

EMOÇÕES, ARTES E INTERVENÇÃO

PERSPETIVAS

MULTIDISCIPLINARES

Jenny Sousa, Maria João Santos, Lúcia Grave
Magueta, Maria de São Pedro Lopes, Leonel Brites
(Coordenadores)

EMOÇÕES, ARTES E INTERVENÇÃO

PERSPETIVAS

MULTIDISCIPLINARES

EMOÇÕES, ARTES E INTERVENÇÃO – PERSPETIVAS MULTIDISCIPLINARES

ORGANIZADORES

Jenny Sousa (CICS.NOVA, IPLeiria, CI&DEI, ESECS, Politécnico de Leiria)

Maria João Santos (CI&DEI, ESECS, Politécnico de Leiria, CIEC)

Lúcia Grave Magueta (CI&DEI, ESECS, Politécnico de Leiria)

Maria de São Pedro Lopes (CI&DEI, ESECS, Politécnico de Leiria)

Leonel Brites (ESECS, Politécnico de Leiria, CEIS20 – Centro de Estudos Interdisciplinares do Século XX)

Todos os direitos reservados

EDITOR

EDIÇÕES ALMEDINA, S.A.

Rua Fernandes Tomás, n.ºs 76-80, 3000-167 Coimbra

Tel.: 239 851 904 · Fax: 239 851 901

www.almedina.net • editora@almedina.net

REVISÃO

Maria João Fonseca

REVISÃO CIENTÍFICA

Esta edição foi sujeita a revisão científica por pares:

Eva Navarro (Universidade de Valladolid)

Graça Seco (ESECS, Politécnico de Leiria)

Maria de São Pedro Lopes (ESECS, Politécnico de Leiria, CI&DEI)

Sara Mónico (CI&DEI, CICS.Nova.IPLeiria, ESECS, Politécnico de Leiria.)

Sofia Silva (ESEC, Instituto Politécnico de Coimbra)

DESIGN DE CAPA

EDIÇÕES ALMEDINA, S.A.

IMAGEM DA CAPA

Leonel Brites

PAGINAÇÃO

João Jegundo

IMPRESSÃO E ACABAMENTO

PENTAEDRO, LDA.

DEPÓSITO LEGAL

493420/21

Este trabalho é financiado por Fundos Nacionais através da FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P., no âmbito do projeto Ref.º UIDB/05507/2020. Agradecemos adicionalmente ao Centro de Estudos em Educação e Inovação (CI&DEI) e ao Politécnico de Leiria pelo apoio prestado.



Fundação
para a Ciência
e a Tecnologia



REPÚBLICA
PORTUGUESA

Os dados e as opiniões inseridos na presente publicação são da exclusiva responsabilidade do(s) seu(s) autor(es).

Toda a reprodução desta obra, por fotocópia ou outro qualquer processo, sem prévia autorização escrita do Editor, é ilícita e passível de procedimento judicial contra o infrator.



GRUPOALMEDINA

BIBLIOTECA NACIONAL DE PORTUGAL – CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO

EMOÇÕES, ARTES E INTERVENÇÃO

Emoções, artes e intervenção: perspetivas multidisciplinares / org. Jenny Sousa... [et al.]

ISBN 978-989-40-0182-9

I – SOUSA, Jenny

CDU 316

EMOÇÕES, ARTES E INTERVENÇÃO

PERSPETIVAS

MULTIDISCIPLINARES

Jenny Sousa, Maria João Santos, Lúcia Grave
Magueta, Maria de São Pedro Lopes, Leonel Brites
(Coordenadores)

ÍNDICE

| | |
|--|----|
| NOTA INTRODUTÓRIA | 11 |
| LINHA-D'ÁGUA. RELATO DE UMA CRIAÇÃO ARTÍSTICA PARTICIPATIVA COM O GRUPO DE TEATRO TERAPÊUTICO DO CENTRO HOSPITALAR PSIQUIÁTRICO DE LISBOA..... | 13 |
| <i>Abel Arez / Manon Marques / Pedro Moreira / Ana Gama / Carlos Garcia António Santos / Susana Gaspar</i> | |
| SOBRE O INÚTIL OU UMA ALTERNATIVA AOS DIAS NEBULOSOS... | 25 |
| <i>Adriana Isabel Marques de Campos</i> | |
| O PROJETO «A CULTURA TAMBÉM É PARA NÓS» — A FRUIÇÃO CULTURAL DE PESSOAS COM DIFICULDADES INTELECTUAIS E DESENVOLVIMENTAIS (DID) EM CONTEXTO INSTITUCIONAL | 39 |
| <i>Catarina Santos / Ana Mendes</i> | |
| COMPREENDER AS EMOÇÕES NO SEU CONTEXTO, ATITUDES E INTENÇÕES — UM PROJETO DE TEATRO «HOJE HÁ FÁBULAS» PARA CRIANÇAS DO 1.º CICLO | 49 |
| <i>M.ª Madalena Leitão / Cristina Pereira / Paula Peres / Helena Francisco</i> | |
| POESIA-ARTE, INTERVENÇÃO E LUDICIDADE UMA PROPOSTA DIDÁTICA PARA O FINAL DO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO..... | 63 |
| <i>Pedro Balau Custódio</i> | |

