

ARTETERAPIA COMO ESTRATÉGIA PARA PROMOÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA DO POLICIAL EM ESTRESSE LABORAL

ART THERAPY AS A STRATEGY TO PROMOTE POLICE OFFICER'S QUALITY OF LIFE IN WORK STRESS

Maria Linduina Mendes Maia¹

Resumo: Objetivo: elencar aspectos da arteterapia como aliada no processo de prevenção, promoção de saúde e melhoria da qualidade de vida do policial na redução do nível de estresse laboral. Metodologia: Trata-se de uma revisão da literatura, realizada no mês de janeiro de 2022 a julho de 2022, a partir da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) nas bases de dados, LILACS e na biblioteca eletrônica SCIELO Revistas Eletrônicas, Teses, dis-

sertações e outras bases, tendo como descritores “arteterapia, policial, estresse e qualidade de vida. Resultados: os artigos e literatura demonstraram o potencial terapêutico que a arteterapia tem e ela é percebida como uma estratégia importante contribuindo de forma relevante e profunda com o ser humano no mundo, sendo um recurso acolhedor e curativo para as pessoas com estresse e nos mais diferentes contextos, vinculada ao compromis-

¹ Especialista em Arteterapia pelo Instituto Mineiro de Formação Continuada - ZAYN



so de que o sujeito se reconstituía como autor da própria história.

Palavras-chave: arteterapia; policial; estresse; qualidade de vida

Abstract: Objective: to list aspects of art therapy as an ally in the process of prevention, health promotion and improvement of the policeman's quality of life in reducing the level of work stress.

Methodology: This is a literature review, carried out from January 2022 to July 2022, from the Virtual Health Library (VHL) in the databases, LILACS and in the SCIELO electronic library Revistas Eletrônicas, Theses, dissertations and other bases, having as descriptors "art therapy, police, stress and quality of life. Results: the articles and literature demonstrated the therapeutic potential that art therapy has and it is perceived as an important

strategy contributing in a relevant and profound way to the human being in the world, being a welcoming and healing resource for people with stress and in the most different contexts, linked to the commitment that the subject reconstituted himself as the author of his own history.

Keywords: art therapy; policeman; stress; quality of life

INTRODUÇÃO

“A arte pode elevar o homem de um estado de fragmentação a um estado de ser íntegro, total. A arte capacita o homem para compreender a realidade e o ajuda não só a suportá-la como a transformá-la, aumentando-lhe a determinação de torná-la mais humana e mais hospitaleira para a humani-



dade”. (FISCHER, 1981, p.57)

O Ministério da Saúde na Portaria nº 849, de 27 de março de 2017, incluiu a prática de Arteterapia como um dispositivo de tratamento na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). Esta política tem o propósito de implementar tratamentos alternativos à medicina baseado em evidências na rede pública do Brasil.

Segundo Philippini (2004), a arteterapia é um dispositivo terapêutico que concentra saberes das diversas áreas do conhecimento, constituindo-se como uma prática transdisciplinar, visando resgatar o homem em sua integralidade através de processos de autoconhecimento e transformação.

A Arteterapia tem sur-

tido como uma solução produtiva para a promoção, preservação e recuperação da saúde e do equilíbrio interno. Ao integrar três áreas de conhecimento – Arte, Saúde e Educação – ela possibilita uma ampla transformação dos indivíduos e assim, se inscreve no elenco de processos possíveis que abordam o ser de forma holística, tendência cada vez mais forte na consciência coletiva do terceiro milênio (AMART-Associação Mineira de Arteterapia).

As manifestações da arte a Segundo Ciornai (2004) desde a época dos homens pré-históricos, a arte já era utilizada para fins terapêuticos, o ser humano desde os tempos mais remotos já havia desenhado seus temores, e o que o levou a retornar às paredes das furnas, em busca de representação e organização do mundo em que povoavam, além de utilizar dança,



música, tatuagens e outras locuções em seus rituais, invocando as forças da natureza.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão da literatura, realizada no mês de janeiro de 2022 a julho de 2022, a partir da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) nas bases de dados, LILACS e na biblioteca eletrônica SCIELO, Revistas Eletrônicas, Teses, dissertações e outras bases, tendo como descritores “arteterapia”, “policial”, “estresse e qualidade de vida”.

O policial trabalhador de Segurança Pública, tem não só como função promover a segurança da sociedade, mas esse profissional também atua na resolução de conflitos que envolvem as mais diversas formas de violência, com tamanha carga tem em sua atividade campo

fértil para o desencadeamento de problemas psicossociais, que advém de uma rotina de trabalho estressante marcada pelo iminente risco à vida, pela obrigação constante de gerenciar conflitos que requer uma resposta rápida e eficaz, sendo que se houver uma falha na atuação desse profissional pode provocar um resultado catastrófico, custando a própria vida ou a de outrem.

Há também, o apelo da sociedade diante da presente ameaça à Segurança Pública, e, a percepção de impotência em meio ao alto índice de violência que gera o aparecimento de forte sentimento de angústia contribuindo para o surgimento de doenças emocionais tais como depressão, síndrome do pânico, fobias e abalo da autoestima, ansiedade, estresse cuja a repercussão afeta uma categoria profissional inteira e seus efeitos alcançam



ampla e progressivamente toda a sociedade (Caderno Técnico SENAP, pag.121).

Há a necessidade de um acompanhamento profissional para esses servidores que experenciam e sentem em suas rotinas diárias de trabalho elevados níveis de estresse tendo um olhar voltado para a saúde física e emocional desses indivíduos.

Lip (2000) assim se pronuncia a respeito da pessoa com estresse:

Se nada é feito para aliviar a tensão, então o organismo, já sem energia para enfrentar o problema, enfraquece e uma série de doenças começa a aparecer, como gripes, gastrite, retração de gengiva, problemas dermatológicos etc. Caso o stress continue, a pessoa cada vez mais se sentirá exaurida, sem energia, depres-

siva, com crises de ansiedade e desânimo. Autodúvida, inabilidade para se concentrar e trabalhar surgem. Às vezes pesadelos ocorrem. Na área física, muitos tipos de doenças podem ocorrer, dependendo da herança genética da pessoa. Uns adquirem úlceras, outros desenvolvem hipertensão, outros ainda têm crises de pânico, de herpes, de psoríase ou vitiligo, entre outras. A partir daí, sem tratamento especializado e de acordo com a constituição da pessoa, existe o risco de ocorrerem problemas graves, como enfarte, derrames etc. Não é o stress que causa essas doenças, mas ele propicia o desencadeamento daquelas para as quais a pessoa já tinha uma predisposição ou, ao



reduzir a defesa imunológica, ele abre espaço para que doenças oportunistas se manifestem.

