

**A arteterapia influencia na qualidade de vida da pessoa idosa? Revisão sistemática**  
**Does art therapy influence the quality of life of the elderly? Systematic review**  
**Influye la arteterapia en la calidad de vida de las personas mayores? Revisión**  
**sistemática**

Recebido: 17/11/2020 | Revisado: 26/11/2020 | Aceito: 30/11/2020 | Publicado: 03/12/2020

**Ana Zuli Vidal Moreira de Freitas**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9892-4927>

Universidade Federal da Paraíba, Brasil

E-mail: [ana.zvm@gmail.com](mailto:ana.zvm@gmail.com)

**Ana Karina Moreira de Vasconcelos**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0745-4980>

Universidade Federal da Paraíba, Brasil

E-mail: [anakarina.mv@hotmail.com](mailto:anakarina.mv@hotmail.com)

**Rênnis Oliveira da Silva**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8413-8071>

Universidade Federal da Paraíba, Brasil

E-mail: [rennisilva@gmail.com](mailto:rennisilva@gmail.com)

**Suzanne Pinheiro Costa e Silva**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9864-3279>

Universidade Federal da Paraíba, Brasil

E-mail: [susanne.pc@gmail.com](mailto:susanne.pc@gmail.com)

**Carmem Silvia Laureano Dalle Piagge**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7999-2943>

Universidade Federal da Paraíba, Brasil

E-mail: [piagge@terra.com.br](mailto:piagge@terra.com.br)

**Yuri Wanderley Cavalcanti**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3570-9904>

Universidade Federal da Paraíba, Brasil

E-mail: [yuri.wanderley@yahoo.com.br](mailto:yuri.wanderley@yahoo.com.br)

## **Resumo**

**Objetivo:** Realizar uma Revisão Sistemática para verificar o efeito da Arteterapia na qualidade de vida de idosos independentes. **Metodologia:** Realizou-se uma Revisão Sistemática a partir de buscas nas bases de dados: PubMed (Medline), Scopus, Web of Science, Cochrane e Lilacs, de forma abrangente e irrestrita ao ano ou idioma de publicação. Foram identificados 5 artigos para a amostra final, de um total de 1.297 artigos iniciais. Dos artigos analisados todos responderam ao questionamento da pesquisa evidenciando os efeitos da Arteterapia e a melhora na qualidade de vida dos idosos. **Resultados:** Evidenciou-se que a Arteterapia traz benefícios aos que a utilizam. Apresentando resultados significativos, com melhoras na socialização, na autoestima, na qualidade de vida, na saúde, na qualidade de interação entre os idosos. **Conclusão:** A Arteterapia traz benefícios aos idosos, promovendo saúde, apesar das limitações geradas pela idade, levando-os estes a um envelhecimento saudável, principalmente com a inserção das terapias alternativas.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida; Idoso; Terapias complementares.

## **Abstract**

**Objective:** To carry out a Systematic Review to verify the effect of Art Therapy in the quality of life of independent elderly. **Methods:** A systematic review was carried out based on searches in the databases: PubMed (Medline), Scopus, Web of Science, Cochrane and Lilacs, in a comprehensive and unrestricted manner to the year or language of publication. Five articles were identified for the final sample, out of a total of 1,297 initial articles. Of the articles analyzed, all responded to the research question, showing the effects of Art Therapy and the improvement in the quality of life of the elderly. **Results:** It was evident that Art Therapy brings benefits to those who use it. Presenting significant results, with improvements in socialization, self-esteem, quality of life, health, quality of interaction among the elderly. **Conclusion:** Art therapy brings benefits to the elderly, promoting health, despite the limitations generated by age, leading them to healthy aging, especially with the insertion of alternative therapies.

**Keywords:** Quality of life; Aged; Complementary therapies.

## **Resumen**

**Objetivo:** Realizar una Revisión Sistemática para verificar el efecto de la Arteterapia en la calidad de vida de ancianos independientes. **Metodología:** Se realizó una Revisión Sistemática basada en búsquedas en las bases de datos: PubMed (Medline), Scopus, Web of Science,

Cochrane y Lilacs, de forma integral y sin restricciones al año o idioma de publicación. Se identificaron cinco artículos para la muestra final, de un total de 1.297 artículos iniciales. De los artículos analizados, todos respondieron a la pregunta de investigación, mostrando los efectos de la Arteterapia y la mejora en la calidad de vida de las personas mayores. Resultados: Se evidenció que la Arteterapia aporta beneficios a quienes la utilizan. Presentando resultados significativos, con mejoras en socialización, autoestima, calidad de vida, salud, calidad de interacción entre los ancianos. Conclusión: La arteterapia trae beneficios a las personas mayores, promoviendo la salud, a pesar de las limitaciones que genera la edad, conduciéndolas a un envejecimiento saludable, especialmente con la inserción de terapias alternativas.

