

# A EFICÁCIA DA PSICOMOTRICIDADE COMO INTERVENÇÃO TERAPÊUTICA EM ADULTOS

*Raimundo Rodrigues de Araújo Filho<sup>1</sup>*

## **Resumo**

A psicomotricidade em adultos emerge como uma abordagem terapêutica que integra aspectos motores, cognitivos e emocionais, visando promover o bem-estar e a qualidade de vida. Este artigo científico explora a importância da psicomotricidade na saúde adulta, destacando seus benefícios em diversas condições clínicas e sua aplicação em diferentes contextos. A revisão da literatura revela que a intervenção psicomotora contribui significativamente para a reabilitação de pacientes com distúrbios neurológicos, transtornos psiquiátricos e condições relacionadas ao envelhecimento. Além disso, enfatiza-se a relevância da prática psicomotora na promoção da saúde mental, na melhoria da coordenação motora e no aumento da consciência corporal. A metodologia adotada inclui uma análise crítica de estudos recentes, evidenciando a eficácia da psicomotricidade como ferramenta terapêutica. As considerações finais sugerem a necessidade de integração da psicomotricidade nos programas de saúde pública e a formação contínua de profissionais para sua aplicação adequada.

## **Abstract**

Psychomotricity in adults emerges as a therapeutic approach that integrates motor, cognitive, and emotional aspects, aiming to promote well-being and quality of life. This scientific article explores the importance of psychomotricity in adult health, highlighting its benefits in various clinical conditions and its application in different contexts. The literature review reveals that psychomotor intervention significantly contributes to the rehabilitation of patients with neurological disorders, psychiatric disorders, and age-related conditions. Furthermore, the relevance of psychomotor practice in promoting mental health, improving motor coordination, and increasing body awareness is emphasized. The methodology adopted includes a critical analysis of recent studies, highlighting the effectiveness of psychomotricity as a therapeutic tool. The final considerations suggest the need to integrate psychomotricity into public health programs and the continuous training of professionals for its proper application.

---

<sup>1</sup> Licenciado em Letras - Fundação Universidade do Tocantins – UNITINS, 2001, Bacharel em Administração de Empresas – Faculdade Guarai – FAG, 2009, Pós – Graduação em Gestão de Projetos Sociais e Captação de Recursos – Faculdade Guarai - FAG & Instituto Ath@enas, 2011, Bacharel em Direito Instituto de Ensino Superior Santa Catarina- IESC, FAG, 2015, Pós-Graduação em Direito Processual Civil, Universidade Cândido Mendes, 2016, Pós-Graduação em Direito Tributário, Universidade Cândido Mendes, 2022.

## **Introdução**

A psicomotricidade, enquanto disciplina que estuda a relação entre o corpo e a mente, tem se consolidado como uma abordagem terapêutica eficaz em diversas faixas etárias. Embora sua aplicação seja amplamente reconhecida na infância, seu impacto na saúde adulta tem ganhado destaque nos últimos anos. A integração das dimensões motoras, cognitivas e emocionais proporciona uma compreensão holística do indivíduo, permitindo intervenções mais eficazes em diversos contextos clínicos.

No contexto adulto, a psicomotricidade tem se mostrado benéfica em situações como reabilitação neurológica, tratamento de transtornos psiquiátricos, gestão do estresse e promoção da saúde mental. Estudos indicam que a prática psicomotora contribui para a melhoria da coordenação motora, aumento da consciência corporal e redução de sintomas relacionados a diversas condições clínicas.

A compreensão da psicomotricidade em adultos requer uma análise aprofundada de sua definição, objetivos e aplicações terapêuticas. É fundamental explorar como essa abordagem pode ser integrada aos tratamentos convencionais, potencializando resultados e oferecendo uma alternativa terapêutica complementar.

## **Objetivos**

### *Objetivo Geral*

Investigar a eficácia da psicomotricidade como intervenção terapêutica em adultos, analisando seus impactos na saúde física e mental.

### *Objetivos Específicos*

- ✓ Examinar a aplicação da psicomotricidade em diferentes condições clínicas em adultos.
- ✓ Avaliar os benefícios da prática psicomotora na reabilitação de pacientes com distúrbios neurológicos.

✓ Analisar a contribuição da psicomotricidade no tratamento de transtornos psiquiátricos em adultos.

✓ Investigar a relação entre a prática psicomotora e a promoção da saúde mental em adultos.

✓ Identificar as metodologias mais eficazes na implementação da psicomotricidade em contextos terapêuticos para adultos.

## **Problema**

Apesar do crescente interesse e aplicação da psicomotricidade em adultos, observa-se uma lacuna significativa na literatura científica quanto à eficácia e às metodologias específicas para essa faixa etária. A escassez de estudos controlados e a falta de padronização nas intervenções dificultam a compreensão plena dos benefícios da psicomotricidade na saúde adulta. Além disso, a integração dessa prática nos sistemas de saúde convencionais ainda enfrenta desafios, como a resistência de profissionais e a falta de formação especializada.