| | |
|---|-----|
| A EXPRESSÃO ARTÍSTICA NA IDADE MAIOR — A DANÇA CRIATIVA COMO PLENA CONSCIÊNCIA DE SI | 77 |
| <i>Clara Leão</i> | |
| «CÁPSULAS DO TEMPO» — A CRIAÇÃO PLÁSTICA ENQUANTO EXPERIÊNCIA SUBJETIVA COM MATERIAIS E OBJETOS | 91 |
| <i>Lúcia Grave Magueta</i> | |
| CLOWNS INTERVENTORES | 101 |
| <i>Enne Marx</i> | |
| A FOTOGRAFIA NA INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA E SOCIAL..... | 113 |
| <i>Rosalinda Chaves</i> | |
| AUTORREGULAÇÃO EMOCIONAL E TERAPIAS EXPRESSIVAS INTEGRADAS COM UMA AZÁFAMA DE SENTIMENTOS | 131 |
| <i>Cláudia Jerónimo / Sílvia Brites</i> | |
| A ANIMAÇÃO ARTÍSTICA NA CONSTRUÇÃO DE UM ENVELHECIMENTO MAIS ATIVO E CRIATIVO..... | 143 |
| <i>Jenny Sousa</i> | |
| PARA QUE SERVE? PROCESSO DE CRIAÇÃO DE UM LIVRO ILUSTRADO | 155 |
| <i>Madalena Matoso</i> | |
| PRÁTICA MUSICAL — LUGAR DE ENCONTRO E CONFLUÊNCIA DE PROCESSOS ARTÍSTICOS E PEDAGÓGICOS NO ENSINO SUPERIOR..... | 169 |
| <i>Sandrina Milhano</i> | |
| O PAPEL DAS EMOÇÕES NA AQUISIÇÃO DA LINGUAGEM E DA LINGUAGEM NA REGULAÇÃO DAS EMOÇÕES | 185 |
| <i>Catarina Mangas</i> | |

ÍNDICE

| | |
|---|-----|
| REPRESENTAÇÕES DA DEMÊNCIA NO LIVRO-ÁLBUM CONTEMPORÂNEO: UMA LEITURA DE <i>A AVÓ ADORMECIDA</i> E O <i>AVÔ TEM UMA BORRACHA NA CABEÇA</i> | 195 |
| <i>Teresa Mendes / Marta Mergulhão</i> | |
| AS NARRATIVAS CONSTRUÍDAS PELA IMPRENSA PORTUGUESA, BRASILEIRA E ESPANHOLA SOBRE A GRIPE PNEUMÓNICA DE 1918: O OLHAR MULTIFACETADO DE TRÊS JORNAIS DIÁRIOS... | 209 |
| <i>Dina Alves</i> | |
| ENTRE O IMPACTO DA PANDEMIA NA CULTURA E O IMPACTO DA CULTURA NA PANDEMIA: NARRATIVAS JORNALÍSTICAS SOBRE O SECTOR CULTURAL EM TEMPOS DE COVID-19 | 225 |
| <i>Catarina Menezes / Maria José Gamboa</i> | |
| DAR VOZ ÀS ARTES — EXPERIÊNCIAS ARTÍSTICAS EM TEMPOS DE PANDEMIA..... | 241 |
| <i>Maria Manuela Ferreira da Cunha / Sara Vidal Maia</i> | |
| EDUCAÇÃO EMOCIONAL, VULNERABILIDADE, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA..... | 253 |
| <i>Eliana Perez Gonçalves de Moura / Geraldine Alves dos Santos</i> | |
| VER É SABER, SENTIR É CONHECER — UM OLHAR SOBRE ANSIEDADE, MEDO E A DOR | 265 |
| <i>Maria João Sousa Santos</i> | |
| SENSIBILIZACIÓN Y FORMACIÓN DEL ALUMNADO UNIVERSITARIO ANTE LA DIVERSIDAD E INCLUSIÓN | 277 |
| <i>Enelina M^a Gerpe Pérez / Ana M^a Porto Castro</i> | |
| LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LOS ESTUDIOS DE EDUCACIÓN SOCIAL..... | 291 |
| <i>Maria Paz López Teulón</i> | |

