

A IMPORTÂNCIA DA CULTURA PARA AS CIÊNCIAS DA SAÚDE: A PINTURA TERAPÊUTICA COMO CAMINHO PARA AUTOESTIMA

Odirlei Pedroso dos Santos¹, Luíze Laura Penha Proença², Raquel Barros³

¹SRT Luiz Sebastião Zannon. E-mail: arte.urbana.visuais@gmail.com; ²SRT Luiz Sebastião Zannon. E-mail: luize.proenca@gmail.com; ³SRT Luiz Sebastião Zannon. E-mail: raquel.barros@facens.br

Introdução: A arteterapia é uma forma de dizer a verdade brincando com o simbólico. As experiências na criação podem representar atos de agressividade, abandonos, perdas e sentimentos, fazendo isso de forma indireta, sem uma intencionalidade. Na condição de aluno de psicologia no Centro Universitário FACENS e artista independente, o autor sempre considerou a arte como parte essencial de sua vida, servindo como meio de expressão e exploração do mundo. **Objetivo:** Trabalhar a arteterapia com moradores de uma residência terapêutica. **Metodologia:** Tratou-se de um relato de experiência do autor, aluno de psicologia do Centro Universitário FACENS com os moradores de uma residência terapêutica do município de Sorocaba. **Resultados:** Nas primeiras sessões, o aluno utilizou desenhos simples para incentivar a expressão de sentimentos. As residentes, com gostos variados, solicitavam símbolos religiosos e figuras como o papai noel, resgatando memórias da infância. Cada traço revelava um pouco de suas histórias e emoções e, por isso, o aluno decidiu dar um toque mais vibrante ao ambiente. Junto às moradoras, escolheu desenhos de flores e folhas tropicais para pintar nas paredes. Ao iniciar os contornos, percebeu a animação delas. Uma moradora foi a primeira a se envolver ativamente, mas ele notou resistência em outras moradoras, que riscavam a parede como algo proibido, o que o levou a persistir, explicando que a arte tornaria o espaço mais alegre e acolhedor. Com o tempo, as barreiras foram se dissolvendo e outras moradoras começaram a participar. Mesmo diante de limitações físicas e emocionais, cada uma encontrou sua forma única de se expressar através da pintura. À medida que os dias passavam e a pintura avançava, a transformação tornava-se evidente. O entusiasmo, a alegria e o relaxamento passaram a fazer parte do ambiente. O que começou como receio transformou-se em curiosidade, onde todas ansiavam pelo resultado do trabalho coletivo. **Considerações Finais:** A arteterapia revelou-se uma poderosa aliada, promovendo a expressão emocional, aliviando o estresse e aumentando a autoestima. Facilitou a comunicação e fortaleceu a conexão social entre as residentes. As obras criadas foram desenvolvidas entre o aluno e as moradoras, demonstrando como a arte pode ser uma ferramenta acessível e transformadora, capaz de enriquecer vidas e promover a saúde mental. Assim, não apenas coloriram as paredes da residência terapêutica, mas também trouxeram cor e vida para as experiências de cada uma.

Palavras-chave: Arteterapia, Bem-estar, Cultura, Saúde Mental.