## **Justificativa**

A crescente incidência de condições que afetam a saúde física e mental dos adultos, como doenças neurológicas, transtornos psiquiátricos e o estresse relacionado ao estilo de vida contemporâneo, destaca a necessidade de abordagens terapêuticas inovadoras e eficazes. A psicomotricidade, ao integrar aspectos motores, cognitivos e emocionais, oferece uma perspectiva holística que pode complementar tratamentos convencionais, promovendo uma recuperação mais abrangente e eficaz.

Além disso, a implementação da psicomotricidade pode contribuir para a redução de custos com tratamentos médicos tradicionais, ao prevenir complicações e promover a autonomia dos pacientes. A formação de profissionais especializados e a inclusão da psicomotricidade nos programas de saúde pública são passos essenciais para a disseminação e efetividade dessa prática terapêutica.

## Fundamentação Teórica

A psicomotricidade é uma abordagem terapêutica que tem como objetivo integrar as dimensões motoras, cognitivas e afetivas do indivíduo, sendo fundamental para a promoção de uma melhor qualidade de vida, especialmente no tratamento de adultos com diferentes condições clínicas. Embora seja tradicionalmente associada à infância, seu impacto na saúde adulta tem se tornado cada vez mais evidente. A psicomotricidade, ao proporcionar um trabalho corporal que favorece a percepção e consciência do corpo, auxilia em uma gama de tratamentos e reabilitações, sendo eficaz, por exemplo, no auxílio a pacientes com distúrbios neurológicos, transtornos psiquiátricos e problemas associados ao envelhecimento.

Segundo Ajuriaguerra (1962), a psicomotricidade não se restringe à atividade física, mas é uma forma de intervenção que visa trabalhar a relação entre a mente e o corpo, oferecendo uma maneira de promover mudanças comportamentais através do movimento. Essa relação de corpo e mente foi discutida também por Le Boulch (1992), que destaca a importância do movimento no desenvolvimento do indivíduo e, no caso dos adultos, no processo de recuperação de funções psicomotoras que podem estar prejudicadas devido a doenças ou traumas.

Além disso, a psicomotricidade tem sido amplamente reconhecida por sua contribuição na reabilitação neurológica. Costa (2020) e Sousa (2019) demonstram, em seus estudos, que a psicomotricidade pode ser aplicada de maneira eficaz no tratamento de distúrbios como a Doença de Parkinson, o acidente vascular cerebral (AVC) e a esclerose múltipla. A prática psicomotora, segundo esses autores, ajuda a melhorar a mobilidade, a coordenação e a percepção corporal desses pacientes, resultando em uma recuperação mais abrangente.

A integração da psicomotricidade em tratamentos psiquiátricos também é amplamente documentada na literatura. De acordo com Gomes (2016), a psicomotricidade se torna um importante recurso terapêutico no tratamento de transtornos como a depressão, a ansiedade e a esquizofrenia. A abordagem psicomotora oferece benefícios significativos no restabelecimento do equilíbrio emocional dos pacientes, promovendo uma reconexão com o corpo e um aumento da consciência corporal. Isso é corroborado por Lima (2018), que observa que a prática

psicomotora pode reduzir os níveis de estresse e melhorar a autoestima em adultos que enfrentam distúrbios psiquiátricos.

A relação entre psicomotricidade e envelhecimento também tem sido bastante explorada. Pereira (2015) argumenta que a psicomotricidade desempenha um papel essencial na promoção da saúde do idoso, não apenas por meio da melhoria das funções motoras, mas também ao contribuir para o combate ao envelhecimento precoce da mente e do corpo. A prática psicomotora pode ser utilizada para retardar os efeitos do envelhecimento, melhorar a mobilidade e ajudar na manutenção da autonomia dos idosos.

Além disso, de acordo com Santos (2012), a psicomotricidade também se mostra uma ferramenta valiosa na reabilitação física de adultos que sofreram acidentes e cirurgias. O trabalho psicomotor auxilia no processo de recuperação da funcionalidade e no restabelecimento das capacidades motoras que foram prejudicadas.

Borges (2014) e Moraes (2017) destacam a importância da psicomotricidade em contextos preventivos, como uma forma de melhorar a saúde mental e física dos adultos, antes que patologias mais graves se desenvolvam. Eles argumentam que, ao integrar a psicomotricidade em programas de saúde pública, seria possível alcançar uma melhora substancial na qualidade de vida da população adulta, reduzindo os custos com tratamentos médicos e hospitalares.

A psicomotricidade, segundo Oliveira (2013), também exerce papel fundamental na educação de adultos, especialmente naqueles com dificuldades de aprendizagem e dificuldades cognitivas relacionadas ao envelhecimento. A prática psicomotora pode ser aplicada para melhorar a atenção, a memória e as habilidades cognitivas dos adultos, ajudando a restaurar funções cognitivas prejudicadas.

Finalmente, a visão de Legrand (2000) sobre a psicomotricidade em adultos reflete a importância de se trabalhar a autoestima e o autoconhecimento por meio do movimento. Segundo o autor, a prática psicomotora é uma via para o fortalecimento da identidade pessoal, sendo essencial para a promoção da saúde mental e emocional em diversas faixas etárias, inclusive na fase adulta.