| | |
|--|-----|
| REDES DE COLABORAÇÃO: RELATO DE EXPERIÊNCIAS ENTRELAÇADAS..... | 301 |
| <i>Paula Caroline de Oliveira Souza / Itahisa Pérez-Pérez</i> | |
| <i>Juliana Pedreschi Rodrigues</i> | |
| | |
| A IMPORTÂNCIA DA AVALIAÇÃO E GESTÃO DO IMPACTO SOCIAL NUMA ENTIDADE DA ECONOMIA SOCIAL DE INTERVENÇÃO MULTIDISCIPLINAR | 315 |
| <i>Ana João Santos / Maria Antónia Barreto</i> | |

NOTA INTRODUTÓRIA

A obra que aqui se apresenta pretende constituir-se num espaço de reflexão e divulgação de práticas sobre pensamento emocional e a sua relação com a arte, com a comunicação e com a saúde e o bem-estar. Partimos da ideia de que o comportamento humano envolve a escolha, consciente ou inconsciente, entre percursos alternativos de ação e que estes processos se desenvolvem através de mecanismos neurofisiológicos, enquadrados por perceções sobre os contextos de decisão, avaliação da situação em que a decisão decorre, o conteúdo de decisão e a antecipação dos seus resultados. Valoriza-se, portanto, uma perspetiva multidisciplinar, que visa potenciar sinergias de matérias científicas ou reflexivas, impulsionando a discussão acerca do pensamento emocional e do seu papel na ação humana e no desenvolvimento de comportamentos promotores de melhor qualidade de vida.

Tendo estas ideias como pano de fundo, foi realizada a Conferência Internacional Emoções, Artes e Intervenção, em 2021, que procurou perceber, por um lado, de que forma se percebe a ideia de que as emoções são fundamentais nos processos de decisão, determinando a ação humana; por outro, pensar a importância de equacionar a educação emocional e as artes, dentro de um paradigma transversal a diversas áreas do saber, como potenciadora do desenvolvimento do pensamento emocional e da saúde e bem-estar. O evento decorreu, deste modo, em torno de duas áreas temáticas: a arte e a comunicação como expressão/ação das emoções e seu papel para o desenvolvimento do pensamento emocional e de comportamentos saudáveis; e a educação emocional como uma área transversal a diversos

contextos de aprendizagem e da ação humana. Ou seja, foi o reconhecimento do papel das emoções e das artes na evolução humana, uma das razões pela qual se decidiu refletir, em conjunto, sobre Emoções, Artes e Intervenção.

Se em 2019, data da primeira edição desta conferência, fruto da nossa longa experiência investigativa relacionada com as artes e intervenção, já achávamos que esta temática era de importância significativa, em 2021 achamos que ela se tornou urgente!

A pandemia, que nos surpreendeu, confinou e isolou, trouxe todas as condições para eventuais alterações ao nosso equilíbrio emocional e, por arrasto, à nossa capacidade de aprender e de nos relacionarmos com os outros.

Por essa razão, esperamos que os vários relatos e reflexões aqui apresentados nos inquietem, nos sensibilizem e nos ajudem a transformar a nossa relação com os outros em intervenções mais criativas e, em consequência, mais significativas.

Como sabemos que as experiências de criação artística podem ter um papel muito importante numa pedagogia da relação e na gestão de emoções desejamos, muito sinceramente, que as experiências partilhadas neste livro, apoiado pelo Centro de Estudos em Educação e Inovação (CI&DEI), a quem agradecemos, nos ajudem a refletir sobre o sentido urgente das emoções e das artes para uma intervenção criativa com diferentes públicos! E, por essa razão, para a saúde e bem-estar de todos nós!

