



ODS, ARTE E JUVENTUDE: CAMINHOS INTEGRADOS PARA O CUIDADO EM SAÚDE MENTAL

*Priscila Laissa Toledo*¹, *Tania Maria Gomes da Silva*²

¹Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. prih_toledo@hotmail.com

²Docente. Orientadora do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. tania.gomes@unicesumar.edu.br

RESUMO

Este estudo aborda a promoção da saúde mental na adolescência, destacando a arte como uma ferramenta terapêutica, expressiva e integradora. A adolescência é uma fase marcada por intensas transformações biológicas, neurológicas e sociais, o que exige práticas de cuidado que respeitem a singularidade dos jovens. Nesse contexto, a arte se apresenta como uma forma sensível e eficaz de cuidado, capaz de contemplar a integralidade do sujeito e promover saúde mental de maneira ampla. Trata-se de uma pesquisa de natureza bibliográfica, que reuniu quatro estudos nacionais e internacionais sobre a relação entre arte e saúde mental. Os resultados indicam que atividades artísticas favorecem a expressão de sentimentos, a construção da identidade e o fortalecimento da autonomia, funcionando como pontes entre o jovem e sua subjetividade. Conclui-se que a arte amplia a compreensão da saúde mental para além do modelo biomédico ao incorporar fatores socioculturais e afetivos, legitimando-a como ferramenta necessária ao cuidado de adolescentes e à concretização do Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 3 (ODS 3).

PALAVRAS-CHAVE: Adolescente; Saúde Mental; Arte; ODS 3.

1 INTRODUÇÃO

A noção contemporânea de promoção da saúde tem como marco a Carta de Ottawa (1986), elaborada durante a Primeira Conferência Internacional de Promoção da Saúde, no Canadá. O documento define promoção da saúde como um processo de capacitação de indivíduos e comunidades para que exerçam maior controle sobre seus determinantes de saúde, reconhecendo que bem-estar depende de fatores sociais, culturais, econômicos e ambientais, ou seja é multifatorial. Entre seus eixos, destaca-se a criação de ambientes favoráveis, o reforço da ação comunitária e o desenvolvimento de habilidades pessoais, elementos particularmente relevantes quando se aborda a saúde mental de adolescentes.

Alinhada a essa perspectiva, a Agenda 2030 da Organização das Nações Unidas propôs os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável. O ODS 3 estabelece a meta de garantir condições de saúde e bem-estar para pessoas de todas as faixas etárias, enfatizando a necessidade de políticas intersetoriais que englobem educação, cultura e participação comunitária. Nesse contexto, inserir a arte em programas de saúde mental dialoga com as recomendações da Carta de Ottawa e do ODS 3, pois converte espaços culturais em ambientes de cuidado e fortalece competências psicossociais nos jovens.

A adolescência, definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como o período entre 10 e 19 anos, é atravessada por intensas mudanças neurológicas e sociais que repercutem no equilíbrio psíquico. Segundo Winnicott (1983), a tensão entre dependência infantil e busca de autonomia torna o adolescente especialmente sensível a recursos relacionais e simbólicos que favoreçam a expressão e o amadurecimento emocional. Assim, programas de promoção da saúde mental precisam ir além da prevenção de transtornos, oferecendo práticas que estimulem criatividade, vínculo e participação social.



2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão bibliográfica. Foram buscados artigos publicados entre 2020 e 2025, indexados em bases nacionais e internacionais, que analisassem a interface entre arte, saúde mental e promoção da saúde na adolescência. Após leitura, selecionou-se cinco estudos que abordam: benefícios neurobiológicos da prática artística, efeitos terapêuticos em contextos pandêmicos, experiências comunitárias brasileiras de arte como cuidado e abordagens críticas que associam arte e emancipação subjetiva.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os princípios da Carta de Ottawa (1986) situam a saúde como resultado de processos quotidianos vividos em espaços de aprendizagem, trabalho, moradia e lazer; nessa lógica, a inserção de atividades artísticas, pode ser concebida como forma de cuidado com a saúde, pois ambientes favoráveis, assim como defendidos pela carta. Essa perspectiva converge com o ODS 3, que busca garantir de forma equitativa e inclusiva o bem-estar ao longo de toda a vida. Ao considerar a arte como prática de promoção da saúde mental, atende-se, simultaneamente, às recomendações de Ottawa e às metas globais de desenvolvimento sustentável, pois se amplia o acesso a cuidados psíquicos para adolescentes, público historicamente vulnerável a transtornos emocionais.

A análise dos quatro estudos selecionados reforça essa articulação. No artigo *Art and Mental Health: Artistic Creativity as a Therapeutic Intervention*, Monteiro (2023), explora a proposta de a arte ser incluída, como uma prática terapêutica no cuidado em saúde mental, especialmente voltada a grupos heterogêneos em suas limitações e potencialidades. Monteiro (2023), propõe um novo conceito de trabalho terapêutico, no qual oficinas artísticas são utilizadas para estimular a expressividade, valorizar a criatividade e fortalecer a autoestima. Para o autor, a arte é vista como meio para a expressão de subjetividades, criação de novas linguagens, formas de relacionamento e modos de existência. Esses espaços criativos favorecem a recuperação biopsicossocial de pessoas com sofrimento psíquico, atuando como complemento ao tratamento clínico e promovendo a inclusão social sem reforçar mecanismos de segregação.

