

**A**tos simples como desenhar, pintar, recortar, colar, manusear terra ou argila, podem ser importantes elementos para a preservação da saúde mental, da lucidez das pessoas. O processo é aberto, podendo ser aplicado indistintamente a adultos e crianças, desde que com acompanhamento profissional de psicoterapeutas. Assunto atual e de grande importância, a arte-terapia é praticada em São José dos Campos.

TRI-MED foi buscar junto à duas profissionais do ramo - Dra. Fabiola Gaspar, especialista em Arte-terapia e Arte-educadora e Dra. Helena Carvalho, especialista em Arte-terapia - esclarecimentos que serão apresentados a seguir. Uma matéria que merece a sua atenção!

TRI-MED - Dra. Fabiola, o que é Arte-terapia?

Dra. Fabiola - É uma forma de tratamento de dificuldades psicológicas em que o paciente desenha, pinta, recorta, faz modelagem em terra ou argila e nós, os terapeutas, analisamos as formas, as cores, seus temas preferidos, para melhor entender seu mundo interior, seu psiquismo, suas emoções, seus conflitos, suas riquezas e qualidades pessoais.

TRI-MED - Dra. Helena, em que casos a Dra. recomenda a terapia pela arte?

Dra. Helena - A prática da arte é recomendada para qualquer caso; é sabido que a arte preserva a saúde mental, a lucidez, o equilíbrio das pessoas. Picasso, Van Gogh, a nossa Eugênia Figueira, aqui de São José, exemplificam isso.

TRI-MED - Então a arte cura doenças mentais?

Dra. Fabiola - Não é bem assim. Há casos que são incuráveis, não só pela arte-terapia como qualquer psicoterapia. O que a arte-terapia faz é manter esses pacientes em melhores condições possíveis para eles, e isso, somado com a medicação necessária. Veja que estamos falando dos casos graves, chamados psicóticos.

## Arte-terapia Uma Alternativa para o Tratamento Psicológico

Foi com eles que a terapeuta Nise da Silveira, trabalhou no Rio de Janeiro, por mais de 30 anos em arte-terapia, obtendo excelentes resultados.

TRI-MED - Que tipos de problemas psicológicos são mais freqüentemente registrados num consultório?

Dra. Fabiola - Eu atendo mais crianças e adolescentes, em casos de separação dos pais, rivalidades entre irmãos, carência afetiva, dificuldades nas notas escolares ou problemas de disciplina nas escolas. Trabalho com grupos pequenos, de 5 ou 6 crianças no máximo. A expressão criadora incentiva o desenvolvimento intelectual, a iniciativa e a desinibição, além de ajudar o amadurecimento emocional e social. Tudo, numa atividade muito prazerosa para eles.

TRI-MED - Então, a arte resolve esses problemas com as crianças?

Dra. Fabiola - A arte, em si, não. Mas a arte-terapia, que compreende um processo de trabalho com a criança e com os pais. Esses problemas são manifestações de insatisfação da criança, que depende da compreensão que seus pais têm diante de suas necessidades e

dificuldades. Desenvolver a imaginação e a iniciativa, é uma necessidade de todo ser humano, criança, adolescente ou adulto e que a arte e a terapia juntas oferecem.

TRI-MED - E no caso de adultos que não sabem, ou não tem jeito para o desenho, a pintura ou a escultura?

Dra. Helena - A arte-terapia é diferente do curso de arte. Na terapia não nos propomos a desenhar o mundo externo que vemos; queremos desenhar e pintar imagens do nosso mundo interno; nossas emoções, decepções, conquistas. Como você vê, não temos como objetivo formar artistas, não estamos voltados para a arte figurativa, a clássica do renascimento. Estamos falando de arte moderna: surrealismo (manifestação consciente); abstracionismo (estado de espírito); grafismo (movimentos de angústia e tensões do homem moderno). E talvez possamos, no final de um tempo, criar novos estilos - porquê não? - de uma arte de vanguarda.

TRI-MED - Vocês tem uma procura grande nesta linha de trabalho?

Dra. Fabiola - Sim. Há grupos de pessoas que nos procuram, simplesmente porque querem se aperfeiçoar na vida, desenvolver a criatividade. Somos duas psicólogas na clínica, para que possamos dar vazão aos pedidos. A procura é grande. Costumamos abrir uma exposição de trabalhos adultos em março e outra de trabalhos infantis em novembro. Estamos com 40 obras expostas agora, o que dá uma boa idéia da procura e da qualidade do trabalho. Nossa exposição tem como título "ARTE INCONSCIENTE". Todos estão convidados a visitá-la.

**Exposição na  
Rua Helena Davi Neme,  
186 - Jd. São Dimas em  
São José dos Campos.**