JENNY SOUSA
MARIA JOÃO SANTOS
LÚCIA GRAVE MAGUETA
MARIA DE SÃO PEDRO LOPES
LEONEL BRITES

A ANIMAÇÃO ARTÍSTICA NA CONSTRUÇÃO DE UM ENVELHECIMENTO MAIS ATIVO E CRIATIVO

Jenny Sousa

CICS.NOVA.IPLeia-iaCT, CI&DEI, ESECS, Politécnico de Leiria, Portugal

Resumo: As artes são promotoras de oportunidades e de desafios, numa relação muito próxima com a saúde e com o empoderamento das sociedades, proporcionando a criação de estratégias de desenvolvimento individual e comunitário. Por isso, as práticas artísticas participativas assumem especial destaque quando se fala em envelhecimento ativo e criativo porque possibilitam a construção de espaços de participação cívica e de inclusão social. Neste quadro, a animação artística emerge enquanto metodologia privilegiada, uma vez que favorece a construção de trajetórias positivas de envelhecimento, considerando a pessoa idosa enquanto elemento capaz e atuante no processo político e na mudança positiva das sociedades. Partindo destes pressupostos, será desenvolvida uma reflexão teórica que, cruzada com uma análise de natureza mais prática, através da apresentação de três projetos de práticas artísticas participativas, permitirá a reflexão em torno do papel da animação artística na concretização de oportunidades de envelhecimentos ativos e criativos. Será, portanto, analisada a importância da animação artística e das artes no desenvolvimento global dos adultos em idade avançada, numa lógica de promoção de ideias, sensações, capacidades, imaginação e criatividade, rumo à autorrealização e ao desenvolvimento pessoal e social, onde a vivência em comunidade assume um papel preponderante.

1. Cruzando conceitos: envelhecimento ativo, envelhecimento criativo e animação artística

O envelhecimento demográfico, acompanhado do aumento da esperança média de vida, é uma realidade comum a vários países do mundo. Segundo Fonseca (2018), o número de pessoas com mais de 60 anos poderá atingir, numa escala global, os 22% em 2050 e 34% no que diz respeito ao contexto europeu. Explica ainda o autor que esta tendência para o envelhecimento populacional é mais acentuada no nosso país, uma vez que Portugal é um dos países mais envelhecidos do mundo.

Este breve preâmbulo serve apenas para recordar aquilo que todos conhecemos substancialmente bem: estamos perante uma nova realidade demográfica e social, que se materializa num novo paradigma de envelhecimento. Este paradigma preconiza a otimização das oportunidades de saúde, de participação e de segurança, procurando a melhoria da qualidade de vida das pessoas à medida que envelhecem, indo ao encontro do que a Organização Mundial de Saúde (2002) chamou de envelhecimento ativo e saudável.

Neste desiderato, as sociedades contemporâneas estão cada vez mais conscientes de que o envelhecimento ativo e saudável vai para além da ausência de doença, valorizando-se, sobretudo, a habilidade funcional (OMS, 2015).

Assim, o envelhecimento, muitas vezes visto como um problema, alvo de estereótipos e preconceitos por ser fortemente associado à ideia de inutilidade e ausência de desenvolvimento (Boutinet, 2013), exige hoje um novo entendimento. Por isso, concordamos com Fonseca (2018) quando defende que, ao invés de ser entendido como um problema, este seja percecionado como um ponto feliz de chegada ao desenvolvimento dos indivíduos e das sociedades.

Com efeito, se nas últimas décadas a visão da velhice e do envelhecimento foi sendo alvo de profundas transformações, consubstanciando-se na criação de ambientes mais favoráveis ao bem-estar dos sujeitos em idade avançada, paralelamente, assistimos à criação de políticas de natureza mais transversal e à implementação de estratégias de atuação multidisciplinares, flexíveis e de proximidade, de modo a permitir que todas as pessoas idosas possam desfrutar de uma vida ativa e saudável. Assim, falar hoje de envelhecimento ativo implica contemplar um processo de cidadania plena e

ativa, no qual as oportunidades de participação têm uma forte relação com a percepção de qualidade de vida (OMS, 2015).

Pelo exposto, o paradigma do envelhecimento ativo detém um novo enfoque, direcionado para a construção de trajetórias positivas de envelhecimento. Gostaríamos de destacar que estas trajetórias não têm início na velhice, sendo, na realidade, construídas ao longo do ciclo de vida dos indivíduos. Contudo, se é verdade que os modos de vida, de ser e de estar têm fortes repercussões nas escolhas que se fazem na velhice, também não podemos deixar de salientar que a pessoa deve ser vista como um elemento capaz e atuante no processo político e na mudança positiva das sociedades, independentemente da sua idade.

Antes de avançarmos na exposição, consideramos pertinente fazer um pequeno parêntese. Temos consciência da existência de críticas ao conceito de envelhecimento ativo, por se considerar que espelha estereótipos, idadismo e desagregação intergeracional (Pereira & Cunha, 2015). Contudo, também é verdade que o entendimento que lhe é dado de modo mais geral, e que é também o assumido neste trabalho, é o da criação e manutenção de contextos favoráveis e facilitadores do envelhecimento, na promoção do bem-estar da população adulta idosa, de modo que esta se mantenha autónoma, socialmente ativa e saudável.