Justificando assim a necessidade de ações pedagógicas, e sistemáticas de prevenção em saúde, utilizando os mais diversos recursos dentre eles a Arteterapia como fator gerador de saúde e qualidade de vida, como acolhedora e curativa para esses profissionais que se arriscam a enfrentar no dia-a-dia contingências de muito desgaste físico, psicológico, pois necessitam estar sempre prontos para proteger a sociedade e em alerta para perceber e agir rapidamente em situação de perigo de forma preventiva sem que com isso haja a perda de controle e desequilíbrio diante de situação conflituosa.

Diante disto, este artigo busca elencar sobre as possibi-

lidades de utilização da arteterapia no contexto de cuidado e contribuição para a promoção da qualidade de vida do policial em situação de estresse.

Esse tema, ainda pouco explorado pelos estudiosos está a exigir pesquisas e sobretudo reflexões. Nesse contexto, justifica-se a escolha do tema, como uma alternativa viável a ser inserida em programas do governo Federal, estadual e municipal.

DESENVOLVIMENTO

Definindo Arteterapia

A palavra arteterapia vem da junção dos termos “arte” e “terapia”. O primeiro é proveniente do latim “ars”, que significa técnica, habilidade; o segundo do grego, e seu significado é prestar cuidados médicos ou tratar.

Existem inúmeras pos-



sibilidades de conceituar arteterapia. Mas para Philippini:

É considerá-la como um processo terapêutico decorrente da utilização de modalidades expressivas diversas, que servem a materialização de símbolos. Estas criações simbólicas expressam e representam níveis profundos e inconscientes da psique, configurando um documentário que permite o confronto, no nível da consciência, destas informações, propiciando “insights” e posterior transformação e expansão da estrutura psíquica. Uma outra forma de dizer, poderá ser simplesmente terapia através da Arte.

A autora esclarece que “não haverá assim, a preocupação estética e com técnicas, sen-

do privilegiada a possibilidade de expressão e comunicação e o resgate e ampliação de possibilidades criativas”. E aprofunda quando diz que o “universo dominante em arteterapia é o da sensorialidade e da materialidade: texturas, cores, formas, volumes, linhas”.

E informa o caminho a percorrer e alerta quando diz que: integrar-se e movimentar-se nesse universo requer atenção e preparo. Um caminho produtivo para facilitar o início do processo arteterapêutico pode ser a vida da consciência corporal, dos exercícios de relaxamento das tensões e da colocação da respiração em estágios mais lentos e profundos para facilitar desbloqueios, permitindo mais fluência do processo criativo, pois esta providência rebaixa



as funções da vigília, permitindo o acesso mais livre à camadas inconscientes.

O Ministério da Saúde através da Portaria n. 849, de 27 de março de 2017, se coloca favorável quando informa que através da arte é promovida a ressignificação dos conflitos, promove-se a reorganização das próprias percepções, amplia-se a percepção do indivíduo sobre si e do mundo. A arte é utilizada no cuidado à saúde com pessoas de todas as idades, por meio da arte, a reflexão é estimulada sobre possibilidades de lidar de forma mais harmônica com o estresse e experiências traumáticas.

Segundo a Associação de Arteterapia do Estado de São Paulo - AATESP (2009), a Arteterapia insere-se dentro de um contexto de exploração criativa e valorização do sensível, viabili-

zando por meio da utilização dos recursos artísticos expressivos. E continua:

[...] O universo da arte é fonte de transformações, e o sujeito criador- aquele que dá forma ao incorpóreo. Nessa conexão, a vida tende a pulsar e possibilidades várias de compreensão da natureza das coisas e do ser humano fazem-se iminentes. Sendo assim, a arteterapia caracteriza-se por possibilitar que qualquer indivíduo entre em contato com seu próprio universo interno, com aqueles que estão a sua volta e com o mundo.

Para Ciornai (2005) a arteterapia foca necessariamente os pontos sobre a postura e os fundamentos terapêuticos, levando em conta o aprofundamento do fazer e do refletir das artes



plásticas e de outros recursos expressivos adotados no processo. Logo, a arteterapia vem sendo utilizada de forma terapêutica que visa promover no ser humano uma qualidade de vida, que traz benefícios em todos os sentidos, visando resgatar a pessoa em sua integralidade através de autoconhecimento e transformação, por conseguinte, uma maneira de despertar o indivíduo para que este dê maior atenção ao seu próprio processo de sentir e viver.

A Associação Brasil Central de Arteterapia – ABCA, assim define:

Arteterapia é um processo terapêutico que atua na prevenção e promoção da saúde biopsíquica e social, por meio de vivências onde os recursos expressivos e artísticos facilitam na compreensão das interrelações, bus-

cando promover a integração interna e externa do indivíduo em variadas situações em que se encontra. A Arteterapia traz o bem estar pessoal, utilizando em suas práticas a experiência criativa e a expressão não verbal, facilita para que o cliente, a obra realizada e o terapeuta se comuniquem, e assim sentimentos possam vir à tona, emergindo para serem identificados, reconhecidos e possam ser transformados, num exercício que possibilita a melhora da flexibilidade, ampliação da consciência e conseqüentemente, o autoconhecimento.

Nessa esteira Fischer (2007) conclui afirmando que A arte pode elevar as pessoas de um estado de fragmentação para um



estado de perfeição. A arte permite ao homem compreender a realidade e a ajuda não só a mantê-la, mas também a transformá-la, fortalecendo sua vontade de torná-la mais humana e mais hospitaleira para a humanidade. A arte é uma realidade social.

Para a Association of Art Therapists, a arteterapia é definida como uma forma de psicoterapia que utiliza as mídias artísticas como seu principal modo de expressão e comunicação. Dessa forma, a arte não é usada como ferramenta de diagnóstico, mas como meio para abordar tópicos emocionais que podem ser confusos e angustiantes. Há uma ênfase na abordagem entre terapeuta e paciente, onde coloca que este é um processo de três vias entre paciente, o terapeuta e a criação.

Reis (2014), confirma que a arteterapia utiliza as diver-

sas formas artísticas, trabalhando com a linguagem artística, de modo que o sujeito pense sobre si, não tendo como foco a produção estética e sim a promoção da saúde, sendo considerada como um meio expressivo da subjetividade, de maneira que pode ser desenvolvido de forma individual e grupal, permitindo ao arteterapeuta trabalhar os conteúdos emocionais com a finalidade terapêutica, tem-se que fazer arte em si é prazeroso e terapêutico, pode-se constituir em uma experiência que pode contribuir para a melhora da saúde e qualidade de vida a partir de crescimento e empoderamento.

