

DOI: <https://doi.org/10.58871/conimaps24.c42.ed05>

ARTE NO CAPS III: A POTÊNCIA DAS NARRATIVAS PESSOAIS**ART AT CAPS III: THE POWER OF PERSONAL NARRATIVES****LETÍCIA ROMA MARACAJÁ**Graduando em Psicologia pela Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS)¹**MICHELLE SOUZA DO AMARAL TORRES E SILVA**Graduando em Psicologia pela Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS)¹**RAIANE LÚCIA CRUZ DE OLIVEIRA TORRES**Graduando em Psicologia pela Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS)¹**MICHELE GOMES TARQUINO**Docente em Psicologia pela Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS)¹**RESUMO**

Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) fazem parte da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) no Brasil. O CAPS III é uma unidade de atenção integral, 24 horas e oferece cuidados intensivos para pessoas com transtornos mentais, substituindo internações psiquiátricas prolongadas por um modelo humanizado e comunitário. Assim, apropriação das histórias de vida pode ser uma ferramenta crucial para a recuperação em saúde mental, fortalecendo a autocompreensão, a identidade e a resiliência. Inspirada na arteterapia, a intervenção realizada mescla todos esses fatores, facilitando a autorreflexão, a comunicação e o bem-estar emocional. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma intervenção no formato de oficina, estruturada no compartilhamento e registro das narrativas de vida de usuários de um CAPS III em Recife-PE. **Método:** Trata-se de um estudo narrativo, com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência. O presente trabalho foi construído a partir do Arco de Magueres que é uma metodologia ativa e participativa, composta por cinco etapas: observação da realidade, pontos-chave, teorização, hipótese de solução e aplicação à realidade. O estudo foi realizado em sete encontros com a equipe e usuários de um CAPS III em Recife-PE. **Resultados/Discussão:** A intervenção, aplicada em formato de oficina atrelada a programação do mês da luta antimanicomial no CAPS III, teve a participação de sete usuários e criou um espaço seguro para expressão pessoal e criação artística. **Considerações Finais:** Contar histórias pessoais e expressá-las artisticamente tem impacto positivo na saúde mental, promovendo resiliência e autoconhecimento e a reconstrução da identidade pessoal. Assim, a oficina realizada evidencia que o processo criativo é capaz de transformar e melhorar a qualidade de vida dos indivíduos.

Palavras-Chave: arteterapia; saúde mental; narrativa pessoal.

ABSTRACT

Introduction: The Psychosocial Care Centers (CAPS) are part of the Psychosocial Care Network (RAPS) in Brazil. CAPS III is a 24-hour comprehensive care unit that provides intensive care for people with mental disorders, replacing prolonged psychiatric hospitalizations with a more humane and community-based model. Thus, the appropriation of life stories can be a crucial tool for mental health recovery, strengthening self-understanding, identity, and resilience. Inspired by art therapy, the intervention conducted integrates all these factors, facilitating self-reflection, communication, and emotional well-being. **Objective:** To report the experience of a workshop-based intervention, structured around the sharing and recording of life narratives of users from a CAPS III in Recife, PE. **Methodology:** This is a narrative study with a qualitative approach, in the form of an experience report. This work was built upon the Maguerez Arch, an active and participatory methodology consisting of five stages: observation of reality, key points, theorization, solution hypothesis, and application to reality. The study was carried out over seven meetings with the team and users of a CAPS III in Recife, PE. **Results/Discussion:** The intervention, applied in a workshop format aligned with the Anti-Asylum Month programming at CAPS III, involved seven users and created a safe space for personal expression and artistic creation. **Final Considerations:** Sharing personal stories and expressing them artistically has a positive impact on mental health, promoting resilience, self-awareness, and the reconstruction of personal identity. Thus, the workshop demonstrated that the creative process is capable of transforming and improving individuals' quality of life.

Keywords: art therapy; mental health; personal narrative.

