugar formal de participante. Quando o espaço grupal é verdadeiramente atravessado pela arte e sustentado por uma escuta ética, todos os envolvidos são convocados ao movimento criativo. A experiência revelou que a arteterapia constitui um campo de afetação mútua, no qual cuidar e ser tocado coexistem como dimensões inseparáveis. Ao perceber-me criando, compreendi de forma concreta aquilo que a teoria sustenta — a arte inaugura possibilidades de elaboração subjetiva justamente por deslocar formas habituais de percepção. Mais do que observar processos de transformação nas participantes, pude reconhecer que também eu era transformada pela experiência.

5.3. A Arte para Populações Invisibilizadas: Perifanálise e Programa Arte, Cultura e Cidadania

A experiência vivenciada nas oficinas da FAMATH-UFF encontra ressonância em outros projetos que, em contextos distintos e com populações diferentes, demonstram como a arte articulada à escuta psicológica pode constituir-se como prática de cuidado, resistência ao apagamento e promoção de saúde mental. Dois desses projetos merecem destaque como exemplos comparativos: a PERIFaNÁLISE, coletivo que une psicanálise e arte nas periferias de São Paulo, e o Programa Arte, Cultura e Cidadania da Faculdade Cesus, em Florianópolis. É importante precisar, aqui, que os processos de invisibilização vivenciados pelas mulheres idosas do projeto da UFF e pelas populações atendidas pelos projetos comparativos são de naturezas distintas. As participantes da FAMATH-UFF não se encontram em situação de vulnerabilidade socioeconômica estrutural — frequentam, voluntariamente, um espaço universitário de convivência. O que as atravessa é uma vulnerabilidade simbólica e existencial: o apagamento imposto pelo etarismo e pelos papéis de gênero que, ao longo de toda a vida, limitaram sua expressão, sua voz e seu reconhecimento como sujeitas criadoras de sentido. Neri e Freire (2000) já apontavam que o envelhecimento feminino é marcado por perdas simbólicas que afetam a identidade independentemente da condição socioeconômica. É nesse sentido preciso — e não como equivalência de condições materiais — que se estabelece o diálogo com os projetos a seguir. Embora atendam populações distintas das mulheres idosas do projeto da UFF, todos esses contextos compartilham uma mesma premissa: a arte é linguagem central de cuidado para sujeitos que vivenciam processos de exclusão, invisibilidade ou marginalização.

A PERIFaNÁLISE teve seu início em 2018, impulsionada por quatro mulheres — Grazie Fujimono, Paula Jameli, Priscila Queroz e Rosimeire Bussola — comprometidas em trazer a Psicanálise para a

realidade da periferia de São Paulo (Fujimono et al., 2021). As mostras organizadas na comunidade convertem espaços comuns em espaços de história e pertencimento, devolvendo a sujeitos marginalizados a experiência de verem sua história e sua identidade reconhecidas. Kilomba (2019, p. 47) enfatiza que criar ambientes onde sujeitos historicamente silenciados possam contar suas próprias histórias é um ato de cuidado e de justiça. Conforme Conte, Perrone e Braga (2016, p. 26), a Psicanálise pode estabelecer espaços coletivos para ouvir, onde a clínica e a política não são esferas distintas.

O Programa Arte, Cultura e Cidadania, promovido pelo curso de Psicologia da UNICESUSC, é uma iniciativa de extensão dedicada à inclusão social de pessoas atendidas na rede de Saúde Mental de Florianópolis, respondendo ao histórico de marginalização da psiquiatria tradicional (Ribeiro et al., 2008, p. 73). Alessandra Folzke, graduanda em Psicologia e integrante do Programa, ressaltou: "Trata-se de uma chance de experimentar novas formas de reestruturar as oportunidades de autonomia e realizações focadas na saúde mental, além de perceber a Psicologia como um instrumento de mudança social."