Na defesa deste pressuposto, envelhecimento ativo e saudável exige novas práticas de participação social e cultural dos indivíduos, podendo as artes ter um papel de suma relevância. Explicando melhor, o fenómeno do envelhecimento ativo está inevitavelmente associado à participação socio-cultural e artística dos indivíduos, desde que essa participação seja perspectivada enquanto experiência de desenvolvimento pessoal e social, como espaço privilegiado de expressão e de (re)construção das próprias narrativas.

Neste contexto, as artes permitem uma participação ativa das pessoas idosas, assente na resignificação de estereótipos socialmente construídos sobre a velhice e na ampliação do seu senso crítico. Para além disso, as artes assumem-se enquanto métodos criativos, que possibilitam a vivência de situações e de experiências prazerosas e satisfatórias, numa lógica de aumento do bem-estar e da qualidade de vida (Fortuna, 2014).

Em rigor, são inúmeros os benefícios das artes associadas à saúde e ao bem-estar. Conforme se pode ler no relatório criado pelo grupo de trabalho da Royal Society for Public Health (RSPH, 2013), as artes são promotoras

de oportunidades e de desafios, tanto individuais, como comunitários. Por isso, a inclusão social através das artes tem tomado um papel cada vez mais preponderante nas sociedades atuais e o envolvimento em práticas artísticas é uma parte vital de envelhecer saudavelmente.

Partindo deste quadro conceptual, encontramos um modelo complementar de envelhecimento, onde as artes são a coluna dorsal; falamos, portanto, do modelo de envelhecimento criativo.

O conceito de envelhecimento criativo incide sobre três áreas distintas: a primeira diz respeito à saúde e bem-estar (nomeadamente, à arte terapia); a segunda refere-se à comunidade, consubstanciando-se em iniciativas direccionadas para a utilização das artes como meio de desenvolvimento cultural ou cívico, incluindo programas e oportunidades, através dos quais os mais velhos podem contribuir para a vida das suas comunidades; e por último, a aprendizagem ao longo da vida, ou seja, programas de natureza comunitária, que têm como objetivo desenvolver capacidades artísticas através de oficinas participativas (Gonçalves & Anica, 2018).

Neste modelo, as artes participativas detêm um papel fundamental, uma vez que são uma ferramenta poderosa na valorização do potencial dos sujeitos idosos, restituindo-lhes o lugar da aprendizagem, de crescimento e da participação na comunidade (Jackson, 2012).

Nos processos de envelhecimento criativo, as práticas artísticas têm um papel de destaque enquanto espaços de participação cívica e de inclusão social, uma vez que valorizam mais os processos do que os resultados na criação de uma ligação efetiva entre criatividade e inclusão. Trabalhar as artes nesta perspetiva permite criar lugares de liberdade e de aprendizagem permanente, desfazendo-se preconceitos e ensaiando-se a compreensão e o respeito por si e pelo outro (Cruz, 2019). Todo este processo tem inerente uma dimensão reflexiva, que promove a autonomia e que reconecta os indivíduos pessoal e coletivamente. Refletir permite a ressignificação e, portanto, a assunção de um papel ativo na própria vida.

O modelo de envelhecimento criativo, ao tomar por base as práticas artísticas participativas, assume a criação de arte como direito humano, por artistas profissionais e não-profissionais que cooperam entre iguais, para propósitos e com padrões estabelecidos em conjunto, assim como a criação dos processos, dos produtos e dos resultados (Matarasso, 2019).

Ainda segundo este autor, as práticas artísticas participativas e comunitárias permitem que o empoderamento ultrapasse o plano individual, apoiando as pessoas no processo de se (re)criar e fortalecer em comunidade. Isso acontece à medida que as pessoas se vão conhecendo umas às outras, partilhando competências, reconhecendo identidades e interesses comuns, e cooperando em projetos (Matarasso, 2019).

Na construção de envelhecimento(s) criativo(s), a animação artística destaca-se enquanto metodologia privilegiada na conceção de estratégias, ações e recursos para o desenvolvimento de atividades socioculturais e artísticas, transformando-as em experiências criativas de desenvolvimento pessoal e social. Na verdade, falamos aqui de experiências positivas de envelhecimento, o que implica proporcionar aos indivíduos oportunidades que permitam a realização do seu potencial de bem-estar físico, social e mental, indo ao encontro das suas necessidades, desejos e capacidades (Villas-Boas, Oliveira, Ramos & Montero, 2017).

Ora, a animação artística, ao preconizar o verdadeiro envolvimento por parte das pessoas, independentemente das suas limitações, promove inúmeros benefícios no que se refere à saúde, ao bem-estar e à qualidade de vida (Jackson, 2012). Assente numa conceção holística do ser humano, a animação artística constitui-se como um espaço promotor de competências e de criatividade, contribuindo assim para o desenvolvimento e para a realização pessoal.

