



PALHAÇARIA COMO RECURSO COMPLEMENTAR PARA PROMOÇÃO DE NOVOS MODOS RELACIONAIS E DE SAÚDE MENTAL

Evelyn Hiri¹, Raquel Garcia de Lima Sória²

¹ Discente no Curso de Graduação em Psicologia, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR.
evelynhiri1@gmail.com

² Mestre em Promoção da Saúde, Docente no Curso de Psicologia, Universidade Cesumar - UNICESUMAR.
raquel.soria@unicesumar.edu.br

RESUMO

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica acerca da palhaçaria como recurso complementar para a promoção de novos modos relacionais e de saúde mental. Este estudo busca indagar a falta de publicações relacionadas ao indivíduo que vivencia a palhaçaria e ressaltar o impacto dela para aqueles que são exposto à ela. Trata-se de uma revisão bibliográfica realizada nas bases SciELO, Lilacs, Medline, PubMed, Web of Science, sem delimitação de recorte temporal. Utiliza-se os descritores “palhaçaria”, “saúde mental”, “promoção”. Espera-se que hajam mais estudos e pesquisas relacionadas ao impacto na saúde mental do sujeito que experiencia a palhaçaria. Considera-se que este estudo possa contribuir na compreensão da palhaçaria como um recurso que contribui para a promoção de saúde mental e de novos modos relacionais.

PALAVRAS-CHAVE: Palhaçaria; Saúde Mental; Promoção.

1 INTRODUÇÃO

Segundo a National Geographic Brasil (2023), a palhaçaria, como expressão artística, pode ser entendida como recurso de cuidado e humanização, capaz de favorecer a saúde mental. Em uma revisão sistemática feita por Hu *et al.* (2021), identificou-se que a arteterapia pode contribuir como um recurso complementar de tratamento para melhorar a qualidade de vida. Ainda, os autores sistematizam dados de outros estudos, identificando a contribuição de recursos como desenho, música, pintura, dança, escrita entre outros, em condições de saúde mental de pacientes com autismo, demência, transtornos depressivos e de ansiedade e esquizofrenia (Hu *et al.*, 2021).

Sobre o tema, em um estudo sobre grupo terapêutico em Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), utilizou-se linguagens artísticas como pintura e escultura, assim apresentando a arteterapia como uma intervenção fundamental para a diminuição dos sintomas negativos referente ao adoecimento mental (Coqueiro; Vieira; Freitas, 2010).

Dos recursos artísticos, como a palhaçaria, mostra-se uma efetiva estratégia de cuidado em saúde mental, ao permitir a expressão de emoções, do verdadeiro eu, reduzindo sintomas de estresse, ansiedade e depressão, e fortalecer autoestima, e relações interpessoais. Com isso, Lopes e Teixeira (2023) ressaltam que a palhaçaria tem a capacidade de tornar o ambiente mais leve, ressignificando pensamentos negativos, incentivando o autocuidado e elevando a autoestima. A pesquisa mostra que a intervenção



palhaçêutica juntamente com outro meio artístico, como a música, linguagem lúdica, brincadeira e interação favorecem a integração social, ressaltando seu potencial como ferramenta de promoção de fortalecimento de vínculo, redução do estresse, ansiedade e solidão.

Já no âmbito de crianças hospitalizadas, estudos investigaram que a exposição ao contato anterior a hora de dormir com médicos palhaços tem a possibilidade de melhorar a qualidade de sono no período de internação, com a redução do tempo acordado durante a noite e aumento da eficiência do sono e o atraso de despertar. Pois, a integração dos palhaços médicos diminui o estresse do ambiente no atendimento hospitalar no tempo de internação dos pacientes. Além da diminuição no período de internação, relacionado à diminuição do estresse e ansiedade (Shimshi-Barash *et al.*, 2024).

