

## A IMPORTÂNCIA DA ARTE PARA A SAÚDE MENTAL E PARA A APRENDIZAGEM: UM RELATO DE CASO

Julia Fernandes Góes <sup>1</sup>

Nicole Fernandes Góes <sup>2</sup>

Lissandra Corrêa Fernandes Góes <sup>3</sup>

João Marcos de Góes <sup>4</sup>

### RESUMO

A saúde mental é fundamental para que ocorra a aprendizagem uma vez que a mesma exige atenção, criatividade e vontade de aprender. Pode-se dizer que estudantes emocionalmente estáveis tem mais chances de aprender. Neste sentido as atividades artísticas exercem importante papel pois estimulam as habilidades cognitivas, a concentração e muitas vezes a socialização. Por atividades artísticas entende-se ações que envolvem a expressão de ideias e criatividade por meio de linguagens artísticas, como a pintura, a música, a dança, o teatro, etc. A partir desta percepção, foi aplicada uma atividade com os beneficiários do CAPS AD na cidade de Parnaíba, PI. Iniciamos com uma breve apresentação e uma palestra sobre o cuidado com a saúde física e mental. A ação destacou especialmente o papel terapêutico da pintura, como no caso das Mandalas, conhecidas por seus efeitos relaxantes e antiestresse, além disso os participantes foram convidados a criar desenhos a partir de palavras aleatórias, estimulando a criatividade, a imaginação e a expressão individual. A dinâmica despertou entusiasmo e envolvimento, promovendo risos, interação e trocas significativas entre os participantes. Esse tipo de iniciativa mostra que as atividades artísticas são poderosas aliadas tanto na aprendizagem quanto no cuidado com a saúde mental. Elas promovem não apenas o desenvolvimento cognitivo e motor, mas também o fortalecimento dos vínculos sociais, a autoestima e novas formas de expressão. Ao integrar arte e acolhimento, o projeto reafirma o valor da criatividade como caminho para o bem-estar e a inclusão.

**Palavras-chave:** Bem-estar emocional, Desenvolvimento intelectual, Atividades artísticas, Criatividade, Inclusão.

---

<sup>1</sup> Graduanda do Curso de Psicologia da Uninassau - Parnaíba (Piauí), [jfgoes02@gmail.com](mailto:jfgoes02@gmail.com);

<sup>2</sup> Graduanda do Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade Federal do Delta do Parnaíba (Piauí) [niefgoes@gmail.com](mailto:niefgoes@gmail.com);

<sup>3</sup> Doutora no Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade Estadual do Piauí - Parnaíba (Piauí) [lissandracorrea@phb.uespi.br](mailto:lissandracorrea@phb.uespi.br);

<sup>4</sup> Doutor no Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade Federal do Delta do Parnaíba (Piauí), [joaogoes@ufdpar.edu.br](mailto:joaogoes@ufdpar.edu.br);