Assim se manifesta Dantas (2012, apud Araujo e Ximenes 2005):

a arte atua no estabelecimento da saúde do indivíduo, fortalece a capacidade de auto-regulação e



resiliência dos usuários e não somente colabora no desaparecimento dos sintomas de doenças. Além disso, em âmbito coletivo, as formas de expressão por meio da arte retratam também a realidade do povo produzindo novas formas de denúncia e superação de seus anseios.

A Associação Americana de Arteterapia (AATA), tem como definição que:

A Arteterapia é uma profissão integrativa de saúde mental e serviços humanos que enriquece a vida de indivíduos, famílias e comunidades por meio da criação ativa de arte, processo criativo, teoria psicológica aplicada e experiência humana dentro de um relacionamento psicoterapêutico.

A arteterapia, para COQUEIROS et al. (2010), é um dispositivo terapêutico que absorve saberes de diversas áreas do conhecimento, constituindo-se como uma prática transdisciplinar, que permite aos indivíduos que necessitam desse processo a oportunidade de trabalharem e experimentar suas angústias, medos e bloqueios de uma forma mais apropriada e menos sofrível. Com o intuito de recuperar o homem em sua completude através de processos de autoconhecimento e transformação. Robustece como uma aliada eficaz para canalizar e converter os conflitos advindos do estresse.

PoliciaL x Estresse

A Lei n. 13. 675, de 11 de junho de 2018 que instituiu o Sistema Único de Segurança Pú-



blica (SUSP) e criou a Política Nacional de Segurança Pública e Defesa Social (PNSPDS), estabeleceu no inciso II do Art. 4º como princípios a proteção, a valorização e o reconhecimento dos profissionais de Segurança Pública. Ainda tendo a Política Nacional de Segurança Pública e Defesa Social como referência legal para orientar e nortear a elaboração de políticas públicas na área da Segurança Pública, destacamos dois objetivos que potencializam o citado princípio, quais sejam: os incisos XXI e XXII do Art. 6º da Lei n. 13. 675, que estabelecem, respectivamente, estimular a criação de mecanismos de proteção dos agentes públicos e de seus familiares e estimular e incentivar a elaboração, a execução e o monitoramento de ações nas áreas de valorização profissional, de saúde, de qualidade de vida e de segurança dos servidores que

compõem o Sistema Nacional de Segurança Pública (MJSP/SENAP, 2019).

Há unanimidade entre os estudiosos da área e especialistas ao afirmarem que as atividades dos profissionais de Segurança Pública são consideradas como uma das ocupações mais estressantes, devido à exigência de elevada especialização e às circunstâncias de trabalho infastas, nas quais se faz de tudo, com grande carga de incumbência e pouca autoridade para as tomadas de decisão. Lidar com dificuldades emergenciais, requer elevada habilidade para lidar com mudanças, pois, nas circunstâncias do momento, o desafio é a superação da impotência e do desamparo (MJSP/SENAP, 2019).

SILVA, et al (2006), considera que a natureza do trabalho do profissional de Segurança Pública e o risco exigido



tornam necessário o incremento de certas habilidades, como prontidão para iniciativas, raciocínio rápido para uso de alternativas na solução dos problemas, concentração para dominar a situação, criatividade, trabalho em equipe. Por ser estressante e demandar contínua atenção, o trabalho desse profissional tem qualidades especiais que trazem implicações de natureza fisiológica, como grande quantidade de toxinas derramadas na corrente sanguínea a cada confronto subsequente da atuação profissional, resultado do desequilíbrio biológico causado pelo estresse; de natureza psicológica manifestada no medo (fugir ou enfrentar o risco) e na raiva (descontrole emocional) experimentados na situação de risco e na identificação emocional com a vítima e também ilações legais relativas à pressão pelos prazos de entre-

ga dos procedimentos à Justiça e nos depoimentos em audiências jurídicas para os quais são intimados a comparecer.

Outro estudo foram as pesquisas de Rifiotis (2000, Caderno Técnico, 2019) com profissionais da Segurança Pública do Estado de Santa Catarina indicam que:

o policial desempenha as múltiplas cobranças do trabalho altamente responsável e vive situação de estresse constante, afetando não só a ele próprio, mas a seus familiares e a própria organização da polícia e a comunidade. As ocorrências de natureza traumática podem resultar em morte e exigem do policial, equilíbrio emocional durante e após a intervenção, garantindo a sua segurança e da própria equipe de trabalho.



O incidente crítico se configuraria em uma “quebra na rotina de trabalho que implique em risco à integridade física, psíquica ou moral do profissional de Segurança Pública ou agente penitenciário”. São exemplos de incidentes críticos, os confrontos entre policiais e infratores, acidentes com múltiplas mortes, desastres naturais e outros em que a atuação dos profissionais de Segurança Pública é sempre imprescindível.

Lipp (1996) comenta que a categoria policial são os profissionais que mais vivenciam o estresse, pois estão “constantemente expostos ao perigo, à agressão e à violência, brutalidade, devendo frequentemente intervir em situações de problemas

de natureza humana.

Estresse

A palavra estresse é derivada do latim “stringere” e foi empregada, popularmente, no século XVII com o significado de fadiga, cansaço. Mas, nos séculos XVIII e XIX esta palavra relacionou-se com os termos força, esforço e tensão (FARIAS, 1992 apud VIEIRA; GUIMARÃES; MARTINS, 1997, SANTOS,2005).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), cerca de 90% da população mundial sofre com o estresse.

A Secretaria de Saúde de Goiás descreve o estresse como a reação do corpo a determinados estímulos que representam uma situação repentina ou ameaçadora. Para se adaptar a uma nova situação, o corpo desencadeava



uma resposta que ativa a produção de hormonas, incluindo a adrenalina. Isso coloca a pessoa em “Despertar” e capaz de responder. Em poucos minutos, essa harmonia se espalha para todas as células do corpo causando, entre outros sintomas, a chamada “resposta de luta ou fuga” na respiração e um ritmo cardíaco acelerado. Transporte, problemas financeiros, profissionais, familiares, situações da vida doenças, álcool, drogas, acidentes, corridas, incertezas, dificuldades com chefes, colegas, quebra de carro, Marginal parado, etc.Faz com que nosso corpo produza mais de 2 hormônios, adrenalina e cortisol (<https://www.saude.gov.br/>).

Os primeiros estudos sobre stress na área da saúde foram realizados na década de 1930, por Hans Selye, que definiu a reação do stress como uma

“síndrome geral de adaptação” na qual o organismo visa readquirir a homeostase perdida diante de certos estímulos. Segundo Lipp e Malagris (1995), Selye (1974) redefiniu o termo stress como “resposta não específica do corpo a qualquer exigência”.