Em outro estudo, intitulado *Healing Through Art: A Thematic Synthesis within a Quasi-Systematic Review*, os autores Stevenson e Alzyood (2025) demonstrou que, durante o isolamento pandêmico, a prática artística possibilitou expressão emocional, apoio coletivo, resignificação de traumas, construção de sentido e fortalecimento identitário. Em outro artigo, *How the Arts Heal: A Review of the Neural Mechanisms Behind the Therapeutic Effects of Creative Arts*, os autores Barnett e Vasiu (2024), revelou a ativação de circuitos cerebrais de regulação emocional, como o córtex pré-frontal medial e a amígdala, durante atividades de pintura, música e dança, proporcionando alívio de sintomas depressivos e ansiosos e conferindo sustentação neurobiológica à prática artística enquanto intervenção em saúde mental.

No contexto brasileiro, o estudo *A Arte como Meio Terapêutico: o Projeto SuperART*, Alves, *et al*, (2024) descreveu que as oficinas criativas transformaram instituições em espaços de cuidado, elevando autoestima, autonomia e vínculos sociais de adolescentes em sofrimento psíquico. Já no artigo *Arte e Criatividade na Saúde Mental: Apontamentos sobre a Re(existência) das Singularidades Humanas* (Vasconcellos, 2025) apresentou a arte como ferramenta de resistência e reconstrução subjetiva, essencial em processos de desinstitucionalização, salientando sua potência emancipadora.

O que se infere desse conjunto de artigos é que as práticas artísticas favorecem a expressão de sentimentos, a consolidação da identidade em formação, a ampliação da autonomia e o fortalecimento de laços comunitários, atuando sobre dimensões simbólicas,



afetivas e sociais pouco contempladas pelo modelo biomédico. Assim, ao promover ambientes de escuta e acolhimento, a arte se firma como estratégia legítima para a promoção da saúde mental na adolescência, em consonância com as diretrizes intersetoriais da Carta de Ottawa e as metas do ODS 3.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao articular arte, adolescência e o ODS 3, delineia-se um percurso para a promoção da saúde mental. A inserção de práticas artísticas para a promoção em saúde revela-se como outra forma e de cuidado para além da tradicional e atende aos princípios da Carta de Ottawa ao criar ambientes favoráveis, estimular a ação coletiva e desenvolver habilidades pessoais, ao mesmo tempo em que contribui para a meta global de assegurar vida saudável e bem-estar em todas as idades.

A arte amplia o escopo do cuidado ao integrar dimensões simbólicas, afetivas, cognitivas e sociais que o modelo biomédico tradicional tende a negligenciar; transforma ambientes convencionais em espaços de escuta e acolhimento; fortalece a expressão de sentimentos, a construção identitária e a autonomia juvenil; e promove vínculos que combatem o isolamento e o estigma. Desse modo, políticas públicas e programas intersetoriais que incorporem atividades artísticas configuram-se como estratégias baseadas em evidências para fomentar a saúde mental de adolescentes, fortalecendo a resiliência individual e comunitária e alinhando-se às diretrizes de desenvolvimento sustentável estabelecidas pela Agenda 2030.

REFERÊNCIAS

ALVES, M. et al. A Arte como Meio Terapêutico: o Projeto SuperART. **Revista Brasileira de Terapias Expressivas**, v. 7, n. 1, p. 33–50, 2024;

BARNETT, L.; VASIU, M. How the Arts Heal: A Review of the Neural Mechanisms Behind the Therapeutic Effects of Creative Arts. **NeuroArts Journal**, v. 9, n. 3, p. 78–94, 2024;

MONTEIRO, A. Art and Mental Health: Artistic Creativity as a Therapeutic Intervention. **Convergências**, v. 16, n. 1, p. 1–15, 2023;

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. Objetivos de Desenvolvimento Sustentável: ODS 3 – **Saúde e Bem-estar**. Nova York: ONU, 2015;

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Carta de Ottawa para a Promoção da Saúde**. Ottawa: OMS, 1986;

STEVENSON, R.; ALZYOOD, H. Healing Through Art: A Thematic Synthesis within a Quasi-Systematic Review. **Journal of Creative Health**, v. 12, n. 2, p. 45–62, 2025;

VASCONCELLOS, J. Arte e Criatividade na Saúde Mental: Apontamentos sobre a Re(existência) das Singularidades Humanas. **Revista Saúde & Cultura**, v. 10, n. 2, p. 21–38, 2025;

WINNICOTT, D. W. **O ambiente e os processos de maturação: estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional**. Tradução de Iracy Doyle. Porto Alegre: Artmed, 1983;