

Trabalho apresentado no 25º CBCENF

Título: ARTETERAPIA COMO FERRAMENTA DE PROMOÇÃO DO AUTOCUIDADO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Relatoria: Letícia Silva Saraiva
Yasmim Farias Ferreira
Victoria Nascimento Brito da Silva

Autores: Keteney Lohanna Farias Barbosa
Maycon Ronald dos Santos Silva
Semiramis Bernardino Marinho

Modalidade: Pôster

Área: Tecnologia, empreendedorismo e inovação no cuidado em Enfermagem

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) foram regulamentadas no Sistema Único de Saúde através da portaria nº 971/2006. Elas estimulam a autonomia e empoderam o sujeito para o autocuidado, podendo ampliar a autoestima e a produtividade. No decorrer dos anos, novas práticas foram reconhecidas e regulamentadas como PICS, sendo uma delas a arteterapia. A arteterapia abrange técnicas expressivas com base no princípio de que o processo criativo é terapêutico e fomentador da qualidade de vida. Nesse contexto, a técnica de colagem ganha destaque como um recurso que promove a resignificação das percepções, abordando a transformação, e assim ampliando o entendimento do indivíduo acerca de si e do mundo, estimulando reflexões. O presente trabalho objetivou relatar a experiência vivenciada em uma oficina de colagem como ferramenta de promoção do autocuidado. Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, vivenciado através do Programa de Educação pelo Trabalho (PET-Saúde). A oficina foi realizada em março de 2023, com um grupo de mulheres de um Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) localizado no município de Quixadá-Ceará. Participaram da oficina 8 mulheres, de diferentes faixas etárias. Inicialmente foi abordado com as participantes a simbologia do mês da mulher e realizados questionamentos sobre o quanto elas priorizam o autocuidado. Após esse diálogo, foi introduzido o que é a arteterapia e colagem, e orientado que cada uma realizasse uma colagem sobre as coisas que gostam e que as fazem bem. Foram disponibilizados livros, revistas, tesouras, cartolinas, cola e glitter para a execução da atividade. Ao final da oficina, cada uma apresentou sua colagem e reflexões pessoais. Todas do grupo se mostraram participativas e colaborativas, o intuito do momento foi fazer com que elas pudessem olhar para si mesmas e refletirem sobre a importância de priorizar um tempo para fazerem as coisas que as fazem bem. A colagem revelou-se uma prática enriquecedora e sensível, possibilitando que as participantes expressassem seus sentimentos de maneira criativa, além de ampliar a consciência sobre a importância das atividades que promovem o equilíbrio emocional e físico. A limitação de tempo apresentou-se como um desafio, contudo, a atividade foi bem sucedida. A experiência reforça a importância das ações de promoção da saúde com abordagem holística, enxergando o sujeito com um olhar biopsicossocial.