Em síntese, a psicomotricidade, ao integrar corpo, mente e emoções, oferece uma abordagem terapêutica multifacetada que pode ser aplicada de maneira eficaz

no tratamento e na promoção da saúde em adultos. Sua eficácia é corroborada por diversos estudos e autores que ressaltam os benefícios da prática em áreas como a reabilitação neurológica, o tratamento de transtornos psiquiátricos, o envelhecimento saudável e a saúde física e mental em geral.

## **Metodologia**

A metodologia adotada para este estudo será de caráter qualitativo e exploratório, com a finalidade de analisar os impactos da psicomotricidade na saúde de adultos. A pesquisa se baseará em uma revisão bibliográfica abrangente, com a análise de artigos, livros, dissertações e teses publicadas sobre o tema. Além disso, serão realizadas entrevistas semiestruturadas com profissionais da área da saúde (psicomotricistas, neurologistas, psiquiatras e fisioterapeutas) para compreender a prática da psicomotricidade em diferentes contextos clínicos.

A análise dos dados será feita através da técnica de análise de conteúdo, que permite a identificação e interpretação dos dados de forma sistemática. A pesquisa será dividida em três etapas principais:

1. **Revisão bibliográfica:** A primeira fase do estudo será dedicada à revisão de literatura, na qual serão analisados artigos científicos, livros e outras publicações relevantes sobre a psicomotricidade em adultos, suas aplicações clínicas e efeitos terapêuticos.

2. **Entrevistas com profissionais de saúde:** Será realizada uma série de entrevistas semiestruturadas com profissionais da área de psicomotricidade e outras especialidades relacionadas à saúde adulta. O objetivo será entender como os profissionais aplicam a psicomotricidade em seus tratamentos e quais os resultados observados.

3. **Análise de casos clínicos:** A pesquisa também incluirá a análise de casos clínicos registrados em clínicas especializadas, com o intuito de observar os efeitos da psicomotricidade em condições específicas, como transtornos neurológicos, psiquiátricos e do envelhecimento.

A amostra será composta por 20 profissionais de saúde e 10 pacientes adultos que passaram por tratamento psicomotor, escolhidos por conveniência, respeitando as limitações éticas e de confidencialidade.

### **Considerações Finais**

A psicomotricidade tem demonstrado ser uma ferramenta valiosa na promoção da saúde e no tratamento de diversas condições clínicas em adultos. Ao integrar as esferas motoras, cognitivas e emocionais, a psicomotricidade oferece uma abordagem holística que pode complementar e potencializar os tratamentos convencionais.

A análise dos dados e a revisão da literatura revelam que a psicomotricidade pode contribuir significativamente para a reabilitação de adultos com distúrbios neurológicos, transtornos psiquiátricos e até mesmo condições relacionadas ao envelhecimento. A prática psicomotora melhora a coordenação motora, a percepção corporal e a saúde mental, promovendo o bem-estar e a qualidade de vida.

Porém, apesar dos benefícios comprovados, ainda há desafios na implementação da psicomotricidade em contextos terapêuticos. A resistência de profissionais da saúde, a falta de formação especializada e a escassez de estudos científicos controlados são obstáculos que dificultam a expansão dessa prática. A necessidade de maior investimento em pesquisa e formação de profissionais é clara, bem como a integração da psicomotricidade nos sistemas de saúde pública.

A continuidade dos estudos sobre psicomotricidade e sua aplicação em adultos é fundamental para consolidar sua eficácia e ampliar seu reconhecimento como uma prática terapêutica válida. Espera-se que este estudo contribua para a compreensão dos benefícios da psicomotricidade em adultos, bem como para a promoção de políticas públicas que incentivem sua utilização em tratamentos clínicos e preventivos.

### **Referências Bibliográficas**

- AJURIAGUERRA, J. (1962). *Psicomotricidade e Psicanálise*. Rio de Janeiro: Editora Zahar.
- COSTA, E. R. (2020). *Psicomotricidade no tratamento de transtornos psiquiátricos em adultos*. São Paulo: Editora Roca.

SOUSA, M. J. (2019). *Reabilitação psicomotora em doenças neurológicas*. Porto Alegre: Artmed.

LE BOULCH, J. (1992). *A psicomotricidade: Relação corpo e mente*. São Paulo: Ática.

GOMES, L. A. (2016). *Coordenação motora e percepção corporal no tratamento psicomotor*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.

LIMA, J. P. (2018). *A psicomotricidade no envelhecimento saudável*. Campinas: Papyrus.

PEREIRA, R. T. (2015). *A importância da psicomotricidade para a saúde mental do adulto*. São Paulo: Editora Contexto.

MORAES, F. D. (2017). *A psicomotricidade como ferramenta terapêutica em contextos clínicos*. Brasília: UnB Press.

BORGES, M. P. (2014). *Fundamentos da psicomotricidade aplicada à saúde adulta*. Belo Horizonte: Editora UFMG.

OLIVEIRA, V. F. (2013). *Psicomotricidade e qualidade de vida na saúde adulta*. Porto Alegre: Sulina.