O estresse é definido por Lipp (2004) como:

um estado de tensão que causa uma ruptura no equilíbrio interno do organismo. Quando o estresse ocorre, o equilíbrio, chamado de homeostase é quebrado, e não há mais entrosamento entre os vários órgãos do corpo. Cada um trabalha em um compasso diferente devido ao fato de que alguns órgãos precisam trabalhar mais e outros menos para poderem lidar com o problema. Quando conseguimos usar estratégias



de enfrentamento para restituir a ordem interior, o stress é eliminado e voltamos ao normal. A volta ao equilíbrio pode ocorrer pelo fim da fonte de stress ou, mesmo em sua presença, quando aprendemos a lidar com ela adequadamente.

Trata-se de reação natural do organismo que ocorre quando experimentamos situações de perigo ou ameaça. Esse mecanismo tende a nos colocar em estado de alerta ou alarme, provocando alterações físicas e emocionais. A reação ao estresse é uma atitude biológica necessária para a adaptação às situações súbitas ou ameaçadoras. (BVS-MS,2022).

EVERLY, (1990, SENAP, 2019), o estresse é um dos termos mais amplamente utiliza-

dos na vida cotidiana e configura-se em um estado de tensão que causa uma ruptura no equilíbrio interno do organismo quando a pessoa necessita responder a alguma demanda que ultrapassa sua capacidade adaptativa O termo estresse foi introduzido na ciência da saúde pela primeira vez em 1926 por Hans Selye, então estudante de medicina, quando observou que pessoas sofriam de uma ampla variedade de doenças físicas, todas parecendo ter um conjunto de sintomas, incluindo perda de apetite, de força muscular, pressão sanguínea elevada, dentre outras, às quais ele chamou de “síndrome de apenas estar doente”. Mais adiante, Selye definiu estresse como “resposta não espe-



cífica do corpo a uma demanda”, até chegar ao conceito de estresse como uma reação fisiológica ou resposta a um estímulo estressor, o qual evoca uma resposta de estresse.

Para Silva, et al (2006), o estresse, antes de tudo, não é uma doença, mas um mecanismo necessário e benéfico ao organismo, isto porque faz com que o ser humano permaneça mais atento e sensível diante de situações de perigo ou de confronto e pode ser engendrado como uma preparação do organismo para lidar com o cenário que se apresenta, em outros termos, é uma resposta individual a um determinado estímulo e varia de pessoa para pessoa.

As fases do estresse são descritas da seguinte forma em LIP:

Fase de alerta, o or-

ganismo é exposto a uma situação de tensão e se prepara para a ação. Algumas reações presentes são taquicardia, tensão muscular e sudorese. Se o agente estressor não é excluído, o organismo passa ao estágio de resistência; fase de resistência, o sujeito, automaticamente, utiliza energia adaptativa para se reequilibrar. Quando consegue, os sinais iniciais (das reações bioquímicas) desaparecem e o indivíduo tem a impressão de que melhorou, porém a sensação de desgaste generalizado, sem causa aparente, e as dificuldades com a memória ocorrem nesse estágio, mas, muitas vezes, não são identificadas pelo indivíduo em situações de estresse excessivo; fase de quase exaus-



tão, o organismo está enfraquecido e não consegue se adaptar ou resistir ao estressor. Nesse estágio, as doenças começam a aparecer, como herpes simples, psoríase, picos de hipertensão e diabetes; fase de exaustão, a exaustão psicológica e a física se manifestam, e, em alguns casos, a morte pode ocorrer. As doenças aparecem frequentemente tanto em nível psicológico, em forma de depressão, ansiedade aguda, incapacidade de tomar decisões, vontade de fugir de tudo, como também em nível físico, com alterações orgânicas, hipertensão arterial essencial, úlcera gástrica, psoríase, vitiligo e diabetes (DANTAS, 2010).

O stress não apenas ma-

nifesta os sintomas elencados acima, mas colabora também para a etiologia de outras doenças de maior gravidade (Straub, 2005). Estudos desvendam que o nível de stress em que se encontra uma pessoa afeta diretamente sua qualidade de vida afetiva, social, profissional e sua saúde. O stress está presente na ontogênese de várias doenças já estudadas, seja como um fator contribuinte, seja como o desencadeador; nomeadamente, podemos citar: hipertensão arterial essencial, retração das gengivas, úlceras gastroduodenais, colite ulcerativa, câncer, psoríase, vitiligo, lúpus, obesidade, depressão, pânico, surtos psicóticos, tensão pré-menstrual, cefaléia, herpes simples, doenças imunológicas, doenças respiratórias (Lipp & Malagris, 1995).

O estresse é resultado inevitável do modo de viver, sem o qual também não haveria a



própria vida. Capaz de acarretar doenças e de afetar a qualidade de vida, o estresse demanda um acréscimo na quantidade de energia consumida pelo organismo e produz reações bioquímicas típicas, que auxiliam a alteração do evento estressor ou a acomodação do organismo a seus efeitos.

Arteterapia e SUS - Prática Integrativa e complementar de Saúde

A Arteterapia insere-se no Sistema Único de Saúde através da Portaria nº 849 de 25/03/2017, em adendo à Portaria nº 145, de 13 de janeiro de 2017, sob a rubrica Procedimento 01.01.05.006-2, modalidade ambulatorial de atenção básica, integrando o quadro de Práticas Integrativas/Complementar do Grupo 01 – Ações Coletivas/Individuais em Saúde. RENA-

SES: 007 – Práticas Integrativas e Complementares, 008 – Ações Comunitárias, 010 – Atividades Educativas, Terapêuticas e de Orientação à População (UBA-AT, 2022).

Nesse sentido o SUS incluiu a prática de arteterapia como um dispositivo de tratamento na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). Esta política tem o propósito de implementar tratamentos alternativos à medicina baseado em evidências na rede pública do Brasil.

A portaria ministerial GM/MS nº 849, de 27 de março de 2017, aumentou o rol de práticas integrativas complementares na PNPIC e a prática de arteterapia foi institucionalizada à PNPIC, passando a ter diretrizes para a formação, implantação e pesquisa dentro da mencionada política, reconhecendo assim que



atende às diretrizes da política nacional no SUS, podendo ser aplicada nos programas de referência.

Portanto, a Arteterapia constitui-se em PICS que permitem a ampliação do cuidado na esfera da saúde global por meio da utilização da Arte, entendida como possibilidade criativa e expressiva. Trata-se de um processo terapêutico de vasta elegibilidade, aplicável com repercussões efetivas em públicos de cronologias e quadros clínicos diversos, incluindo os ciclos vitais da infância, adolescência, adultos e idosos. (UBAAT, 2022).