1 INTRODUÇÃO

Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) são serviços de saúde mental que fazem parte da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) no Brasil. O CAPS III é uma unidade de atenção integral, com funcionamento 24 horas, que oferece cuidados intensivos e de alta complexidade para pessoas com transtornos mentais severos e persistentes. Este modelo de atenção visa substituir as internações psiquiátricas prolongadas, proporcionando um tratamento humanizado e comunitário (Brasil, 2004).

Essa mudança no paradigma de tratamento reflete uma compreensão mais ampla da saúde mental, focada na reintegração social e na criação de redes de apoio que ajudam a evitar o isolamento do paciente. O CAPS III, portanto, não só oferece suporte imediato, mas também busca promover a autonomia dos indivíduos atendidos, encorajando a criação de vínculos comunitários e o engajamento em atividades que fortaleçam a saúde mental e social dos usuários (Brasil, 2004).

A apropriação das próprias histórias de vida é um elemento crucial no processo de recuperação em saúde mental. Contar e registrar essas histórias permite que os indivíduos compreendam melhor suas experiências, fortaleçam sua identidade e promovam a resiliência.

A construção de narrativas pessoais é uma forma de resignificação, na qual a pessoa deixa de ser vista exclusivamente como portadora de um transtorno mental, e passa a ser reconhecida como alguém com uma história única, cheia de desafios, mas também de superações. Além disso, o processo de verbalização ou externalização de vivências pode gerar uma sensação de alívio e clareza emocional, o que facilita a reorganização interna diante de traumas e dificuldades (White & Epston, 1990)

A arteterapia, como uma modalidade terapêutica não-verbal, ajuda os pacientes a se abrirem e compartilharem suas narrativas, emoções, opiniões e experiências. Além disso, a sua implementação abrange uma diversidade de indivíduos, pois não é limitada por idade, idioma, doenças ou ambiente (Hu, 2021). Essa abordagem não apenas promove o bem-estar emocional, mas também auxilia na construção de narrativas significativas. Através do uso de cores, formas e texturas, as pessoas podem expressar o que as palavras muitas vezes não conseguem capturar, criando uma conexão mais profunda com seus sentimentos e pensamentos inconscientes. A arte se torna um meio de cura e transformação, oferecendo uma nova perspectiva sobre si mesmo e suas circunstâncias, ao mesmo tempo em que cria um espaço de acolhimento para as emoções reprimidas ou difíceis de serem verbalizadas. (Moon, 2007)

Assim, inspirado nessa modalidade, busca-se permitir que os usuários do CAPS compartilhem suas histórias de vida de forma criativa e terapêutica, facilitando a expressão autêntica de suas experiências. Além disso, a intervenção visa promover a autoexpressão, o autoconhecimento e o fortalecimento da identidade pessoal, proporcionando ferramentas para a melhor compreensão e integração das experiências de vida.

Ao criar um espaço onde a criatividade é incentivada, os participantes podem explorar novas formas de ver o mundo e suas próprias trajetórias, o que pode contribuir significativamente para o processo de cura. Isso fortalece o vínculo entre a experiência individual e a dimensão coletiva, já que, ao compartilhar suas criações, os indivíduos também inspiram-se e se conectam com os outros, ampliando o sentimento de pertencimento e comunidade.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo narrativo, com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência, referente a uma intervenção realizada por discentes de uma faculdade de saúde de Pernambuco com os usuários de um Centro de Atenção Psicossocial III (CAPS) em Recife. O presente trabalho foi construído a partir do Arco de Magueres que é uma metodologia ativa e

participativa, composta por cinco etapas: observação da realidade, pontos-chave, teorização, hipótese de solução e aplicação à realidade. De acordo com Silva, Costa, Sales, Junior e Renovato (2020), essa abordagem permite que os estudantes utilizem pensamento crítico e autonomia para enfrentar desafios do mundo real, resultando em uma formação competente e reflexiva em diversos contextos.

Durante as atividades no CAPS III de Recife-PE, na etapa de observação da realidade, foi percebida a relevância que os usuários atribuem à contação de suas narrativas biográficas e perspectivas para o futuro. Assim, foi identificada como pontos-chave a necessidade de desenvolver estratégias para facilitar a promoção, compreensão e integração das experiências de vida dos usuários, valorizando suas histórias pessoais.