**Palabras clave:** Calidad de vida; Anciano; Terapias complementarias.

## 1. Introdução

O processo de envelhecimento consiste em acumular danos moleculares e celulares que com o tempo leva a uma perda gradual nas reservas fisiológicas dos indivíduos, aumentando o risco de contrair diversas doenças e de ter um declínio geral na sua capacidade intrínseca (Teixeira, 2010). Entretanto, essas mudanças não seguem um padrão e são vagamente associadas à idade de uma pessoa em anos.

Com a mudança da expectativa de vida, a maior parte da população mundial já espera viver 60 anos ou mais, em países subdesenvolvidos como o Brasil, uma criança que nasceu em 2015 já pode esperar viver 20 anos a mais que as que nasceram há 50 anos atrás (United Nations, 2019). Sendo assim, há a necessidade de desenvolver políticas públicas específicas para atender essa população, e promover um envelhecimento cada vez mais saudável e com boa qualidade de vida (Camargos, 2019).

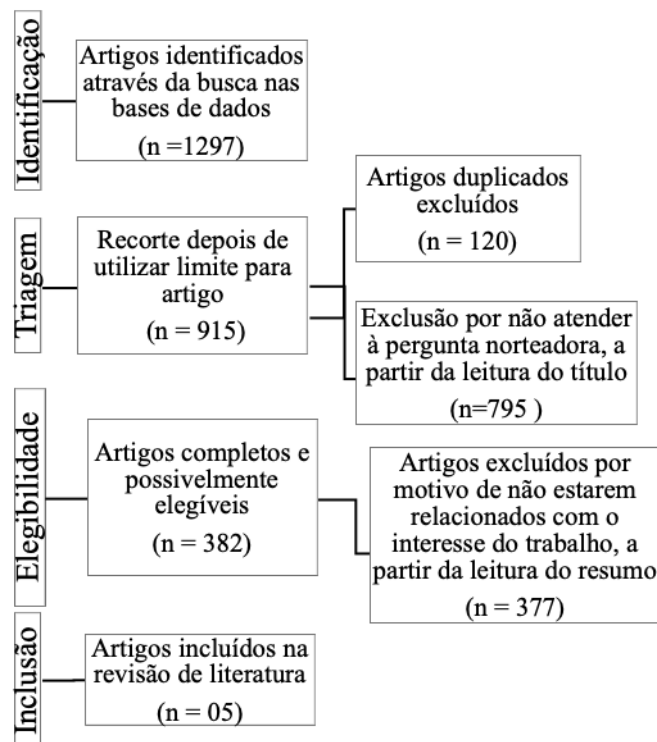
Uma das facetas que vem sendo trabalhadas para esse envelhecimento saudável é a inclusão de práticas integrativas e complementares. Entre elas, a Arteterapia destaca-se como atividade terapêutica voltada para a população idosa, disposta em várias modalidades como: pintura, desenho, sons, música, modelagem, colagem, mímica, tecelagem, expressão corporal, escultura, dentre outras, estimulando a expressão criativa, auxiliando no desenvolvimento motor, no raciocínio e no relacionamento afetivo (Brasil, 2015; 2017).

Diante o exposto, o objetivo dessa Revisão Sistemática é identificar o efeito da Arteterapia na qualidade de vida de idosos.

## 2. Metodologia

Esta Revisão Sistemática seguiu os preceitos de Galvão (2014) e Donato (2019) para o seu delineamento e as recomendações dos itens de Relatório Preferencial para Revisões Sistemáticas e Metanálise (PRISMA). Para tal, buscou-se solucionar a seguinte pergunta: Idosos (População) submetidos à Práticas Integrativas e Complementares/ Arteterapia/ Trabalho Manuais (Intervenção) apresentam um melhor estado de Saúde/ Bem-Estar/ Qualidade de Vida/ Depressão (Desfecho)? Na Figura 1, é possível verificar o fluxo de seleção dos artigos para o presente estudo.

**Figura 1** – Diagrama prisma.



Fonte: Autores.