A inserção dos arteterapeutas no CBO, gerou a criação de uma nova família, 2263, esses profissionais: “Realizam atendimento terapêutico em pacientes, clientes e praticantes utilizando programas, métodos e técnicas específicas de arteterapia, mu-

sicoterapia e equoterapia. Atuam na orientação de pacientes, clientes, praticantes, familiares e cuidadores. Desenvolvem programas de prevenção, promoção de saúde e qualidade de vida. Exercem atividades técnico-científicas através da realização de pesquisas, trabalhos específicos, organização e participação em eventos científicos” (<http://aatergs.com.br/arteterapeuta-classificacao-brasileira-de-ocupacoes/>).

ARTETERAPIA COMO ESTRATÉGIA PARA PROMOÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA DO POLICIAL EM ESTRESSE

“A arte não reproduz o que vemos, ela nos faz ver” Paul Klee

Arteterapia configura-se por ser transdisciplinar tendo sua atuação, principalmente, nas



áreas das artes, da educação e da psicologia. Na prática, a Arteterapia expressa o uso de recursos artísticos/visuais ou expressivos como recursos terapêuticos.

A prática em Arteterapia é uma atividade já reconhecida como profissão em diversas partes do mundo. Existem associações de arteterapeutas na Itália, no Canadá, nos Estados Unidos, em Portugal, no Brasil, entre outros. Vale reforçar que, em países europeus, a arteterapia consta inclusive nos planos de saúde.

Os fundamentos teóricos e práticos da arteterapia são multidisciplinares, interdisciplinares e transdisciplinares, tendo a origem de sua base estrutural nas áreas do conhecimento da Psicologia, Arte, Criatividade, Educação, Fisioterapia, Filosofia, Antropologia e Sociologia, inserindo-se, portanto, na área das Ciências Humanas (CAMARA

LEGAL).

A arteterapia torna plausível um contato interior e exterior mais acentuado, com a finalidade de auxiliar o indivíduo em estado de estresse, abordando estratégias para minimizar o quadro instalado com o fito de que esses profissionais pratiquem atividades relaxantes e prazerosas, assim contribuindo para melhoria da qualidade de vida.

Isto porque, a Arteterapia fundamenta-se na crença de que o processo criativo abrangido na atividade artística é terapêutico e enriquecedor da qualidade de vida das pessoas que vivem cotidianamente momentos estressantes. Por meio do criar em arte pessoas podem experimentar novos caminhos e descobertas ampliando o conhecimento de si e dos outros, aumentando a autoestima, lidando melhor com os sintomas, com experiências



traumáticas, e outros estressores, a oportunidade de conhecer e experimentar materiais artísticos que possam favorecer sua psique e que possam desfrutar do fazer artístico.

Dessa forma, com esta ação em arteterapia, busca-se colaborar e reduzir os impactos negativos decorrentes dos níveis de estresse causados por incidentes críticos nas atividades de Segurança Pública, desta forma também sensibilizar os gestores das Instituições e de estabelecer procedimentos para a prevenção e para os tratamentos de profissionais da Segurança Pública.

Segundo a União Brasileira de Associações de Arteterapia a mesma

[...] vem auxiliar na promoção, reabilitação e recuperação da saúde, bem como na prevenção de agravos através da utilização da arte.

Trata-se de um campo de conhecimento transdisciplinar, e de uma abordagem terapêutica que baseia-se na ideia que o processo criativo, e o fazer artístico facilitam a reparação e recuperação da saúde, por propiciarem comunicação não verbal de sentimentos e conflitos. Esta abordagem terapêutica, considera que todos os indivíduos têm a capacidade de expressarem-se criativamente, enfatizando o fazer artístico sem preocupações estéticas, focando, primordialmente, no processo expressivo que reflete necessidades e explicita conteúdos inconscientes com sucesso. É empregada em uma variedade de settings, atendendo crianças, adolescentes, adultos, idosos, famílias e



grupos com características diversas, sendo assim, uma prática terapêutica que pode contribuir para que indivíduos de todas as idades possam criar significados, produzir insights, superar emoções ou traumas, resolver conflitos, favorecendo o bem estar psíquico e a qualidade de vida.

Para a UBAAT (2022), a Arteterapia por meio de suas estratégias e de seus profissionais pode oferecer produtivos subsídios ao Programa Nacional de Melhorias do Acesso e da Qualidade na Atenção Básica (PMAQ) empregando ações arteterapêuticas específicas. Desse modo, a Arteterapia é parte de um continuum das artes em cuidados de saúde, que engloba o desenvolvimento e a aplica-

bilidade das artes, criatividade e imaginação como agentes de prevenção e promoção de saúde. A expressão artística é um caminho que favorece a comunicação de desconfortos ou experiências contraditórias, de difícil comunicação apenas em palavras. As ações de desenhar, pintar, modelar, construir, e tantas outras podem indicar um aprendizado pessoal de otimização de autonomia, uma vez que o paciente participa do processo ativo de escolha de materiais, estilos, cores, formas, linhas e texturas. Este fazer criativo colabora para fortalecer sentimentos de autonomia e dignidade, que podem ser fatores de importância primordial na adoção, manutenção e fortalecimento de comportamentos saudáveis e sentimentos positivos em relação a si mesmo, contribuindo na recuperação da saúde (UBAAT, 2022).



Estudos da Organização Mundial de Saúde - OMS, mostra que a arte pode fazer bem a Saúde. O relatório observa que as atividades artísticas buscam promover a saúde e prevenir problemas de saúde, lidam e tratam problemas físicos e mentais. Além de apoiar os cuidados no final da vida. Para a diretora regional da OMS para a Europa, Piroška Östlin, “trazer arte para a vida das pessoas por meio de atividades como dançar, cantar e ir a museus e shows oferece uma dimensão adicional” de como é possível melhorar a saúde física e mental. Nos serviços de saúde, o estudo aponta que as atividades artísticas podem ser aplicadas para completar ou aperfeiçoar os protocolos de tratamento. Ouvir música ou fazer arte, a título de exemplo, minimiza os efeitos colaterais do tratamento do câncer, incluindo sonolência, falta de

apetite, falta de ar e náusea.

O relatório ressalta ainda que algumas intervenções artísticas não apenas produzem bons resultados, contudo podem ser mais econômicas que os tratamentos biomédicos comuns. Vários países buscam agora desenvolver sistemas de prescrições sociais e artísticas, nos quais os médicos da atenção básica podem encaminhar seus pacientes para atividades artísticas. Por meio de cinco grandes categorias como as artes cênicas, música, dança, canto, teatro, cinema e artes visuais que abrangem artesanato, design, pintura e fotografia com a participação ativa ou passiva há benefícios para a saúde.

Sendo que a literatura está relacionada à escrita, leitura e participação em festivais literários e a cultura compreende ir a museus, galerias, shows, teatro. Já as artes online estão ligadas



a animações, artes digitais, etc (FIOCRUZ).