Na etapa de teorização, nos encontros subsequentes e reuniões com a equipe multiprofissional, foram adquiridos instrumentos teóricos e práticos sobre o papel da arteterapia na expressão subjetiva. Assim, como hipótese de solução, decidiu-se promover um ambiente acolhedor e utilizar a arte como recurso terapêutico para que os usuários compartilhassem suas narrativas pessoais, promovendo maior autoconhecimento e fortalecimento das identidades pessoais. Essa hipótese foi aplicada à realidade e implementada por meio de uma oficina realizada durante um evento do CAPS III, onde foram fornecidos aos usuários presentes materiais para criação artística, como argila, revistas para recorte, tinta e lápis.

Para o embasamento teórico, foram realizadas buscas nas seguintes bases de dados: *Pubmed* e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) com filtros nas bases de dados como *Medline* e *Lilacs*, por meio dos seguintes descritores: Saúde Mental, Arteterapia, Narrativa Pessoal. Foram selecionados os artigos que apresentavam dados relacionados aos tópicos propostos, nos idiomas inglês e português.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A intervenção foi bem-sucedida em proporcionar um espaço seguro para a expressão pessoal e a criação artística. Como citado anteriormente, o trabalho utiliza o Arco de Maguerez, uma metodologia ativa com cinco etapas. No CAPS III em Recife-PE, observou-se a importância das narrativas pessoais dos usuários e a necessidade de estratégias para valorizar suas histórias de vida. Na etapa de teorização, foi explorado o papel da arteterapia na expressão subjetiva. Como solução, foi criado um ambiente terapêutico, usando arte para fortalecer identidades pessoais. Isso foi aplicado a realidade em uma oficina de criação artística durante um evento no CAPS III.

Inicialmente, foi realizada uma roda de conversa, onde cada um dos usuários teve a

oportunidade de se apresentar e compartilhar um pouco de sua história de vida. Esse momento inicial foi essencial para construir um ambiente de confiança e abertura, permitindo que os participantes se sentissem acolhidos e respeitados em suas individualidades.

Posteriormente, foi estimulado pela equipe que os usuários expressassem, da maneira que preferissem ou que se sentissem mais confortáveis, as narrativas ou sentimentos que os atravessavam, utilizando diversas formas de arte como argilas, pinturas, desenhos e outros recursos criativos disponibilizados na aplicação da intervenção. A variedade de materiais e técnicas ofereceu múltiplos caminhos para que cada pessoa pudesse encontrar uma forma de expressão única e pessoal, sem se sentir limitada por padrões ou expectativas externas.

Isso incentivou uma liberdade criativa, que possibilitou a cada usuário explorar seu mundo interior de maneira singular, respeitando seu próprio ritmo e processo. O uso da arte como um meio de expressão revelou-se particularmente poderoso, pois permitiu que emoções complexas e, muitas vezes, difíceis de verbalizar fossem externalizadas de forma concreta.

Ao fim das criações artísticas, foi proporcionado um espaço seguro e acolhedor para que os participantes compartilhassem a experiência, o que fortaleceu ainda mais a coesão do grupo e o sentimento de pertencimento. Muitos usuários relataram sentimentos de alívio emocional, destacando que o processo de criação os ajudou a acessar emoções profundas e a colocá-las para fora de maneira mais estruturada e compreensível.

A oportunidade de partilhar suas criações também gerou uma sensação de validação, pois o feedback recebido dos colegas e da equipe proporcionou uma nova perspectiva sobre suas vivências e histórias. Além disso, houve um aumento na compreensão de suas próprias histórias, como se o ato de criar e depois compartilhar tivesse dado novos significados para suas experiências passadas.