O que esses projetos têm em comum com a experiência da FAMATH-UFF é precisamente o que este artigo defende: seja com mulheres idosas, moradores de periferias ou pessoas em sofrimento psíquico, a arte opera como linguagem de encontro — entre o sujeito e sua história, entre o indivíduo e a coletividade, entre a dor e a possibilidade de transformação. A diferença de público não apaga a semelhança de propósito: em todos os casos, a arte é o meio pelo qual sujeitos invisibilizados recuperam a experiência de ser vistos, ouvidos e reconhecidos como criadoras de sentido.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise dos dados coletados por meio da revisão bibliográfica e do relato de experiência permitiu identificar achados concretos sobre o papel da arte no cuidado psicológico de mulheres idosas, organizados em quatro dimensões: os efeitos observados nas participantes, a especificidade de gênero, a dimensão formativa para a estagiária e os paralelos com projetos comunitários comparativos.

No que se refere aos efeitos observados nas participantes, as atividades artísticas desenvolvidas nas oficinas da FAMATH-UFF — música, teatro, colagem, escrita criativa e produções coletivas — produziram resultados perceptíveis no grupo. As participantes demonstraram maior disposição para compartilhar memórias afetivas, elaborar experiências de perda e construir vínculos entre si. A atividade musical foi particularmente significativa: ao escolherem canções marcantes de suas trajetórias, as idosas acessavam conteúdos emocionais profundos que dificilmente emergiriam em uma conversa verbal direta. Esse achado dialoga com a revisão de Aguiar, Silva e Lima (2021), que demonstra que a arteterapia com idosos promove redução das emoções negativas, melhora da autoestima e diminuição da ansiedade, sendo a música e as artes cênicas recursos especialmente eficazes para o resgate de memórias afetivas.

A construção coletiva da atividade "Janela de Nós" evidenciou outro achado relevante: a arte em grupo fortalece vínculos e produz pertencimento. O cartaz construído pelas participantes não era apenas uma produção estética — era a materialização visível de um espaço coletivo que aquelas mulheres haviam construído juntas ao longo dos encontros. Esse resultado confirma o que aponta

Philippini (2011) sobre a capacidade da arteterapia de revitalizar a energia psíquica e promover a integração social, aspecto especialmente relevante para idosas que frequentemente vivenciam isolamento.

No que se refere à especificidade de gênero, os achados indicam que a velhice feminina apresenta demandas particulares de cuidado psicológico. Como demonstra Falcão (2010), a proporção de mulheres idosas com transtornos mentais é maior que a dos homens idosos, explicada pelo acúmulo de papéis sociais de gênero que moldaram a identidade dessas mulheres ao longo de toda a vida — papéis que frequentemente limitaram sua expressão, sua autonomia e seu espaço de criação. Nas oficinas, observou-se que o simples ato de criar — sem exigência técnica, sem julgamento estético — produzia nas participantes uma experiência de liberdade e reconhecimento que extrapolava o contexto da atividade. Santos, Araújo e Bernado (2021) reforçam que oficinas terapêuticas com mulheres idosas, quando atentas ao recorte de gênero, têm potencial transformador especial para esse público.

No que se refere à dimensão formativa, um achado inesperado mas significativo foi a constatação de que o processo arteterapêutico afeta também quem facilita — não apenas quem participa. O momento em que a autora, ao final de uma atividade teatral, sentiu o impulso de escrever uma poesia revelou que a arteterapia constitui um campo de afetação mútua. Esse achado tem implicações importantes para a formação em Psicologia: a estagiária não era apenas observadora — ela era parte do campo relacional, e reconhecer isso ampliou sua compreensão sobre o que significa cuidar. Vygotski (1999) sustenta que a arte desloca formas habituais de percepção e inaugura novas possibilidades de significação — e

isso se confirmou tanto para as participantes quanto para a facilitadora.