Reiteramos, em jeito de síntese, a relação de proficuidade existente entre o modelo de envelhecimento criativo e a metodologia preconizada pela animação artística. Com efeito, os processos de envelhecimento criativo encontram nos métodos e nas técnicas da animação artística um precioso contributo na promoção de respostas criativas e inovadoras de desenvolvimento biopsicossocial e cultural dos indivíduos e das comunidades (Sousa, 2020). Assim, ao promover a capacitação dos sujeitos para a análise, a organização, a criação e a expressão criativa, a animação artística alcança o seu pleno sentido e contribui positivamente para a construção de processos de envelhecimentos mais ativos e criativos de todos os elementos da sociedade.

Depois de discutidos os conceitos dorsais deste trabalho, passaremos a conhecer projetos e iniciativas de natureza artística, que materializam estratégias promotoras de processos de envelhecimento ativo e criativo.

2. Práticas e projetos promotores de envelhecimento criativo

Neste ponto do artigo passaremos a apresentar três projetos que têm como pano de fundo a participação ativa dos artistas e dos não-artistas, numa lógica de verdadeira participação sociocultural e artística de todos indivíduos (Matarasso, 2019), sendo esta participação vivida enquanto experiência de desenvolvimento pessoal e social e enquanto espaço privilegiado de expressão e (re)construção de narrativas individuais e coletivas.

a. A avó veio trabalhar

O projeto *A avó veio trabalhar*, promovido pela Associação Fermenta, é, conforme se pode ler no site oficial¹, uma *hub* criativa intergeracional, que privilegia a construção das relações sociais, tendo por base o respeito pela individualidade de cada participante. Aditem que são um espaço «onde os laços sociais e emocionais são tricotados na comunidade local e onde os mais velhos podem ser eles próprios». Trabalham sob o *slogan* «Design para uma consciência social: Projetamos inovação através da disrupção», deixando perceber a linguagem artística maioritariamente utilizada e o modo de concretização das iniciativas. Em bom rigor, este projeto pretende oferecer serviços e produtos inovadores, criadores de pontes e laços nas comunidades, através de trabalhos manuais.

O processo desenvolve-se através de diversas iniciativas: criação de produto, em que são produzidos conceitos e ideias para produtos apresentados em coleções únicas, habitualmente lançadas a cada três a quatro meses; personalização, ou seja, todos os produtos finais são personalizados com a foto de seu criador: «Ela fê-lo para si», para, desta forma, se distinguirem as habilidades bem como a história do artista; e *workshops* mensais de temáticas variadas (serigrafia, bordado criativo e *tricot*) e que são abertos a toda a comunidade. Para além disso, também desenvolvem experiências culinárias, turísticas e culturais, participando também em iniciativas enquanto contadores de histórias. A Associação tem parcerias com várias organizações artísticas, musicais e culturais, o que permite uma participação

¹ Disponível em <https://www.fermenta.org/pt/sobre-nos/o-projeto/>

ativa em festivais e outros eventos. Com efeito, alguns desses eventos não consideram os mais velhos como participantes ou espectadores e, deste modo, são criadas ações onde estes são as principais figuras e onde prevalece a individualidade de cada um.

Um aspecto muito importante deste projeto é que as pessoas participantes são efetivamente consideradas como membros da equipa, sendo responsabilizadas e reconhecidas pelas seus talentos e singularidade.

b. Trupe Sénior — Chapiro

A Trupe Sénior — Projeto intergeracional de formação e animação artística — insere-se numa das áreas de atuação do Chapiro e assume-se como sendo um projeto intergeracional e internacional, com vista à promoção da participação da pessoa idosa nos espaços públicos e performativos. Conforme informações disponíveis no sítio eletrónico do Chapiro², a *Trupe Sénior* tem como principal missão a capacitação em artes performativas, associando a aprendizagem de técnicas e linguagens artísticas (artes circenses, dança, música e teatro) à promoção das competências e histórias de vida dos participantes. Assim, este projeto objetiva o empoderamento dos mais velhos através das práticas artísticas, num clima intergeracional e fortemente implicado socialmente, como é apanágio da ação e da missão do Chapiro.

Tendo esta abordagem como moldura enquadradora, o projeto *Trupe Sénior* procura (re)perspetivar o papel da pessoa idosa, tornando-o num agente ativo e participativo em dinâmicas de ensino/aprendizagem, de recriação de identidades comunitárias e de modelação de processos ativos de envelhecimento.