### Estratégia de Busca

A estratégia de busca abrangeu as bases de dados eletrônicas e as listas de referência de artigos publicados até julho de 2018. Foram pesquisadas as seguintes bases de dados eletrônicas: Medline (Pubmed), Scopus, Cochrane, Web of Science e Lilacs, de forma abrangente e irrestrita ao ano ou idioma de publicação. Os termos do MeSH usados para

pesquisa foram: “aged, 80 and over”, “elderly”, “oldest old”, “octogenarian”, “octogenarians”, “nonagenarian”, “nonagenarians”, “centanarian”, “centanarians” (POPULAÇÃO); “teraphy, art”, “art therapies”, therapies, art”, “integrative and complementary therapy”, “integrative and complementary therapies”, “groups of experiences”, “handcrafting”, “hand-crafting”, “handcraft” (INTERVENÇÃO); “quality of life”, “well-being”, “good general health”, HRQOL (DESFECHO).

A estratégia de busca para cada base de dado está descrita no Quadro 1. Para tal, foram incluídos termos livres relacionados a cada tópico. Os operadores booleanos “AND” e “OR” foram utilizados para combinar os termos da pesquisa.

**Quadro 1** - Estratégia de busca para revisão sistemática: A Arteterapia influencia na qualidade de vida da pessoa idosa?

Database	Strategy
<p><b>PubMed</b> (n=383)</p>	<p>((((((((((((((((((aged[MeSH Terms]) OR “aged, 80 and over”[MeSH Terms]) OR elderly[MeSH Terms]) OR “oldest old”[MeSH Terms]) OR octogenarian[MeSH Terms]) OR octogenarians[MeSH Terms]) OR nonagenarian[MeSH Terms]) OR nonagenarians[MeSH Terms]) OR centenarian[MeSH Terms]) OR centenarians[MeSH Terms]) OR aged[Title/Abstract]) OR “aged, 80 and over”[Title/Abstract]) OR elderly[Title/Abstract]) OR “oldest old”[Title/Abstract]) OR octogenarian[Title/Abstract]) OR octogenarians[Title/Abstract]) OR nonagenarian[Title/Abstract]) OR nonagenarians[Title/Abstract]) OR centenarian[Title/Abstract]) OR centenarians[Title/Abstract])) AND (((((((((((((((therapy, art[MeSH Terms]) OR “art therapies”[MeSH Terms]) OR therapies, art[MeSH Terms]) OR “integrative and complementary therapy”[MeSH Terms]) OR “integrative and complementary therapies”[MeSH Terms]) OR “groups of experiences”[MeSH Terms]) OR therapy, art[Title/Abstract]) OR art therapies[Title/Abstract]) OR therapies, art[Title/Abstract]) OR “integrative and complementary therapy”[Title/Abstract]) OR “integrative and complementary therapies”[Title/Abstract]) OR “groups of experiences”[Title/Abstract]) OR handcrafting[Title/Abstract]) OR hand-crafting[Title/Abstract]) OR handicraft[Title/Abstract])) AND (((((((“quality of life”[MeSH Terms]) OR well-being[MeSH Terms]) OR “good general health”[MeSH Terms]) OR HRQOL[MeSH Terms]) OR “quality of life”[Title/Abstract]) OR well-being[Title/Abstract]) OR “good general health”[Title/Abstract]) OR HRQOL[Title/Abstract]))</p>
<p><b>SCOPUS</b> (n=572)</p>	<p>(TITLE-ABS-KEY(aged) OR TITLE-ABS-KEY(“aged, 80 and over”) OR TITLE-ABS-KEY(elderly) OR TITLE-ABS-KEY(“oldest old”) OR TITLE-ABS-KEY(octogenarian) OR TITLE-ABS-KEY(octogenarians) OR TITLE-ABS-KEY(nonagenarian) OR TITLE-ABS-KEY(nonagenarians) OR TITLE-ABS-KEY(centenarian) OR TITLE-ABS-KEY(centenarians)) AND (TITLE-ABS-KEY(therapy, art) OR TITLE-ABS-KEY(“art therapies”) OR TITLE-ABS-KEY(therapies, art) OR TITLE-ABS-KEY(“integrative and complementary therapy”) OR TITLE-ABS-KEY(“integrative and complementary therapies”) OR TITLE-ABS-KEY(“groups of experiences”) OR TITLE-ABS-KEY(handcrafting) OR TITLE-ABS-KEY(hand-crafting) OR TITLE-ABS-KEY(handicraft)) AND (TITLE-ABS-KEY(“quality of life”) OR TITLE-ABS-KEY(well-being) OR TITLE-ABS-KEY(“good general health”) OR TITLE-ABS-KEY(HRQOL))</p>

