**Relato de Experiência: Palavras em Arte**

O Hospital Regional Jorge de Abreu (HRJA), localizado em Sinop-MT, é uma instituição voltada ao atendimento de pacientes com diversas condições clínicas, e sua dinâmica envolve uma série de processos interligados, sempre com o objetivo de proporcionar cuidados eficazes à saúde. Entre os serviços oferecidos, destacam-se as áreas de emergência, clínicas de internação, ambulatórios e unidade de terapia intensiva. A equipe multidisciplinar é composta por médicos, enfermeiros, técnicos de enfermagem, fisioterapeutas, farmacêuticos, nutricionistas e psicólogos. Dentro dessa estrutura, o projeto "Palavras em Arte" surge como uma resposta terapêutica inovadora em um ambiente de alta rotatividade e demanda de cuidados urgentes.

**A Inserção do Projeto no Cotidiano Hospitalar**

O ambiente hospitalar, com sua rotina intensa de intercorrências e urgências, exige da equipe uma abordagem sensível e integrada. O projeto “Palavras em Arte” foi implementado no mês de setembro onde se fortalece a necessidade de cuidados em saúde mental, com o intuito de ajudar os pacientes, especialmente aqueles que enfrentam longas hospitalizações ou crises de saúde mental, a lidarem com suas angústias, medos e sofrimentos de maneira mais eficaz e criativa. Em um cenário onde os pacientes muitas vezes se sentem impotentes diante das limitações físicas e emocionais impostas pela internação, este projeto surge como um espaço de expressão e reconexão consigo mesmos.

A dinâmica do projeto é cuidadosamente planejada para se integrar à rotina hospitalar. Para isso, contamos com o apoio de todos os profissionais da equipe, incluindo coordenadores das clínicas, médicos e enfermeiros, para retirar os pacientes de seus leitos e conduzi-los até o local da atividade. Este esforço de colaboração interdisciplinar foi fundamental para garantir que o projeto fosse viável, mesmo em um ambiente com a carga de trabalho intensa característica de um hospital de grande porte.

**A Metodologia e o Impacto Terapêutico**

A metodologia do “Palavras em Arte” consiste em oferecer aos pacientes uma oportunidade de expressão artística por meio da pintura e da conversa sobre o processo criativo. O ambiente de realização do projeto foi uma sala de reuniões do HRJA, escolhida por ser ampla e confortável, o que favoreceu a descontração dos pacientes. Os materiais disponibilizados para as atividades foram: telas de pintura, pincéis, tintas, lápis e cartolina.

Ao início da atividade, muitos pacientes estavam apreensivos e inseguros sobre a dinâmica, mas à medida que o processo se desenrolava, observamos uma mudança significativa: os participantes começaram a relaxar e se conectar com suas emoções por meio da arte.

A atividade proporcionou momentos de reflexão profunda, nos quais os pacientes não apenas expressaram seus sentimentos, mas também verbalizaram suas angústias, medos e esperanças, auxiliados pelo olhar atento da equipe de psicólogas. Este processo foi fundamental para promover o autocuidado, resgatar a subjetividade dos pacientes e permitir que eles se conectassem com suas histórias de vida, muitas vezes ofuscadas pela dor física e emocional da hospitalização.

**O Caso de um Paciente: A Arte como Canal de Expressão e Elaboração de Sentimentos**

Um dos casos que mais nos chamou a atenção foi o de um paciente masculino, jovem, que estava internado na unidade de ortopedia após uma fratura grave na perna. Este paciente já havia passado por vários tratamentos, mas as sequelas da lesão eram graves, e ele não conseguia vislumbrar uma recuperação satisfatória. Chegou ao projeto em um estado de profundo sofrimento emocional, desejando até mesmo a amputação da perna, acreditando que essa seria a única solução para sua dor.

Ao ser inserido na atividade de arte, o paciente estava cabisbaixo e desanimado. No entanto, quando foi colocado diante da tela, pincéis e tintas, e convidado a expressar seus sentimentos, a transformação foi visível. Em sua pintura, retratou uma árvore sem vida em um cenário de seca, simbolizando sua dor, a sensação de desvalorização e a perda de si mesmo. A ausência de cores em sua obra refletia a percepção de que sua vida havia perdido o brilho e a liberdade. Ele não conseguia ver esperança ou futuro.

Este momento de expressão artística foi crucial para que o paciente se conectasse com sua dor e, ao mesmo tempo, para que ele fosse ouvido e compreendido. A pintura proporcionou uma oportunidade para discutir suas emoções, questionamentos e o processo de aceitação de sua situação, oferecendo, assim, um espaço terapêutico que facilitou o resgate da sua subjetividade e identidade.

**Resultados e Reflexões**

O impacto positivo do projeto foi notório, não apenas para o paciente que se expressou artisticamente, mas para todos os participantes da atividade. A expressão artística permitiu que cada um refletisse sobre suas próprias angústias, promovendo um processo de ressignificação das dificuldades enfrentadas. Muitos pacientes, ao se depararem com a arte de outros, sentiram-se mais compreendidos e menos sozinhos em sua jornada de sofrimento.

Pesquisas científicas confirmam que a prática de atividades artísticas pode reduzir a percepção de dor, promover o relaxamento e fortalecer a identidade dos pacientes, especialmente em casos de doenças crônicas ou tratamentos prolongados. Para os pacientes internados no HRJA, o “Palavras em Arte” foi uma forma de enfrentamento das adversidades, ajudando a reduzir a ansiedade, o estresse e até a sensação de desesperança.

Além disso, a atividade criou um espaço de troca e empatia entre os pacientes, o que é fundamental em um ambiente hospitalar onde o sentimento de isolamento e a perda de autonomia são frequentemente experienciados. A troca de experiências, o acolhimento e o reconhecimento de que todos estavam lidando com desafios semelhantes ajudaram a criar um ambiente mais solidário e humanizado.

A experiência vivida no projeto “Palavras em Arte” dentro do Hospital Regional Jorge de Abreu revelou o potencial transformador da arte no contexto hospitalar. Por meio da expressão artística, conseguimos proporcionar aos pacientes momentos de alívio emocional, reflexão sobre suas condições e ressignificação de seus sentimentos. Este projeto não só contribuiu para a recuperação emocional dos pacientes, mas também fortaleceu a equipe de saúde, que pôde observar de forma direta os efeitos positivos da intervenção no bem-estar dos pacientes.

O apoio das equipes profissionais foi essencial para o sucesso do projeto, e as evidências observadas durante a realização da atividade reforçam a importância de programas terapêuticos integrativos, como este, na promoção de cuidados mais humanizados e no fortalecimento da saúde mental dos pacientes hospitalizados. O “Palavras em Arte” mostrou-se uma ferramenta eficaz para ajudar os pacientes a lidar com suas emoções, promovendo resiliência emocional e qualidade de vida, mesmo em tempos de sofrimento.