Essa dinâmica também promoveu uma sensação de conexão com os outros, pois ao ver as criações alheias, os participantes perceberam que não estavam sozinhos em seus desafios e dores. Isso corrobora a visão de Ribeiro *et al.* (2014), de que a expressão por meio de recursos artísticos constrói uma maneira acessível e inclusiva de falar sobre sentimentos, bem como de refletir sobre a maneira que os indivíduos vivenciam e percebem o mundo ao seu redor. Os registros artísticos variaram desde desenhos e pinturas até colagens e esculturas, refletindo a imensa diversidade de experiências, emoções e estilos de expressão presentes no grupo.

Nesse sentido, a prática de contar histórias e expressá-las artisticamente exerce um impacto positivo profundo e duradouro na saúde mental. Ao se engajar nesse processo, os participantes não apenas externalizam suas emoções, mas também reestruturam suas narrativas pessoais, promovendo a cura emocional. Em concordância com Jansen (2021) e Ribeiro *et al.*

(2014), vemos a arteterapia como um recurso terapêutico eficiente para aprimorar a saúde do paciente com transtornos mentais e favorecer seu bem-estar, desempenhando um papel essencial na promoção da resiliência e do autoconhecimento, uma vez que a criação artística oferece um caminho seguro para acessar e explorar camadas profundas da psique, muitas vezes inacessíveis através da fala.

Enquanto isso, White e Epston (1990) destacam que a narrativa pessoal é fundamental para a reconstrução da identidade, uma vez que contar e recontar a própria história permite que a pessoa reorganize os significados que atribui às suas experiências, integrando-as de forma mais saudável. Interligando essas ideias, Malchiodi (2012) observa que a arteterapia oferece uma forma eficaz de expressão não verbal, que revela aspectos inconscientes da psique, permitindo que o indivíduo acesse e trabalhe traumas e emoções reprimidas.

Além disso, a arte se torna uma ferramenta de autoconhecimento, ajudando as pessoas a compreenderem melhor seus próprios processos internos. Moon (2007) ressalta ainda que a arteterapia facilita a resolução de conflitos internos, muitas vezes oferecendo soluções simbólicas para questões emocionais complexas, e contribui para o desenvolvimento de habilidades de enfrentamento, fortalecendo a capacidade do indivíduo de lidar com desafios futuros.

Já em relação à teoria da resiliência, conforme discutida por Richardson (2002), esta sugere que a capacidade de superar adversidades está profundamente ligada à identidade e ao propósito construídos ao longo da vida. Quando uma pessoa é capaz de se reconectar com seu senso de identidade e com os significados que dão propósito à sua existência, ela se torna mais resiliente diante de adversidades e desafios. Assim, a prática de contar e registrar histórias de vida, de uma forma inspirada na arteterapia, é uma ferramenta poderosa para fortalecer essa capacidade.

A criação de narrativas pessoais através da arte permite que o indivíduo reinterprete os eventos de sua vida, transformando memórias dolorosas em experiências de crescimento e aprendizado. A intervenção no CAPS III reforça a importância de abordagens criativas e inclusivas na saúde mental, evidenciando que o acolhimento e a valorização da subjetividade dos usuários são fundamentais para promover uma verdadeira transformação em suas vidas.

Dessa maneira, um ambiente terapêutico que valoriza a expressão e o compartilhamento de experiências pode melhorar significativamente o bem-estar psicológico de indivíduos com transtornos mentais severos e persistentes. O processo criativo em si possui um potencial curativo profundo, capaz de transformar e melhorar a qualidade de vida dessas pessoas, oferecendo-lhes novas ferramentas para lidar com seus desafios emocionais e psíquicos

(MOON, 2007).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A intervenção realizada no CAPS III demonstrou que a apropriação das próprias histórias através da partilha e do registro artístico é uma estratégia poderosa para a promoção da saúde mental, evidenciando que o processo de expressão criativa vai além do simples ato de "fazer arte". Ele se torna um canal de reconstrução emocional, onde os usuários podem revisitar suas experiências de vida e reinterpretá-las sob uma nova ótica.