<b>WEB OF SCIENCE</b>  (n=287)	<i>(TS=(aged OR “aged, 80 and over” OR elderly OR “oldest old” OR octogenarian OR octogenarians OR nonagenarian OR nonagenarians OR centenarian OR centenarians)) AND (TS=(therapy, art OR “art therapies” OR therapies, art OR “integrative and complementary therapy” OR “integrative and complementary therapies” OR “groups of experiences” OR handcrafting OR hand-crafting OR handicraft)) AND (TS=(“quality of life” OR well-being OR “good general health” OR HRQOL))</i>
<b>LILACS</b>  (n=55)	<i>((TW:(aged)) OR (TW:(“aged, 80 and over”)) OR (TW:(elderly)) OR (TW:(“oldest old”)) OR (TW:(octogenarian)) OR (TW:(octogenarians)) OR (TW:(nonagenarian)) OR (TW:(nonagenarians)) OR (TW:(centenarian)) OR (TW:(centenarians))) AND ((TW:(therapy, art)) OR (TW:(“art therapies”)) OR (TW:(therapies, art)) OR (TW:(“integrative and complementary therapy”)) OR (TW:(“integrative and complementary therapies”)) OR (TW:(“groups of experiences”)) OR (TW:(handcrafting)) OR (TW:(hand-crafting)) OR (TW:(handicraft))) AND ((TW:(“quality of life”)) OR (TW:(well-being)) OR (TW:(“good general health”)) OR (TW:(HRQOL)))</i>

Fonte: Autores.

### **Critério de elegibilidade**

Os critérios de elegibilidade dos termos utilizados para a pesquisa foram baseados nos elementos da POPULAÇÃO (“aged, 80 and over”, “elderly”, “oldest old”, “octagenarian”, “octagenarians”, “nonagenarian”, “nonagenarians”, “centanarian”, “centanarians”); INTERVENÇÃO (“teraphy, art”, “art therapies”, “therapies, art”, “integrative and complementary therapy”, “integrative and complementary therapies”, “groups of experiences”, “handcrafting”, “hand-crafting”, “handcraft”) e DESFECHOS (“quality of life”, “well-being”, “good general health”, HRQOL).

De acordo com a estratégia PICO avaliou-se o efeito da Arteterapia (Intervenção) na Qualidade de Vida (Desfecho) da pessoa Idosa (População). Foram selecionados estudos intervencionais e observacionais, cujos critérios de inclusão dos participantes idosos foram: estar fisicamente e mentalmente capaz de participar da aula de arte; ter idade maior ou igual a 60 anos; participar de algum grupo ou centro de convivência para terceira idade; ter condições cognitivas para responder à entrevista; ser voluntário; ter disponibilidade para caminhar ou viajar e ter habilidades visuais e auditivas suficientes. Foram excluídos os trabalhos com as seguintes características: relatos de casos, séries de casos, revisões da literatura, livros, teses, dissertações, editoriais e cartas ao editor.

### **Triagem, extração de dados e síntese qualitativa**

Um gerenciador de referência e um software de processamento (Mendeley® Desktop, Elsevier) foi usado para organizar referências e remover duplicatas. Títulos e resumos foram analisados durante a triagem inicial. Posteriormente, artigos de textos completos que pareciam

satisfazer os critérios de inclusão foram recuperados para confirmar a sua elegibilidade. Os dados extraídos foram computados e as informações colocadas em uma planilha eletrônica.

Foram extraídas as informações de: autores, país, amostra, critérios de inclusão, desenho do estudo, prática integrativa, avaliação da qualidade de vida, forma de coleta de dados, resultados e conclusão. Esses dados foram condensados e podem ser consultados no Quadro 2, atente principalmente aos delineamentos, amostra e resultados encontrados.

### **Avaliação de Qualidade**

A qualidade metodológica dos estudos incluídos foi analisada por meio do instrumento de avaliação da qualidade de Fowkes & Fulton (1991), considerando os seguintes aspectos: delineamento do estudo, amostra, grupo controle, qualidade das medidas e resultados, completude e influência distorcida. Questões resumidas avaliaram o risco de viés, a presença de fatores de confusão e se os resultados ocorreram por acaso.

**Quadro 2** – Dados extraídos dos estudos incluídos na Revisão Sistemática: a arteterapia influencia na qualidade de vida da pessoa idosa?