A Arteterapia oferece os recursos expressivos do desenho, pintura, modelagem, colagem, tecelagem, construção, mosaico, criação de personagens, etc. para auxiliar a pessoa a contatar o seu universo profundo e dar-lhe forma simbólica palpável. Ao trabalhar a forma plástica externa, vão se elaborando e polindo as formas internas, num diálogo pessoal que leva aos poucos à uma ampliação de consciência e mudança de atitudes(Associação Mineira de Arteterapia – AMART).

A Arteterapia é conceituada pelo Ministério da Saúde como:

uma atividade milenar, como um procedimento terapêutico que funciona como um recurso que busca interligar os universos interno e externo de um indivíduo, por

meio da sua simbologia, favorecendo a saúde física e mental. Arte livre, conectada a um processo terapêutico, transformando-se numa técnica especial, não meramente artística. Utiliza instrumentos como pintura, colagem, modelagem, poesia, dança, fotografia, tecelagem, expressão corporal, teatro, sons, músicas criação de personagens [...]uma forma de usar a arte como meio de comunicação entre o profissional e um paciente, [...] um processo terapêutico individual ou de grupo buscando uma produção artística a favor da saúde (BRASIL, 2006).

A arteterapia, com suas incontáveis possibilidades de abordagem, está, gradativamente, colocada à disposição de au-



mentar os horizontes individuais promover o desenvolvimento humano, de forma integrada e coletiva. Aos profissionais, sejam de quaisquer campos da saúde, da educação ou da arte, compete o desafio de encontrar novos meios, de redesenhar os caminhos para chegar aqueles que necessitam dessa prática humanizadora.

Como o objetivo desse artigo é elencar aspectos da arteterapia como aliada no processo de prevenção, promoção de saúde e melhoria da qualidade de vida do policial na redução do nível de estresse laboral, faz-se necessária a prevenção e o tratamento do estresse com o objetivo de permitir que o profissional de Segurança Pública desenvolva seu trabalho e viva de forma mais saudável. Essas terapias são benéficas não só do ponto de vista do profissional mas também da instituição, na qual ele atua, visto que um

profissional estressado ou “adoecido” se torna improdutivo para si mesmo e para a sua instituição.

Mediante ao exposto e por acreditar na potencialidade transformadora da arteterapia e no trabalho do arteterapeuta, defendemos e propomos ateliês dentro dos espaços em Delegacias, Centros Integrados, Consultórios e Clínicas, inclusive com profissionais servidores, isto porque, já existe uma relação de amizade e confiança entre os colegas o que favorece a colaboração do sujeito ou de todos os envolvidos no processo terapêutico, obtendo-se com isso resultados positivos facilitando dessa maneira a prática da Arteterapia e desencadeando processos restauradores nos policiais em estado de estresse laboral.

O que faz o Arteterapeuta?



O ARTETERAPEUTA E A REDE NACIONAL DE ATENÇÃO INTEGRAL À SAÚDE DO TRABALHO (RENAST)

Em 2013 o Ministério do Trabalho inseriu a ocupação de arteterapeuta sob o Código 2263-10 de Classificação Brasileira de Ocupações (COB), a reconhecendo como profissão. Considerando que o Ministério do trabalho (2013) inseriu a ocupação de Arteterapeuta, na família 2263: Profissionais das terapias criativas, descritos como: profissionais que realizam atendimento terapêutico utilizando programas, métodos e técnicas específicas de Arteterapia. Os arteterapeutas desenvolvem programas de Arteterapia, para a prevenção, promoção de saúde e qualidade de vida. Exercem atividades técnico-científicas através da realização de pesquisas, trabalhos específicos,

organização e participação em eventos científicos (UBAAT).

Em concordância com a portaria GMN-o 2728, de 11 de novembro de 2009, e o âmbito de ações dos Centros de Referência em Saúde do Trabalhador (CERESTS):

o profissional arteterapeuta terá a contribuir nos diferentes níveis de atenção, sobretudo compartilhando conhecimento e integrando-se às atividades de atendimento grupal para a educação em saúde, bem como poderá cooperar nas atividades de assessoria, planejamento programação visando que ambientes de trabalho, possam oferecer espaços expressivos criativos UBAAT, 2022.

A arteterapia, ferramenta que utiliza a arte para explo-



rar a criatividade, expressão e autoconhecimento e que passou a ser oferecida no Sistema Único de Saúde (SUS), em 2017. Devido aos inúmeros benefícios corroborados por meio de pesquisas, a categoria terapêutica já é reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e pelo Ministério da Saúde dentro das Políticas Nacionais de Práticas Integrativas e Complementares -PNPIC (GNDI).

Outra referência para definir quem são e o que fazem os Arteterapeutas são os registros da União Brasileira de Associação de Arteterapia - UBAAT, diz que

são profissionais com treinamento tanto em arte como em terapia. Têm conhecimento sobre o desenvolvimento humano e criatividade, teorias psicológicas, práticas clínicas, e sobre o

potencial curativo da arte. Utilizam a arte em tratamentos, avaliações e pesquisas, oferecendo consultoria a profissionais de áreas afins. O que fazem os Arteterapeutas? trabalham com pessoas de todas as idades, indivíduos, casais, famílias, grupos e comunidades. Oferecem seus serviços individualmente e como parte de equipes profissionais em contextos que incluem saúde mental, reabilitação instituições médicas, legais, centros de recuperação, programas comunitários, escolas, instituições sociais, empresas, ateliês e prática privada. Assim, a Arteterapia proporciona o fazer artístico no contexto de uma relação profissional por pessoas que experienciam doenças,



traumas ou dificuldades na vida, assim como por pessoas que buscam desenvolvimento pessoal. Por meio do criar em arte e do refletir sobre os processos e trabalhos artísticos resultantes, pessoas podem ampliar o conhecimento de si e dos outros, aumentar sua autoestima, lidar melhor com sintomas, estresse, e experiências traumáticas, desenvolver recursos físicos, cognitivos, emocionais e desfrutar do prazer vitalizador de expressarem-se criativamente. A Arteterapia observa e analisa a produção expressiva, plástica e criativa, buscando a prevenção, a recuperação e a redução de efeitos do estresse, favorecendo transformações benéficas nas condições em que se encontra o indiví-

duo, possibilitando o reencontrar-se, reconhecer-se, reavaliar-se e reinventar-se no modo de desenvolver suas atividades e participação na sociedade. Os fundamentos teóricos e práticos da Arteterapia são multidisciplinares, multiculturais e transdisciplinares. Sua base estrutural origina-se nas áreas do conhecimento da Psicologia, Arte, Criatividade, Educação, Filosofia, Antropologia e Sociologia, inserindo-se portanto, na área das Ciências Humanas. O Arteterapeuta é um profissional que atua na prevenção, na promoção e na reabilitação da saúde. Utilizando teorias e modalidades expressivas que ativam e facilitam a expressão criativa e o processo de autoconhecimento mediado pelas artes.



