

## A efetividade da Arterapia no Tratamento da Doença Mental: revisão integrativa

Miriam Marques<sup>1</sup>, Hugo Fernandes<sup>2</sup>, Marlene Martins<sup>3</sup>, Etienne Lucas<sup>4</sup>, Pedro Oliveira<sup>5</sup>, Carlos Laranjeira<sup>6</sup>

<sup>1</sup> Escola Superior de Saúde Jean Piaget/Viseu, Portugal, miriam\_marques89@hotmail.com

<sup>2</sup> Escola Superior de Saúde Jean Piaget/Viseu, Portugal, hugo\_fernandes\_14@hotmail.com

<sup>3</sup> Escola Superior de Saúde Jean Piaget/Viseu, Portugal, marlribmar@gmail.com

<sup>4</sup> Escola Superior de Saúde Jean Piaget/Viseu, Portugal, etiennefalcao06@gmail.com

<sup>5</sup> Escola Superior de Saúde Jean Piaget/Viseu, Portugal, poliveirinha@gmail.com

<sup>6</sup> RECI I&D, Escola Superior de Saúde Jean Piaget/Viseu, Portugal, calaranjeira@sapo.pt

### ABSTRACT

**INTRODUÇÃO:** À luz dos registos epidemiológicos recolhidos na última década, é possível afirmar que, os problemas relacionados com a saúde mental são a causa primordial de incapacidade e uma das causas principais de morbilidade e morte prematura<sup>[1]</sup>. A pessoa com doença mental enfrenta uma enorme variedade de sintomas entre as quais alterações do humor, memória, perceção e pensamento. Muitas destas alterações evoluem no tempo, tornando o indivíduo disfuncional, a nível pessoal, familiar, social e laboral. Diante da complexidade desta problemática, diferentes tipos de programas terapêuticos de natureza psicossocial, têm sido concebidos para a recuperação do seu estado de saúde mental, designadamente a arterapia. **OBJETIVO:** A presente revisão integrativa da literatura pretende analisar a produção científica sobre a efetividade da arterapia no tratamento da doença mental. **MÉTODO:** Foram incluídos 6 estudos selecionados a partir da base eletrónica *Medline*, em que os critérios de inclusão incluíram: artigos publicados disponíveis em *full text* dos últimos 5 anos; estudos na língua inglesa, espanhola e portuguesa; estudos sobre arteterapia que envolvam pessoas com doença mental; e estudos de natureza quantitativa, qualitativa e/ou mistos. **RESULTADOS:** A evidência encontrada entre os resultados obtidos permitiu verificar a efetividade da arterapia no tratamento da Doença Mental, nomeadamente no que diz respeito à Depressão, Esquizofrenia e Transtorno Pós-Traumático. Foram ainda demonstrados benefícios para aspectos importantes do processo de reabilitação dos participantes, tais como a melhoria dos níveis de autoestima e autoeficácia, distração e alívio de preocupações e pensamentos negativos<sup>[2,3]</sup>, fundamentais ao modelo do *recovery*. **CONCLUSÕES:** Foram identificados diversos benefícios para a reabilitação psicossocial de indivíduos com doença mental a partir da produção artística. Todavia, alguns aspectos relativos ao uso da arterapia como recurso terapêutico precisam de ser aprofundados, tais como os mecanismos pelos quais o processo artístico promove os seus efeitos, e

qual duração dos seus benefícios. Os estudos encontrados na literatura são ainda incipientes, no sentido de avaliar a eficácia de programas de arteterapia para comparação de resultados, porque são orientados por objetivos diferentes e adotam amostras muito heterogéneas.

**Keywords:** *arteterapia, saúde mental, reabilitação psicossocial*

**References:**

- [1] Direção-Geral da Saúde [homepage on the Internet]. Programa Nacional para a Saúde Mental 2017. Retrieved from [updated 2017 Oct 20; cited 2018 Nov 17]. Available from: <https://www.dgs.pt/portal-da-estatistica...saude/.../por-serie-885309-pdf.aspx?v...>
- [2] Mahendran R, Rawtaer I, Fam J, Wong J, Kumar A, Gandhi M, et al. Art therapy and music reminiscence activity in the prevention of cognitive decline: study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*. 2017; 18(1): 324.
- [3] Uttley L, Stevenson M, Scope A, Rawdin A, Sutton A. The clinical and cost effectiveness of group art therapy for people with non-psychotic mental health disorders: a systematic review and cost-effectiveness analysis. *BMC psychiatry*. 2015; 15(1): 151.