Autor/data	País (do estudo)	Amostra	Critérios de inclusão	Desenho do estudo	Prática Integrativa	Avaliação da Qualidade de vida	Forma de coleta de dados	Resultados	Conclusão
Weiss (1989)	EUA	49	Fisicamente e mentalmente capazes de participar de aulas de arte	Intervenção	Os alunos progrediram de linhas de pintura em papel, a mistura de cores, a pintura de formas, a pintura em tecido.	Interação dos participantes com os outros residentes do asilo	Entrevistas (questionário)	A participação dos idosos nas aulas de arte-educação trouxe um aumento significativo na qualidade da interação dos participantes com outros residentes do asilo e a auto-estima não foi afetada pela participação nas aulas, pois já apresentavam elevada auto-estima.	A mudança significativa que ocorreu em “qualidade de interação”, resultou, também, na possível estabilidade de “Auto-estima”.
Guedes, (2011)	Brasil	22	Maior ou igual a 60 anos	Observacional	Arte, artesanato, música, teatro e dança, trabalhos manuais (pintura, bordado, crochê, macramê e artesanato variado)	Autoimagem	Exploratória e qualitativa	Os trabalhos manuais fortaleceram a autoimagem das idosas, através da concretização dos trabalhos, assim como a socialização, minimizando eventuais impactos decorrentes do envelhecimento e, até mesmo, permitindo surgir, habilidades artísticas e o seu aprimoramento.	O idoso criativo tem ideias próprias, aceita com facilidade os limites do corpo, tem mais cuidado consigo, encontra novas possibilidades para desfrutar a vida. Valoriza mais os instantes, presta mais atenção nos detalhes da vida, é dono dos seus desejos e luta por eles, constrói relações positivas que lhe dão prazer, tendo assim maior bem-estar e melhor qualidade de vida.



Wichmann, (2013)	Brasil e Espanha	262 (Brasil) e 262 (Espanha) = 524	Ter 60 anos ou mais, participar de grupo de convivência para a terceira idade e possuir condições para responder à entrevista.	Observacional	Grupo de Convivência	Instrumento da Universidade de Barcelona	Entrevista (Análise qualitativa)	Essa forma de lazer é muito importante na medida em que reduz o estresse, a ansiedade e a depressão, assim como proporciona o desenvolvimento do espírito crítico das pessoas idosas	As mudanças atingiram os fatores relacionados com a questão da saúde. Com mudanças relacionadas as dores que os impediam de realizar atividades comuns da vida diária. As atividades realizadas auxiliaram para que os idosos deste estudo pudessem obter um estilo de vida mais saudável e, conseqüentemente, melhorar sua qualidade de vida.
Kim, (2013)	EUA	50	Americanos coreanos, idade (69 - 87) anos, falar inglês e coreano.	Intervenção	Grupo Arteterapia: Pinturas (tintas acrílicas), argila branca, lápis de cor, lápis de cera, marcadores e lápis; Grupo Controle: ler livros, jogos de tabuleiros, assistir televisão.	Envelhecimento saudável, bem-estar e uma melhor qualidade de vida.	Questionário	Os resultados mostraram a eficácia da arteterapia no envelhecimento saudável; os participantes do Grupo de Arteterapia relataram uma diminuição no estado de ansiedade e um aumento na autoestima após a intervenção da Arteterapia comparados aos do Grupo Controle.	Muitos autores sugerem que a arteterapia contribui para o envelhecimento saudável dos idosos coreanos americanos, promovendo o seu bem-estar e uma melhor qualidade de vida.
Ima, (2014)	Coréia	94	60 anos ou mais; não tendo dificuldade em caminhar ou viajar e com suas habilidades visuais e auditivas bom suficiente.	Intervenção	Musicoterapia: tambor coreano, instrumentos rítmicos, atividades relacionadas com a infância, carrilhão e ching-ching. Terapia da arte: mandala desenho, Desenho revezando, expressão de partes do corpo, colagem	Melhora da qualidade de vida	Entrevista	A arte e a musicoterapia são eficazes para resolver o assunto da depressão	Os programas de arte e musicoterapia são eficazes na redução do grau de depressão.

Fonte: Autores.

### 3. Resultados

A pesquisa inicial identificou 1297 artigos, sendo analisados 1009 após a remoção das duplicatas. Seguiu-se para a leitura dos títulos e resumos, no qual 15 artigos foram selecionados para a leitura na íntegra. Após esse processo, 10 foram excluídos por não cumprirem os critérios de inclusão; os 5 artigos restantes foram incluídos para a extração de dados e síntese qualitativa conforme exibido no Quadro 2 e também foram avaliados quanto a sua qualidade metodológica (Quadro 3).