Na sua intervenção preconiza a promoção da participação, da autonomia e do empoderamento das pessoas idosas e contribui para a inovação das respostas disponíveis para os mais velhos. Transversalmente, potencia a intergeracionalidade, sustentada na prática das Artes Performativas e do Circo, e desenvolve iniciativas que garantam o exercício da democracia, da coesão social e da solidariedade.

² Disponível em <https://chapito.org/areas-de-actuacao/accao-social/trupe-senior/>

c. Lata 65

Lata 65 — *Workshop de arte urbana para idosos* é uma iniciativa dirigida aos mais velhos, que são desafiados a trabalhar no âmbito específico da arte urbana³.

Desenvolvida pelo Coworklisboa, em parceria com o WOOL — Festival de Arte Urbana da Covilhã Promovida, *Lata 65* surgiu em 2012 da espontânea constatação, a cada nova intervenção realizada pelo WOOL, da simplicidade e naturalidade com que a arte urbana atingia as mais variadas faixas etárias, particularmente os ‘habitantes’ mais idosos das áreas de intervenção.

Em termos de finalidades, este projeto procura, antes de mais, aproximar os menos jovens a uma forma de expressão habitualmente associada aos mais novos, provando que conceitos como envelhecimento ativo e solidariedade entre gerações fazem cada vez mais sentido. Com esta iniciativa pretende-se também demonstrar que a arte urbana tem o poder de fomentar, promover e valorizar a democratização no acesso à arte contemporânea, pela espontaneidade com que atinge as mais variadas faixas etárias. E por fim, mas não menos importante, mostrar que a idade é (apenas) um número.

No que concerne ao modo de operacionalização do projeto, ele concretiza-se através da realização de um *workshop* ministrado em ambientes de trabalho totalmente descontraídos, ideais para a aprendizagem das mais variadas técnicas de intervenção nas ruas, em trabalho direto com alguns dos melhores artistas urbanos da atualidade.

Segundo os promotores do projeto, e conforme se pode ler no seu sítio eletrónico, após o primeiro *workshop* e demais ações realizadas com o grupo original, foi possível verificar que é viável e desejável despertar, motivar e entusiasmar os mais idosos através da arte urbana; para além disso, é importante dar a conhecer a estas gerações atividades e técnicas normalmente associadas às gerações mais jovens, como forma de escape e quebra de rotinas, gerando qualidade, jovialidade e bem-estar nas suas vidas.

³ Disponível em <https://mistakermaker.org/lata-65?fbclid=IwAR1b93grPWN3rIhRFaN1djoxaG2jskQwATbHbRdGZvcgKZtSW4HjifjFHC4>

Trouxemos à liça estes três projetos como exemplo das muitas iniciativas que são realizadas no nosso país e que têm na sua génese as práticas artísticas participativas. Utilizando a metodologia da animação artística, estes projetos demonstram o benefício das artes associadas à qualidade de vida, ao bem-estar e à saúde. De um modo transversal, todos os projetos reforçam a importância das artes enquanto promotoras de oportunidades e de desafios, numa relação muito próxima com o empoderamento dos indivíduos e das comunidades, originando a criação de estratégias de desenvolvimento individual e comunitário (RSPH, 2013).

Assim, estes projetos de envelhecimento ativo e criativo trazem a lume a necessidade de proporcionar a todos os indivíduos oportunidades de participação sociocultural e de envolvimento em atividades artísticas, independentemente da idade e das características sociodemográficas, demonstrando que a participação nas artes é uma parte vital de envelhecer saudavelmente (Jackson, 2012).

Conclusão

À luz do discutido na primeira parte deste trabalho, cruzando com os projetos apresentados no ponto seguinte, podemos salientar que as iniciativas de envelhecimento ativo e criativo, apoiadas em práticas artísticas participativas, favorecem o desenvolvimento das competências no domínio pessoal e social não só dos mais velhos, mas de toda a comunidade. Com efeito, tal como nas outras fases da vida, também na velhice as artes podem aumentar a autoestima, a confiança e a (re)construção os objetivos de vida (Jackson, 2012; RSPH, 2013; Sousa, 2020).

Tendo como pressuposto o paradigma da continuidade do ciclo de vida, na sua dimensão biopsicossocial, com todas as virtudes e fragilidades próprias de uma vida vivida, as práticas artísticas assumem-se enquanto estratégia potenciadora da saúde e da qualidade de vida dos indivíduos, efetivando a relação de proficuidade no que se refere às artes e aos processos educacionais e de socialização de toda a sociedade. Esta ideia desemboca numa outra também deveras pertinente: a construção de relações entre a criatividade e o envelhecimento é da maior importância, na medida em

que torna «possível a valorização do potencial dos indivíduos na terceira e quarta idade, restituindo-lhes o lugar da aprendizagem, do crescimento e da participação na comunidade ao longo da vida» (Gonçalves & Anica, 2018, p. 140).