No que se refere aos projetos comparativos, a análise da PERIFaNÁLISE e do Programa Arte, Cultura e Cidadania revelou que a lógica de funcionamento da arte como cuidado é a mesma em contextos distintos: ela cria espaços onde sujeitos invisibilizados recuperam a experiência de ser vistos, ouvidos e reconhecidos como criadores de sentido. A diferença de público — mulheres idosas, moradores de periferias, pessoas em sofrimento psíquico — não altera esse mecanismo central. Fujimono et al. (2021) e Ribeiro et al. (2008) confirmam que as práticas artísticas comunitárias não são suplemento ao trabalho psicológico, mas seu núcleo quando se trata de populações excluídas dos espaços institucionais de cuidado.

Os dados analisados indicam que a arteterapia atua simultaneamente em três dimensões indissociáveis. A dimensão clínica se manifesta na redução de emoções negativas, na melhora da autoestima e no resgate de memórias afetivas — processos observados com especial intensidade nas atividades musicais e teatrais. A dimensão política revela-se no próprio ato de criar: para mulheres cuja expressão foi historicamente limitada por papéis de gênero, ocupar o espaço da criação sem exigência técnica ou julgamento estético é um ato de liberdade e reconhecimento. A dimensão formativa é o achado mais singular: a arteterapia afeta também quem facilita o processo, constituindo-se como campo de afetação mútua e transformação subjetiva compartilhada.

A análise dos projetos comparativos — PERIFaNÁLISE e Programa Arte, Cultura e Cidadania — reforça que esse mecanismo não é específico ao público idoso: a arte opera como linguagem de

cuidado sempre que um grupo vivencia processos de exclusão e invisibilização, independentemente do contexto. O que varia é a natureza da vulnerabilidade; o que permanece é a função da arte como espaço onde sujeitos recuperam a experiência de ser vistos e reconhecidos.

Esses resultados apontam para uma implicação prática direta: a arteterapia não pode continuar sendo tratada como atividade complementar ou método auxiliar no campo da saúde mental. Trata-se de prática psicológica legítima que demanda reconhecimento institucional, incorporação nas grades curriculares de graduação em Psicologia e inclusão nas políticas públicas de saúde mental voltadas à população idosa. A experiência aqui relatada evidencia que é possível — e necessário — construir espaços onde a velhice feminina seja vivida como tempo de criação, presença e reinvenção, e não como período de apagamento e declínio.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGUIAR, A. P.; SILVA, C. B. da; LIMA, I. B. Contribuições da arteterapia para promoção da saúde e qualidade de vida da pessoa idosa. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/Fbw5zpHsjmnDvqybHT4ZWSk/?lang=pt>. Acesso em: 9 jun. 2026.

ANDRADA, P. C.; SOUZA, V. L. T. A psicologia da arte no processo de formação continuada de professores: o desenho como materialidade mediadora. *Psicologia: Teoria e Prática*, São Paulo, v. 14, n. 1, p. 77-90, 2015.

- ANDRADE, L. Q. Terapias expressivas: arte-terapia, arte-educação, musicoterapia. São Paulo: Agora, 2000.
- BARROCO, S. M. S.; SUPERTI, T. Vygotski e o estudo da psicologia da arte: contribuições para o desenvolvimento humano. *Psicologia & Sociedade*, Belo Horizonte, v. 26, n. 1, p. 22-31, jan./abr. 2014.
- BUORO, A. B. Olhos que pintam: a leitura da imagem e o ensino da arte. São Paulo: Cortez, 2000.
- CARVALHO, M. M. M. J. (org.). A arte cura? Recursos artísticos em psicoterapia. Campinas: Psy II, 1995.
- CIORNAI, S. Arte-terapia gestáltica. São Paulo: Summus, 1995.
- CONTE, M.; PERRONE, C. M.; BRAGA, T. M. S. (org.). Psicanálise, psiquiatria e saúde mental: a clínica na cultura. Porto Alegre: Literaly, 2016.
- EVARISTO, C. A escrevivência e seus subtextos. In: DUARTE, C. L.; NUNES, I. R. (org.). *Escrevivência: a escrita de nós*. Rio de Janeiro: Mina Comunicação e Arte, 2020a. p. 26-46.
- FALCÃO, D. V. S.; ARAÚJO, L. F. (org.). Idosos e saúde mental. Campinas: Papyrus, 2010.
- FISCHER, E. A necessidade da arte. 9. ed. Tradução de Leandro Konder. Rio de Janeiro: LTC, 1987.
- FREIRE, P. Pedagogia do oprimido. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1970.