**Quadro 3** – Qualidade metodológica dos estudos incluídos.

Lista de verificação	Diretrizes	Weiss, 1989	Guedes, 2011	Wichmann, 2013	Kim, 2013	Ima, 2014
<b>Desenho do estudo apropriado?</b>	Transversal	NA	0	0	NA	NA
	Coorte	NA	NA	NA	NA	NA
	Ensaio controlado	0	NA	NA	0	0
	Coorte, caso-controle, transversal	NA	NA	NA	NA	NA
<b>Exemplo de estudo representativo?</b>	Fonte de amostra	0	0	0	0	0
	Método de amostragem	+	+	+	+	+
	Tamanho da amostra	0	0	0	0	0
	Crítérios de entrada e exclusões	0	0	0	0	0
<b>Grupo controle aceitável?</b>	Definição de controle	0	NA	NA	0	0
	Fonte de controle	0	NA	NA	0	0
	Correspondência / randomização	0	NA	NA	0	0
	Características comparáveis	0	NA	NA	0	0
<b>Qualidade das medições e resultados?</b>	Validade	0	0	0	0	0
	Reprodutibilidade	0	0	0	0	0
	Cegamento	+	NA	NA	+	+
	Controle de qualidade	NA	NA	NA	NA	NA
<b>Completo?</b>	Conformidade	NA	NA	NA	NA	NA
	Desistências	+	NA	NA	0	0
	Morte	0	NA	NA	0	0

	Dados ausentes	0	0	0	0	0
<b>Influência distorcida?</b>	Tratamentos estranhos	NA	NA	NA	NA	NA
	Contaminação	NA	NA	NA	NA	NA
	Mudanças ao longo do tempo	NA	NA	NA	NA	NA
	Fatores Confusionais	NA	NA	NA	NA	NA
	Distorção reduzida pela análise	NA	NA	NA	NA	NA
<b>Questões sumárias</b>	Viés - Os resultados estão erroneamente inclinados em uma determinada direção?	No	No	No	No	No
	Confundimento - Há alguma confusão séria ou outras influências distorcidas?	No	No	No	No	No
	Chance - É provável que os resultados tenham ocorrido por acaso?	No	No	No	No	No

NA (Não se aplica); No (Não); 0 (sem problema); + (Problema menor); ++ (Problema maior). Fonte: Autoria própria.

Observem que os estudos apresentam baixo risco de viés quanto a sua avaliação. Onde os problemas identificados foram em sua maioria quanto a amostragem dos estudos e o cegamento no momento de medição dos resultados.

### Características dos estudos

Os estudos incluídos envolveram um total de 739 idosos. Estes foram realizados nos Estados Unidos, no Brasil, na Espanha e na Coreia.

O estudo realizado por Weiss (1989) observou que maior parte dos idosos que fazem Arteterapia melhoram no uso de elementos de composição artística, o que causou aumento na socialização; quanto à autoestima não foi afetada pela participação nas aulas, pois eles apresentavam uma autoestima elevada.

No estudo de Guedes (2011) evidenciou-se que os trabalhos manuais fortalecem a autoimagem das idosas, por meio da concretização dos trabalhos, a socialização, minimizando os eventuais impactos decorrentes do envelhecimento, permitindo surgir as habilidades artísticas e o seu aprimoramento.

Os benefícios enumerados por esta prática são: resgate de habilidades esquecidas; memorização; mudança na qualidade de vida, pois a pessoa passa a ter mais saúde ao recuperar a memória; reforço na intensidade da operação mental (contar pontos) para não cometer erros; aumento da socialização; aquisição da cultura do encontro; ir ao encontro do

outro; trabalhos realizados em grupos (coletivos); novas amizades; laços afetivos; os trabalhos manuais e o seu ressignificado pela Arteterapia que é um fenômeno, tem ação terapêutica surpreendente, pois, das dores e dos problemas os idosos esquecem enquanto praticam (Guedes, 2011).

O estudo de Wichmann (2013) foi realizado no Brasil e na Espanha e evidenciou que a população “mais idosa”, ou seja, de 80 anos e mais, também está aumentando, alterando a composição etária dentro do próprio grupo, tanto no Brasil como na Espanha. A população idosa está envelhecendo e esse aumento da sobrevida deve-se aos avanços da medicina e da tecnologia, de acordo com os dados a seguir.

Depreende-se que a participação de idosos em grupos de convivência é de grande relevância, pois, associam bem-estar a saúde mental e física, têm oportunidades de compartilhar suas angústias, tristezas, amores, alegrias, afetos, saberes, reduzindo, assim, sentimentos como medo, insegurança, depressão, principalmente diante da perda de entes queridos e membros da família. Neste grupo eles doam e recebem afeto, conversam com amigos e trocam as experiências de vida, fazem novas e boas amizades (Wichmann, 2013).