Assim, e face ao exposto ao longo deste trabalho, salientamos que a participação social em práticas artísticas tem um efeito protetor, uma vez que oferece vantagens no que diz respeito ao isolamento dos mais velhos e em questões como o aumento do bem-estar e da qualidade de vida.

Referências Bibliográficas

- All-Party Parliamentary Group on Arts, Health and Wellbeing (2017). *Inquiry Report — Creative Health: The Arts for Health and Wellbeing*. Disponível em https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/appg-inquiry/Publications/Creative_Health_Inquiry_Report_2017_-_Second_Edition.pdf
- Boutinet, J. (2013). *Psychologie de la vie adulte*. Paris: Presses Universitaires de France. <https://doi.org/10.3917/puf.bouti.2013.01>
- Cruz, A.(2019). *Arte e esperança. Percursos da iniciativa PARTIS 2014-2018* . Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian. Disponível em <https://gulbenkian.pt/publication/arte-comunidade-percursos-da-iniciativa-partis/>
- Fonseca, A. (Org.) (2018). *Boas práticas de ageing in place. Divulgar para valorizar. Guia de boas práticas*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian e Faculdade de Educação e Psicologia — Universidade Católica Portuguesa. Disponível em <https://gulbenkian.pt/publication/boas-praticas-de-ageing-in-place-divulgar-para-valorizar/>
- Fortuna, C. (Coord.) (2014). *Cultura, formação e cidadania — Relatório final*. Lisboa: Gabinete de Estratégia, Planeamento e Avaliação Culturais — Secretaria de Estado da Cultura.
- Gonçalves, N. & Anica, A. (2018). *Contributos do teatro para o envelhecimento (criativo)*, In A. Anica (Ed.), *Envelhecer no Algarve* (pp.137-151). Faro: Universidade do Algarve. Disponível em <https://sapiencia.ualg.pt/bitstream/10400.1/10690/1/NMarta%20%26%20AAnica.pdf>
- Jackson, R. (2012). *A charter for arts, health and wellbeing*. Disponível em: www.artshealthandwellbeing.org.uk

- Matarasso, F. (2019). *Uma arte irrequieta: Reflexões sobre o triunfo e importância da prática participativa*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian. Disponível em <https://arestlessart.files.wordpress.com/2019/05/2019-uma-arte-irequieta.pdf>
- Organização Mundial de Saúde [OMS]. (2002). *Active ageing: A police framework*. Disponível em https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67215/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Organização Mundial de Saúde [OMS]. (2015). *Relatório mundial de envelhecimento e saúde*. Disponível em https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186468/WHO_FWC_ALC_15.01_por.pdf?sequence=6
- Pereira, F. & Cunha, L. (2015). *Uma vida ativa em vez de envelhecimento ativo: O contributo da animação sociocultural*. In J. Dantas, M. Sousa Lopes & T. Rodrigues (Coords.), *Animação sociocultural, gerontologia, educação intergeracional — Estratégias de métodos de intervenção para um envelhecimento ativo* (pp. 75-84). Chaves: Intervenção.
- Royal Society for Public Health [RSPH]. (2013). *Arts, health and wellbeing beyond the millennium: How far have we come and where do we want to go? Full report*. RSPH and the Philipp Family Foundation. Disponível em <https://www.artshealthresources.org.uk/wp-content/uploads/2017/01/2013-Wyn-Owen-RSPH-Arts-health-and-wellbeing-beyond-the-millennium.pdf>
- Sousa, J. (2020). Emoções, Artes e Intervenção: os elementos estruturantes da Animação Artística. In J. Sousa, M.J. Santos, & M.S.P. Lopes (Orgs.). *Emoções, artes e intervenção* (pp. 6-15). Politécnico de Leiria-Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, CICS.NOVA.IPLeiria, Centro de Estudos em Educação e Inovação e Universidade FEEVALE. Disponível em https://www.ipleiria.pt/esecs/wp-content/uploads/sites/15/2021/01/E.book_emocoes_artes_inter_AF.pdf
- Villas-Boas, S., Oliveira, A., Ramos, N. & Montero, I. (2017). *Educação Intergeracional como promotora do envelhecimento ativo: Estudo de uma comunidade local*. *REIDOCREA*. 6(10). Disponível em <https://repositorioaberto.uab.pt/bitstream/10400.2/6378/1/2017%20N.%20Ramos%20et%20al.%20Univ.%20Granada.pdf>