FUJIMONO, R. T. S. et al. Psicologia, arte e política: diálogos e resistências. São Paulo: Pimenta Cultural, 2021.

HOOKS, b. Anseios: raça, gênero e políticas culturais. Tradução de Ana Luiza Andrade. São Paulo: Elefante, 2019.

KILOMBA, G. Memórias da plantação: episódios de racismo cotidiano. Tradução de Jess Oliveira. Rio de Janeiro: Cobogó, 2019.

MEAD, M. Culture and commitment: a study of the generation gap. New York: Natural History Press, 1972.

MENEZES, U. T. B. A arte indígena brasileira: símbolos, grafismos e significados. São Paulo: Moderna, 2012.

NERI, A. L.; FREIRE, S. A. (org.). E por falar em boa velhice. Campinas: Papyrus, 2000.

PETRONI, A. P.; SOUZA, V. L. T. As imagens como materialidade artística no trabalho do psicólogo em práticas educativas. In: SOUZA, V. L. T. et al. (org.). A psicologia da arte e a promoção do desenvolvimento e da aprendizagem. São Paulo: Loyola, 2014. p. 47-72.

PHILIPPINI, A. Linguagens e materiais expressivos em arteterapia: uso, indicações e propriedades. Rio de Janeiro: Wak, 2011.

REIS, A. C. (org.). Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do psicólogo. Brasília: CFP, 2014.

RIBEIRO, M. et al. A psicanálise e a reforma psiquiátrica: a exclusão e o laço social. Arquivos Brasileiros de Psicologia, Rio de Janeiro, v. 60,

n. 1, p. 70-81, 2008. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=229017631007>. Acesso em: 9 jun. 2026.

SANTOS, I. F. Corpo e ancestralidade: uma proposta pluricultural de dança-arte-educação. Salvador: EDUFBA, 2007.

SANTOS, K. M. A.; ARAÚJO, L. B. S.; BERNADO, K. J. C. Oficinas terapêuticas com mulheres velhas: um recorte de gênero, raça e classe. Revista Psicologia, Diversidade e Saúde, Salvador, 2021.

SILVA, J. J. G.; PONTES, J. T. L.; FREITAS, J. H. R. Arte como catalisadora da mudança social: diálogo intercultural, empatia e construção de um futuro mais justo. Sobral: UVA; Campina Grande: UEPB, 2024.

SILVEIRA, N. O mundo das imagens. 2. ed. São Paulo: Ática, 2001.

SOUZA, V. L. T. (org.). A psicologia da arte e a promoção do desenvolvimento e da aprendizagem. São Paulo: Loyola, 2016.

SOUZA, V. L. T. Contribuições da Psicologia à compreensão do desenvolvimento e da aprendizagem. In: SOUZA, V. L. T.; PETRONI, A. P.; ANDRADA, P. C. (org.). A psicologia da arte e a promoção do desenvolvimento e da aprendizagem. São Paulo: Loyola, 2016a. p. 11-28.

TRISTÃO, P. A. S.; JUSTO, J. L.; TOIGO, A. M. Análise psicossocial do envelhecimento entre idosos: as suas representações sociais. Actualidades en Psicología, v. 31, n. 122, 2017.

VYGOTSKI, L. S. Imaginação e criação na infância. Tradução de Zoia Prestes. São Paulo: Ática, 2009.

VYGOTSKI, L. S. Psicologia da arte. Tradução de Paulo Bezerra. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

¹ Discente do Curso Superior de Psicologia da Faculdade da Faculdade Maria Thereza. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#). Orcid: <https://orcid.org/0009-0001-0084-1788>

² Mestre em Psicologia Social pela Universidade Salgado de Oliveira e Docente do Curso Superior de Psicologia da Faculdade Maria Thereza. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#). Orcid: <https://orcid.org/0009-0002-8156-8388>