O estudo de Kim (2013) tem como objeto os idosos americanos coreanos, e evidenciou que a Arteterapia é eficaz, pois promove o bem-estar e um envelhecimento saudável, também uma emoção positiva, uma autoestima elevada e uma melhor qualidade de vida, além de reduzir os sentimentos negativos e ansiedade.

O estudo de Ima (2014), apresentou como instrumento de intervenção os efeitos da arte e musicoterapia em depressão e função cognitiva dos idosos e evidenciou que tanto a arte como a música reduziram o nível de depressão nesses indivíduos, mas sobre as habilidades cognitivas não obtiveram efeitos.

#### **4. Discussão**

Essa revisão revela que a Arteterapia apresentou resultados positivos aos idosos praticantes, sejam eles institucionalizados ou não. Essa prática complementar faz com que os idosos sejam estimulados para a aprendizagem diante dos conteúdos apresentados, sendo estes, muitas vezes verdadeiros desafios a serem vencidos, pois as atividades com arte vão em busca de habilidades aparentemente esquecidas.

Devido aumento da população idosa, percebe-se que os idosos não institucionalizados estão procurando e sendo inseridos em trabalhos de Arteterapia; acresce-se que são mais persistentes em permanecer nessas atividades. Mesmo diante das dificuldades, os benefícios

terapêuticos superam as expectativas (Weiss, 1989; Guedes, 2011; Wichmann, 2013; Kim, 2013).

Entretanto, os idosos institucionalizados são mais dependentes e frágeis, desistem com mais facilidades, existindo uma carência destes trabalhos para eles, visto que representam grupos menores. Apesar das dificuldades os que permanecem são contemplados com os benefícios da Arteterapia (Weiss, 1989).

O aumento da expectativa de vida de idosos deve-se ao resultado das Políticas Públicas e investimentos promovidos pelo Estado, pela sociedade e pela multiplicação da ciência e tecnologia (Cruz, 2010). Ressalta-se que o envelhecimento populacional é um fenômeno recente na história da humanidade e que acontece de forma gradual, contínua e irreversível (Miranda, 2016).

Os estudos apresentaram aumento significativo na qualidade de interação dos idosos participantes com os demais residentes do asilo, o que resultou em maior socialização e confiança para enfrentar os desafios que a vida impõe, com consequente melhoria da autoestima (Weiss, 1989; Kim, 2013).

Percebeu-se, também, um fortalecimento da autoimagem através da concretização dos trabalhos; socialização, surgimento de novas habilidades artísticas e aperfeiçoamento; mudança na qualidade de vida pela recuperação da memória. A Arteterapia contribuiu para a redução do sentimento de solidão, da dependência de remédios; a melhoria do quadro de depressão; a renda extra pela produção de trabalhos manuais e uma maior satisfação diante dos trabalhos concluídos (Guedes, 2011; Wichmann, 2013).

O idoso saudável, ativo, independente vive em busca de novas amizades, vai ao encontro do outro, para partilhar e compartilhar, quer se livrar da solidão, participando de grupos de convivência, revelando com isto autonomia, torna-se mais sociável, resultando assim maior bem-estar e uma qualidade de vida abundante (Valer, 2015).

Os idosos quando participante desta prática enfrentam os desafios, diante das limitações imposta pela idade, mas, esquecem das suas dores, curtem cada momento, vão em busca de si mesmos e do outro. Esse ressignificado à Arteterapia como fenômeno é transferido para os idosos trazendo um ressignificado à vida, pois é através das atividades artísticas que expressam: sentimentos/ emoções/ alegria/ tristeza/ perda/ dor; pensamentos e atitudes, ou seja, é a exteriorização do interior, do eu consciente ou inconsciente (Depret, 2020).

Como limitações desse estudo destaca-se a falta de padronização nas metodologias dos estudos realizados, o que dificulta uma comparação mais direta entre os mesmos e aos seus

resultados encontrados. O desenvolvimento de estudos intervencionais sobre essa terapia são de suma importância para a comprovação desses achados.

Por fim, a Arteterapia, tem apresentado muitos benefícios para quem faz parte destes trabalhos, sejam os institucionalizados ou não, seja em qualquer parte do mundo, seja em combinação com outras terapias como a música, a pintura, os trabalhos manuais, podendo ser comparadas com grupo controles (ler livros, assistir TV, entre outras atividades), com os grupos de convivência ou individual, pois neste sentido, a Arteterapia estende-se para além das instituições, para as casas das participantes (Coqueiro, 2010).