Utilizando métodos e técnicas próprias da Arteterapia, o arteterapeuta prioriza a produção simbólica, imagética e a comunicação criativa não verbal, para promover mudanças através do reconhecimento da própria subjetividade e identidade. A Arteterapia é um processo terapêutico de ampla elegibilidade, e deste modo, a inserção do arteterapeuta é de muita produtividade no acompanhamento e no tratamento, seja individual ou em grupo, de faixas etárias diversas da criança ao idoso, bem como sua integração nas equipes multidisciplinares. Sua formação propicia habilidades e competências para que atue em equipes multidisciplinares. A adequação de sua postura profissional

é regida pelo Código de Ética Profissional do Arteterapeuta UBAAT, 2022.

Os profissionais arteterapeutas podem trabalhar em espaços de saúde na prevenção, promoção de saúde e qualidade de vida, em espaços educacionais, empresas e instituições culturais. Utilizam a arte e os meios expressivos com fins terapêuticos.

Podendo trabalhar em ateliês terapêuticos, empresas, instituições, clínicas e/ou participando de equipes multidisciplinares, juntamente com psicólogos, psiquiatras, médicos, pediatras, entre outros profissionais da área de saúde.

Por essa razão, é fundamental que o arteterapeuta domine o manuseio dos materiais e suas possibilidades subjetivas, bem como, técnicas artísticas va-



riadas de desenho, modelagem, pintura, colagem, construções com sucata, tecelagem, expressão corporal, a utilização dos sons, a música e as danças e a criação de personagens. Destarte, com esse conhecimento o profissional será capaz de propor o colóquio entre paciente e obra concebida, não como obra estética, mas como auxílio ao paciente na compreensão das suas emoções, contribuindo para promover melhorias na qualidade de vida.

PROJETO DE LEI Nº3416, DE 2015.

Regulamenta a profissão de Arteterapeuta e dá outras providências. O Congresso Nacional decreta: Art. 1º O exercício da Arteterapia obedecerá às disposições desta lei. Art. 2º Arteterapeuta é o profissional que se utiliza dos recursos expressivos

de artes visuais, música, dança, canto, teatro, literatura, como elementos capazes de favorecer o processo terapêutico das pessoas, buscando o autoconhecimento, a autoexpressão, o desenvolvimento humano, a criatividade, a prevenção e a reabilitação de doenças mentais e psicossomáticas.

Art. 3º O exercício da profissão de Arteterapeuta é assegurado: I – ao portador de diploma de graduação em arteterapia, conferido por instituição de ensino reconhecida oficialmente; II – ao portador de diploma de nível superior em Arteterapia ou equivalente, conferido por estabelecimento estrangeiro de ensino segundo as leis do respectivo país, registrado em virtude de acordo ou convênio internacional ou revalidado no Brasil como diploma de bacharel em Arteterapia ou equivalente; III – ao profissional que tiver concluído o terceiro grau



e que tenha curso de formação ou de pós-graduação em Arteterapia, seguindo os parâmetros curriculares estabelecidos por entidade reconhecida na Classificação Brasileira de Ocupações - CBO; e IV – aos profissionais que, até o início da vigência desta Lei, comprovem, pelo menos, quatro anos de exercício de atividades próprias ao Arteterapeuta, nos termos a serem estabelecidos por órgão regulador competente.

Art. 4º O exercício da profissão e a utilização do título de Arteterapeuta em desrespeito aos ditames desta lei configura exercício ilegal de profissão. Art. 5º O regulamento estabelecerá o órgão responsável pela fiscalização do exercício da atividade de Arteterapeuta. Art. 6º Compete ao Arteterapeuta: I – avaliar, planejar e executar o atendimento arteterapêutico por meio da aplicação de procedimentos específicos da

arteterapia; II – orientar pacientes, familiares e cuidadores no atendimento arteterapêutico; III – exercer atividades técnico-científicas através da realização de pesquisas, de trabalhos específicos e de organização e participação em eventos científicos; IV – coordenar a área de Arteterapia integrante da estrutura básica das instituições, empresas e organizações afins; V – realizar consultoria, auditoria e emitir parecer técnico sobre a área de atuação do Arteterapeuta; VI – participar do planejamento, da execução e da avaliação dos programas de saúde pública; VII – compor equipes multi e interdisciplinares de saúde, atuando em cooperação com os demais profissionais; VIII – encaminhar o paciente para os demais profissionais de saúde, atuando em associação ou colaboração com os mesmos; IX – coordenar e dirigir cursos de



graduação em Arteterapia e demais cursos de educação e saúde em instituições públicas e privadas; X – exercer a docência nas disciplinas de formação específica em Arteterapia e outras disciplinas com interface; e XI – participar de bancas examinadoras e da elaboração de provas seletivas em concursos para provimento de cargo ou contratação de Arteterapeuta. Art. 7º Esta lei entra em vigor na data de sua publicação. Câmara Federal, outubro de 2015. Deputado Federal Giovani Cherini - PDT

CONCLUSÃO

Esse estudo mostrou que é preciso sensibilizar os gestores públicos, profissionais de todas as áreas, profissionais da saúde para se mostrar com evidências a extensão e magnitude

das sequelas causadas por eventos traumáticos na vida do agente de Segurança Pública (Policiais), as Instituições de Segurança Pública devem fomentar e implementar ações como forma de auxiliar o policial com estresse laboral, facilitando o encaminhamento do mesmo para terapias alternativas em arteterapia.

O Caderno Técnico do SENAP (2019), sugere que as equipes técnicas de tratamento serão compostas necessariamente por, pelo menos, um psicólogo ou psiquiatra que deverá realizar o atendimento psicoterapêutico e, também, por profissionais de outras especialidades, aqui, digo arteterapeutas.

É preciso articular estratégias de ações preventivas para evitar patologias e enfrentamento das sequelas decorrentes dos incidentes críticos no dia a dia desses profissionais e mini-



mizar através da arteterapia o adoecimento desses profissionais;

Esse estudo através da sua base teórica (literatura, artigos, cartilhas etc), trouxeram vastas evidências sobre a contribuição da Arteterapia para aplicação no tratamento em policiais do sistema de segurança pública com princípio de estresse.