De acordo com Barboza e Palombini (2022) a palhaçaria pode ser considerada como mais uma intervenção lúdica, ao promover cuidado com pessoas pelo riso através do riso. Logo, ela é considerada um recurso artístico que se utiliza da figura do palhaço como aquele que promove humor, que mobiliza emoções, por meio da comunicação, criatividade, improvisação expressos nos gestos e movimentos corporais na interação com o outro (Lecoq, 2010). Além disso, o palhaço atua com a permissão ao erro, ao experienciar o ridículo de si mesmo e com isso aceitando a si mesmo (Bruhn, 2021; Brandão; Silva; Ped, 2023). Por essa perspectiva, Bruhn (2021) afirma que esse contato com as ideias do palhaço, promovem clareza e compreensões sobre si mesmo que surgem pela espontaneidade e improvisação.

Estudos realizados por Sanchez *et al.* (2024) encontraram que a palhaçoterapia contribui para a redução de estresse, ansiedade e dor em crianças hospitalizadas, verificando-se os marcadores biológicos como o aumento da ocitocina e a diminuição do cortisol. Em contrapartida, estudos com adultos demonstram impactos semelhantes na redução de emoções negativas, favorecendo emoções positivas e empatia (Dionigi; Canestrari, 2016).

Nesse sentido, a escolha deste tema se justifica pela crescente demanda por práticas que ampliem o cuidado em saúde mental, por exemplo em contextos onde há sofrimentos psíquicos intensos. Embora existam avanços significativos nas pesquisas sobre recursos terapêuticos convencionais, observa-se ainda uma lacuna na literatura nacional quanto à compreensão da palhaçaria como expressão artística capaz de promover bem-estar, reduzir sintomas como estresse, ansiedade e depressão, além de promover o fortalecimento de vínculos interpessoais.

Na perspectiva de relevância científica, este estudo possibilita reunir evidências teóricas e empíricas sobre os efeitos da palhaçaria na saúde mental e na contribuição para novos modos de relação social, baseando reflexões para futuras intervenções clínicas, comunitárias e educativas. Na perspectiva social, o trabalho contribui ao enfatizar a palhaçaria como uma prática de humanização, que favorece novos modos relacionais e como um recurso acessível e criativo na promoção da saúde mental.

Tem-se como objetivo investigar a contribuição da palhaçaria como recurso artístico para promover novos modos relacionais e saúde mental. Para isso, propõe-se os seguintes objetivos específicos: identificar na literatura pesquisas sobre as contribuições da palhaçaria na saúde mental; identificar na literatura as contribuições da palhaçaria em novos modos relacionais; verificar na literatura contribuições teóricas de conceitos da linguagem da palhaçaria que podem contribuir para reflexões de novos modos relacionais e reverberações para a promoção da saúde mental.

2 MATERIAIS E MÉTODOS



Esta é uma pesquisa de revisão bibliográfica narrativa, que compõe a realização da pesquisa de iniciação científica intitulada “O impacto da atuação em palhaçaria voluntária na saúde mental de adultos” a ser realizada. A escolha por esta metodologia se justifica pela compreensão teórica de pesquisas existentes que contribuem para o entendimento do estado da arte sobre o tema, como base para o desenvolvimento futuro da pesquisa de IC a ser realizada. Foram pesquisados artigos científicos publicados em bases de dados como a Scielo, Pubmed, Lilacs, Medline, Web of Science, utilizando os termos “palhaçaria”, “clown”, “saúde mental”, “psicologia”, “recurso artístico”, “promoção de saúde mental”. Não foi delimitado o recorte temporal pois a proposta é identificar o que existe na literatura. Optou-se por utilizar publicações nos idiomas português e inglês.

