O Impacto da Arteterapia do Origami na Saúde Mental de Idosos saudáveis

Júlia Stefanni Aquino de Carvalho[1], Carlos Eduardo Nórte[1], André Rocha Mendonça[2]

1. Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Rio de Janeiro, RJ
2. Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio), Rio de Janeiro, RJ
maju.aquino466@gmail.com

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno global, no entanto o aumento da longevidade não deve ser entendido como sinônimo de doença (Alves & Dourado, 2022). A etapa da velhice pode ser vivida de forma saudável, desde que o ambiente ofereça condições adequadas de bem-estar (OMS, 2015).

JUSTIFICATIVA

A intervenção por meio da arteterapia com *Origami* se destaca como uma ferramenta de baixo custo e fácil replicação, que pode ser utilizada para o desenvolvimento de aspectos emocionais e cognitivos dos adultos maiores.

MÉTODO

O estudo longitudinal foi realizado na Universidade do Estado do Rio de Janeiro com quatro idosas (65-72 anos) participantes da Universidade Aberta da Terceira Idade, sem histórico de transtornos cognitivos. O grupo foi avaliado antes e após ocorridas as seis aulas de oficina de Origami, através da Escala de Afetos Positivos e Negativos (EAPN), da Escala de Satisfação com a Vida (ESV), da Escala de Depressão Geriátrica (GDS-15) e do Inventário de Ansiedade Geriátrica (GAI) para avaliação de humor e de aspectos emocionais.

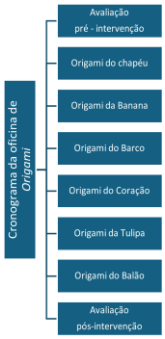


Fig. 1 Fluxograma das etapas da intervenção.

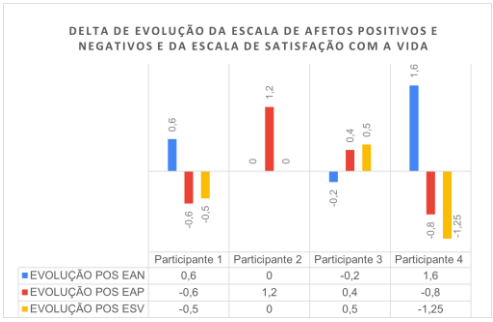
OBJETIVO

O estudo visa implementar uma intervenção com idosos por meio da arteterapia com *Origami*, buscando melhorias na saúde mental e qualidade de vida.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

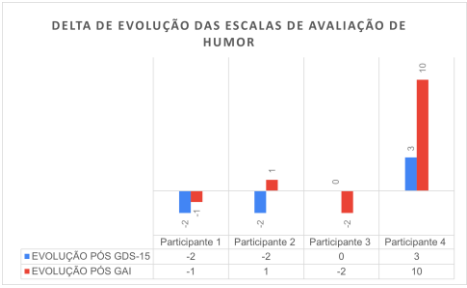
Após a intervenção, houve um aumento nas médias dos Afetos Positivos e Negativos e uma ligeira queda na Satisfação com a vida. Além disso, os sintomas depressivos sofreram uma redução, enquanto os sintomas relacionados à ansiedade apresentaram um aumento.

Os dados obtidos nesta pesquisa coincidem com alguns estudos presentes na literatura, em particular os resultados obtidos na média da Escala de Depressão Geriátrica (GDS-15).



	Participante 1	Participante 2	Participante 3	Participante 4
EVOLUÇÃO POS EAN	0,6	0	-0,2	1,6
EVOLUÇÃO POS EAP	-0,6	1,2	0,4	-0,8
EVOLUÇÃO POS ESV	-0,5	0	0,5	-1,25

Fig. 2 Delta de evolução da EAPN e ESV.



	Participante 1	Participante 2	Participante 3	Participante 4
EVOLUÇÃO PÓS GDS-15	-2	-2	0	3
EVOLUÇÃO PÓS GAI	-1	1	-2	10

Fig. 3 Delta de Evolução do GAI e do GDS-15.

CONCLUSÃO

Apesar dos resultados serem heterogêneos, o estudo é relevante por propor uma nova abordagem para intervenções em idosos, medindo variáveis cognitivas e emocionais. O trabalho destaca a importância de programas voltados à saúde mental dos idosos.

REFERÊNCIAS

AGRADECIMENTOS

Realização: Associação Brasileira de Psicogerontologia Apoio: FAPERJ