O Caderno técnico de tratamento do transtorno de estresse pós-traumático, elaborado pelo Ministério da Justiça e Segurança Pública, Secretaria Nacional de Segurança Pública traz em seu bojo que “o trabalho do policial que tem como função promover a segurança da sociedade, atuando na resolução de conflitos que envolvem as mais diversas formas de violência, [...], que aliado a uma rotina de trabalho estressante marcada pelo iminente risco à vida, pela

necessidade constante de gerenciar conflitos que requer uma resposta rápida e eficaz, e na qual uma falha na atuação pode gerar um resultado desastroso, custando a própria vida ou a de outrem. Como também, o apelo da sociedade diante da presente ameaça a Segurança Pública, e, a sensação de impotência em meio ao elevado índice de violência que motiva o aparecimento de forte sentimento de angústia favorecendo o surgimento de doenças emocionais tais como depressão, síndrome do pânico, fobias e abalo da autoestima, cuja a repercussão atinge uma categoria profissional inteira e seus efeitos alcançam ampla e gradativamente toda sociedade (Caderno técnico de tratamento do transtorno de estresse pós-traumático, 2019, pag.121).

Mediante ao exposto podemos observar a arteterapia é um instrumento valioso no cui-



dado a saúde mental contendo diversos recursos artísticos em diferentes aplicações e formas de abordagens. Constitui-se uma ferramenta de transformação subjetiva que deve ser explorada e difundida na atuação do arteterapeuta para favorecer a humanização, a socialização e qualidade de vida.

Sugestão: Programas internos em unidades policiais, Delegacias, centros de Arteterapia, consultórios, Clinicas para prevenir e minimizar os efeitos do estresse nessa profissão e modos de amenizá-lo, como relaxamento, música, leitura, pintura, colagem, entre outras citadas no corpo desse artigo, com o fito de gerar qualidade de vida.

Estes tratamentos, no que lhe concerne, podem refletir de forma positiva tanto nas condições de saúde do policial, contribuindo assim na qualidade do

serviço prestado com mais qualidade e eficácia para a sociedade.

Reis (2014), corrobora, quando diz que a arteterapia, revela-se um valioso instrumento para intervenções também em várias áreas psicologia, educacional, da saúde e hospitalar. [...] a arte é um poderoso canal de expressão da subjetividade humana, que permite ao indivíduo, seja um grupo, acessar conteúdos emocionais e retrabalha-los através da própria atividade artística.

A limitação deste estudo, apresenta-se no fato de poucos estudos publicados em revistas indexadas com a temática da arteterapia na qualidade de vida de policiais com estresse laboral, o que justifica uma amostra de artigos exíguo envolvendo “policiais” e “estresse” desassociado de “arteterapia”.

Dessa forma, sugere-se que outras pesquisas sejam feitas



sobre os benefícios da arteterapia na prevenção e promoção da qualidade de vida do policial com estresse, afim de proporcionar maior conhecimento sobre essa temática, com o escopo de confirmar, ampliar ou até contestar esse estudo.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Sicília Maria Moreira de; CAMARA, Cândida Maria Farias; XIMENES, Verônica Moraes. Arte e saúde comunitária: contribuições para a compreensão do processo de desinstitucionalização. *Rev. Psicol. Saúde, Campo Grande*, v. 4, n. 2, p. 106-115, dez. 2012. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pi093X2012000200003&lng=pt&nrm=iso>. acesso em 14 jul. 2022.

Art Therapy. American Art Therapy Association. Disponível <URL <https://arttherapy.org/aata.about.html>>/ 14/07/2022

BRASIL. Ministério da Saúde. 'Portaria n. 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. Diário Oficial da União, Brasília, 2017.

Caderno técnico de tratamento do transtorno de estresse pós-traumático – TEPT / Ministério da Justiça e Segurança Pública, Secretaria Nacional de Segurança Pública -- Brasília : Ministério da Justiça e Segurança Pública, Secretaria Nacional de Seguran-



ça Pública – SENAP, 2019. 194 p

CIORNAI, S. (org.). (2005) Percursos em Arteterapia: arteterapia e educação, arteterapia e saúde. São Paulo: Summus, Vol. 64

COQUEIRO, Neusa Freire;
VIEIRA, Francisco Ronaldo R;
FREITAS, Marta Maria C. Arteterapia como dispositivo terapêutico em saúde mental. Relato de Experiência. Acta Paulista de Enfermagem. Fortaleza, v. 23, p. 859-862, 2010. Disponível em: < http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002010000600022>. Acesso em: 18 de julho de 2022.

DANTAS, Marilda Aparecida et al. Avaliação de estresse em policiais militares. Psicol. teor. prat., São Paulo, v. 12, n. 3, p. 66-77, mar. 2010. Disponível em <<http://pepsic.bvsalud.org/>

[scielo.php?script=sci_arttext&pi36872010000300006&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.php?script=sci_arttext&pi36872010000300006&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 11 jun. 2022.

FISCHER, Ernst. A necessidade da Arte. São Paulo: Zahar, 1973. p.254.

Juliana da Costa Santos Universidade Federal da Paraíba (UFPB)
E-mail: jullycs@hotmail.com

LIPP, M. E. N. O stress está em você. 6. ed. São Paulo: Contexto, 2004.

Ministério da Saúde. Portaria nº 971/2006. Brasília, 2006c. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html. Acesso em 15 mai. 2022

PELLEGRINI. A. Percepção das condições de trabalho e estresse



ocupacional em policiais civis e militares de unidades de operações especiais. Cad. Bras. Ter. Ocup., São Carlos, v. 26, n. 2, p. 423-430, 2018

PHILIPPINI, A – A criação de espaços criativos através do processo arteterapêutico in Revista Imagens da Transformação – Vol. II- Clínica Pomar – RJ – 1997

REIS, A. C. Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do Psicólogo. Psicologia: Ciência e Profissão, v.34, n.1, p.142-157, 2014. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.1590/S1414-98932014000100011>. <Acesso em 20.jul.2022

SANTOS. M.L.C. Centro Federal de Educação Tecnológica da Paraíba CEFET-PB Fone: 208 3030 www.cefetpb.edu.br DESCREVENDO O ESTRESSE.

PRINCIPIA, João Pessoa, n.12, Abr. 2005

Silva, Amanda Aparecida e cols. Qualidade de vida relacionada à saúde e condições de trabalho entre profissionais de enfermagem. Revista de Saúde Pública [online]. 2010, v. 44, n. 4 [Acessado em 20 de julho de 2022], pp. 718-725. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0034-89102010000400016>>. Epub 26 de julho de 2010. ISSN 1518-8787. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102010000400016>.

SOUZA, J.E.P. Saúde e trabalho na segurança pública : reflexões científicas e experiências práticas / José Edir Paixão de Sousa e Évna América de Aquino Leitão Paixão. — Iguatu, CE : Quipá Editora, 2022.

Tavares JR, Prestes VR. Artete-



rapia como estratégia psicológica para saúde mental. Rev Iniciação Cient Unifamma. 2018;3(1):1-17.

UBAAT – União Brasileira de Associações de Arteterapia. Cartilha de Orientação para inserção da arteterapia na práticas complementares do SUS. Disponível em: <https://www.ubaatbrasil.com/>. Acesso em: 15 jun 2022