Esse processo permite que eles se apropriem de suas narrativas, saindo do papel de vítimas de suas circunstâncias e assumindo uma posição ativa na construção de seus percursos de vida. A inspiração na arteterapia, integrada com metodologias participativas, transforma a experiência de tratamento em saúde mental, promovendo a autoexpressão e o fortalecimento da identidade dos usuários.

Além disso, a inclusão da partilha dessas criações dentro de um grupo terapêutico fomenta a empatia e o senso de comunidade, já que os participantes encontram eco de suas emoções nas histórias alheias, o que pode reduzir a sensação de isolamento muitas vezes presente em transtornos mentais graves.

A literatura e os resultados observados nesta intervenção reforçam a importância de abordagens terapêuticas que valorizem a narrativa pessoal e a criatividade como formas centrais de tratamento, oferecendo um espaço onde os usuários possam se expressar livremente, sem julgamentos, e se sentir ouvidos. Isso não apenas fortalece a autoestima e o senso de valor pessoal, mas também facilita a integração de experiências traumáticas e desafiadoras em um contexto mais amplo de autocompreensão e aceitação.

A arte, nesse sentido, funciona como uma linguagem universal que transcende as limitações verbais, permitindo que até mesmo os sentimentos mais complexos e dolorosos encontrem forma e expressão. Através desse processo, os participantes não só externalizam suas emoções, mas também reconstróem suas histórias de maneira mais coerente e positiva, facilitando o desenvolvimento de novas perspectivas sobre si mesmos e suas jornadas.

Ademais, essa abordagem criativa e colaborativa contribui significativamente para a recuperação e o bem-estar emocional dos participantes, pois oferece uma sensação de controle sobre suas próprias histórias e experiências, algo que muitas vezes é perdido em meio aos transtornos mentais.

Quando as pessoas têm a oportunidade de reescrever suas narrativas e compartilhar suas histórias em um ambiente acolhedor, elas se sentem mais empoderadas para enfrentar os

desafios da vida e criar futuros mais esperançosos. Isso reforça a noção de que o processo terapêutico não se limita apenas à cura dos sintomas, mas envolve também o fortalecimento da identidade e da resiliência, elementos essenciais para uma recuperação sustentável e para a manutenção do bem-estar a longo prazo.

REFERÊNCIAS

HU, J.; ZHANG, J.; HU, L.; YU, H.; XU, J. Art therapy: a complementary treatment for mental disorders. **Frontiers in Psychology**, v. 12, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.686005>. Acesso em: 10 set. 2024.

JANSEN, R. C. et al. Arteterapia na promoção da saúde mental: relato de experiência. **Revista de Enfermagem UFPI**, v. 10, p. e805, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/9LVK4BKMMB5mrwXwjDbWgfh/?lang=pt>. Acesso em: 10 de setembro de 2024.

MALCHIODI, C. A. **Handbook of Art Therapy**. 2. ed. New York: Guilford Press, 2012.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasil). **Saúde Mental no SUS: Os Centros de Atenção Psicossocial**. Brasília: Ministério da Saúde, 2004.

MOON, B. **The Role of Metaphor in Art Therapy: Theory, Method, and Experience**. Springfield: Charles C. Thomas Publisher, 2007.

RIBEIRO, L. R.; MOREIRA, M. I.; DIAS, I. S. Arteterapia e a resiliência em saúde mental: Revisão integrativa. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 67, n. 2, p. 239-246, 2014.

RICHARDSON, G. E. The metatheory of resilience and resiliency. **Journal of Clinical Psychology**, v. 58, n. 3, p. 307-321, 2002.

SILVA, L. A. R.; JUNIOR, O. P.; COSTA, P. R.; RENOVATO, R. D.; MOURA SALES, C. O Arco de Maguerez como metodologia ativa na formação continuada em saúde. **Interfaces Científicas - Educação**, v. 8, n. 3, p. 41-54, 2020. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/educacao/article/view/5274>. Acesso em: 10 de setembro de 2024.

WHITE, M.; EPSTON, D. **Narrative Means to Therapeutic Ends**. New York: Norton, 1990.