## 5. Conclusão

Os resultados da pesquisa evidenciaram os benefícios que a Arteterapia traz para os idosos, promovendo saúde, apesar das limitações geradas pela idade, levando-os a um envelhecimento saudável com melhora no bem-estar e na qualidade de vida.

Espera-se que novos estudos intervencionais sobre a arteterapia sejam desenvolvidos, assim, um embasamento teórico mais sólido poderá confirmar a sua evidência.

## Referências

Brasil. (2015). *Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso* (2a ed.), Brasília: Ministério da Saúde.

Brasil. (2017). *Portaria nº 849, de 27 de março de 2017. Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares*. Brasília: Ministério da Saúde. Recuperado de <[http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849\\_2803\\_2017.html](http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849_2803_2017.html)>.

Camargos, M. C. S., et al (2019). Estimativas de expectativa de vida livre de incapacidade funcional para Brasil e Grandes Regiões, 1998 e 2013. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24(3), 00737-747. <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232018243.07612017>.

Coqueiro, N. F., Vieira, F. R. R., & Freitas, M. M. C. (2010). Arteterapia como dispositivo terapêutico em saúde mental. *Acta Paulista de Enfermagem*, 23(6), 859-862. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-21002010000600022>

Cruz, D. T., Caetano, V. C., & Leite, I. C. G (2010). Envelhecimento populacional e bases legais da atenção à saúde do idoso. *Cad. Saude Colet*, 18(4), 500-508.

Depret, O. R., Maia, E. B. S., Borba, R. I. H., & Ribeiro, C. A. (2020). Saúde e bem-estar: a arteterapia para profissionais de saúde atuantes em cenários de cuidado ambulatorial. *Escola Anna Nery*, 24(1), e20190177. <http://dx.doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2019-0177>

Donato, H., & Donato, M. (2019). Stages for Undertaking a Systematic Review. *Acta Med Port*, 32(3), 227-235. <https://doi.org/10.20344/amp.11923>

Fowkes, F. G. R., & Fulton, P. M. (1991). Critical appraisal of published research: introductory guidelines. *BMJ*, 302, 1136-40. <https://doi.org/10.1136/bmj.302.6785.1136>

Galvão, T. F., & Pereira, M. G (2014). Revisões sistemáticas da literatura: passos para sua elaboração. *Epidemiol. Serv. Saúde*, 23(1), 183-184. <https://doi.org/10.5123/S1679-49742014000100018>

Guedes, M. H. M., Guedes, H. M., & Almeida, M. E. F. (2011) Efeito da prática de trabalhos manuais sobre a autoimagem de idosos. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.* 2011; 14(4), 731-742.

Kim, S. K (2013). A randomized, controlled study of the effects of art therapy on older Korean-Americans' healthy aging. *The Arts in Psychotherapy*, 40(1):158–164. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2012.11.002>

Ima, M. L., & Lee, J. I. (2014). Effects of art and music therapy on depression and cognitive function of the elderly. *Technol and Health Care*, 22(3):453–458. <https://doi.org/10.3233/THC-140803>

Miranda, G. M. D., Mendes, A. C. G., & Silva, A. L. A. (2016). O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e consequências sociais atuais e futuras. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, 19(3), 507-519. <http://dx.doi.org/10.1590/1809-98232016019.150140>

Teixeira, I. N. D. O., & Guariento, M. E. (2010). Biologia do envelhecimento: teorias, mecanismos e perspectivas. *Ciência & Saúde Coletiva*, 15(6), 2845-2857. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232010000600022>

Valer, D. B., Bierhals, C. C. B. K, Aires, M., & Paskulin, L. M. G. (2015). The significance of healthy aging for older persons who participated in health education groups. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, 18(4), 809-819. <http://dx.doi.org/10.1590/1809-9823.2015.14042>

Weiss, W., Schafer, D. E., & Berghorn, F. J. (1989) Art for institutionalized elderly. *Journal of the AATA*, 6(1), 10-17.

Wichmann, F. M. A., Couto, A. N., Areosa, S. V. C., & Montañés, M. C. M. (2013) Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, 16(4):821-832. <https://doi.org/10.1590/S1809-98232013000400016>

United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division (2019). Population Facts No. 2019/6, December 2019: How certain are the United Nations global population projections?.

#### **Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito**

Ana Zuli Vidal Moreira de Freitas – 20%

Ana Karina Moreira de Vasconcelos – 20%

Rênnis Oliveira da Silva – 20%

Suzanne Pinheiro Costa e Silva – 10%

Carmem Silvia Laureano Dalle Piagge – 10%

Yuri Wanderley Cavalcanti – 20%