3 RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se encontrar estudos que descrevam as contribuições e impactos que a experiência com a arte da palhaçaria pode causar na subjetividade da saúde mental daqueles que vivenciam a arte palhacêutica. Pretende-se também identificar evidências de que a palhaçaria contribui efetivamente na saúde mental de forma positiva, além de favorecer o fortalecimento de vínculos, bem como o desenvolvimento de habilidades sociais e comunicacionais que favorecem novos modos de se relacionar socialmente. Além disso, verificar possíveis lacunas de estudos sobre os efeitos da palhaçaria na saúde mental de quem a pratica, e com isso sugerir possibilidades de uso da palhaçaria em outros contextos e público como recurso complementar para a saúde mental.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considera-se pertinente investigar de qual forma a palhaçaria utilizada como recurso artístico impacta o indivíduo que a experiência de forma direta pois, a maioria dos estudos publicados sobre a arte palhacêutica consistem no relato de experiência e impactos na comunidade atendida e não nos indivíduos que viveram a arte de ser palhaço. Destaca-se a relevância de estudos sobre o tema para aprofundamentos sobre essa perspectiva pouco explorada, reconhecendo a palhaçaria como uma prática acessível, criativa e que favorece a humanização na saúde mental. Com isso, promovendo uma discussão de inserções da experiência para diversos públicos em políticas públicas de saúde mental.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Elisabete Agrela de; SILVA, Mônica de Fátima Freires da. Arte como estratégia de cuidado para a saúde mental. **Revista Cordis: História e Arte**, São Paulo, v. 2, n. 29, p. 108–122, 2023. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/cordis/article/view/64443>. Acesso em: 29 maio 2025.

BRANDÃO, F. M. V.; SILVA, C. V.; PED, J. S. A função terapêutica do palhaço. In: PEDROSO, J. S.; SILVA, C. V.; BRANDÃO, F. M. (Orgs). **Ciência da palhaçaria: estudos teóricos e práticas em saúde mental**. 1. ed. Porto Alegre: Rede Unida, 2023. p. 15-29.

BRUHN, M. Cartografia da alegria: encontros entre palhaçaria e psicologia. **Revista Brasileira de Psicodrama**, São Paulo, v. 29, n. 3, p. 205-213, set.-dez. 2021.



NATIONAL GEOGRAPHIC BRASIL. **Como a arte pode ajudar a melhorar a saúde mental?** Disponível em: <https://www.nationalgeographicbrasil.com/ciencia/2023/06/como-a-arte-pode-ajudar-a-melhorar-a-saude-mental>. 2023. Acesso em: 19 set. 2025.

COQUEIRO, N. F.; VIEIRA, F. R. R.; FREITAS, M. M. C. Arteterapia como dispositivo terapêutico em saúde mental. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 23, n. 6, p. 859–862, 2010.

DIONIGI, Alberto; CANESTRARI, Carla. Clowning in health care settings: The point of view of adults. *Europe's Journal of Psychology*, v. 12, n. 3, p. 473–488, 2016. DOI: 10.5964/ejop.v12i3.1107.

HU, Hu; ZHANG, Y.; HU, Y.; YU, Y.; XU, J. Art therapy: a complementary treatment for mental disorders. **Frontiers in Psychology**, v. 12, p. 686005, 2021. DOI: 10.3389/fpsyg.2021.686005.

LECOQ, J. **O corpo poético**: uma pedagogia da criação teatral. Jacques Lecoq; com a colaboração de Jean-Gabriel Carasso e de Jean-Claude Lallias; tradução de Marcelo Gomes. São Paulo: Editora Senac São Paulo: Edições SESC SP, 2010.

LOIOLA, I. M.; TEIXEIRA, Y. R. **A terapia do riso como estratégia de promoção de saúde mental para idosos institucionalizados**. 2023. Tese (Doutorado em Saúde) — Universidade Unifametro, Fortaleza, 2023. Disponível em: <http://repositorio.unifametro.edu.br/bitstream/123456789/1385/1/IAGO%20MARTINS%20LOIOLA%20YASMIN%20RAMOS%20TEIXEIRA%20TCC.pdf>. Acesso em: 11 fev. 2024.

ROSSI, I.; BATIGÁLIA, F.; JÚNIOR, R. Palhaçoterapia: alteração do perfil algico e emocional de pacientes geriátricos hospitalizados. **Arquivos de Ciências da Saúde**, São Paulo, v. 23, n. 3, p. 17-21, 2016.

SÁNCHEZ, Julio C. et al. Effects of clowning on anxiety, stress, pain, and hormonal markers in paediatric patients. **BMC Pediatrics**, v. 24, p. 728, 2024. DOI: 10.1186/s12887-024-05211-1.

SHIMSHI-BARASH, M. et al. Medical clowns improve sleep and shorten hospitalization duration in hospitalized children. **Scientific Reports**, v. 14, n. 1, p. 2357, 29 jan. 2024.

