



**CURSO DE PSICOLOGIA**

**FERNANDA SALES SILVEIRA**

**BIBLIOTERAPIA: UM ESTUDO DO USO DA LITERATURA NA PROMOÇÃO DE  
SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA.**

**FORTALEZA**

**2021**

**FERNANDA SALES SILVEIRA**

**BIBLIOTERAPIA: UM ESTUDO DO USO DA LITERATURA NA PROMOÇÃO DE  
SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA.**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado como requisito parcial à  
obtenção do título de Bacharel em  
Psicologia pela Faculdade Ari de Sá.

Orientador: Prof. Me. Karine Lima Verde  
Pessoa

Aprovado(a) em: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. Me. Karine Lima Verde Pessoa  
Faculdade Ari de Sá

---

Prof. Me./Dr. (Nome do Avaliador Externo)  
Nome da Faculdade/Universidade do Avaliador 1

---

Prof. Me./Dr. (Nome do Avaliador Externo)  
Nome da Faculdade/Universidade do Avaliador

Para a minha mãe, que não satisfeita em me incentivar a ler todos os livros da estante, também aproveitava as tardes deitada na rede para me contar histórias que só existiam na cabeça dela.

Para meu pai, que mesmo não entendendo qual a graça de enfiar a cara nos livros ainda comprou todos os que eu pedi.

Para Heloísa, a quem eu fiz uma lista mental de todos os livros que gostaria que pudéssemos ter lido juntas.

## AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar eu quero agradecer aos meus amigos: esse agradecimento vai para todos vocês que estiveram ali, nos momentos bons e ruins (principalmente nos ruins). Obrigada Vitória, Eveline, Isabele, Beatriz, Marcus, Daniel, Galileu e João Pedro por estarem ali desde antes do começo dessa aventura que chamam de graduação, todo o processo foi mais fácil depois que entendi que vocês ainda estariam ali. Obrigada especialmente a Evê por ser a melhor ouvinte que eu conheço (e a pessoa mais paciente também). Obrigada Suy, Lorena, Ana, Edi, Cris, Clara e Dani, através de vocês eu consegui me ver de uma forma diferente, além de todas as inseguranças. Obrigada a todos vocês por me enxergarem como uma mulher incrível e capaz, vocês fizeram uma revolução na minha vida.

Escrever o TCC foi só mais um passo dentro da graduação, tudo isso começou bem antes, então é impossível eu esquecer de agradecer aos meus “presentes da psicologia”, especialmente a Bia, Aline, Julia, Sarah, e Tiffany, que me mostraram que apesar de ninguém está no mesmo barco, nós estávamos juntas na tempestade. Obrigada por compartilharem do desespero comigo. E não há como escrever os agradecimentos e não falar sobre os meus professores da graduação, que além de ensinarem os conteúdos, me fizeram aprender sobre o afeto. Obrigada por tudo; por todas as palavras e puxões de orelha, por todos os abraços e apertos no ombro.

Para a minha família: obrigada! Obrigada, Pai, por fazer o que podia para me dar a oportunidade de lutar pelos meus sonhos, obrigada Tia Vânia por me ensinar sobre acolhimento e afeto, obrigada Andressa por ser amiga e família. Obrigada Mãe, eu te carrego em tudo que faço, espero que esteja orgulhosa.

Finalmente, agradeço à minha orientadora Profa. Me. Karine, por toda a paciência, calma e cuidado que teve por mim e pelo meu trabalho. Obrigada a Profa. Isabel e a Vanessa pela disponibilidade em aceitar o convite de compor a banca e dedicar seu tempo e atenção ao que eu produzi.

## BIBLIOTERAPIA: UM ESTUDO DO USO DA LITERATURA NA PROMOÇÃO DE SAÚDE.

Fernanda Sales Silveira  
Karine Lima Verde Pessoa

### Resumo

O termo Biblioterapia - do grego, *biblion* e *therapeia* - é usado para conceituar a função terapêutica dos livros, ressaltando a leitura como algo além de um recurso informativo ou recreativo, mas também entendendo que as histórias podem ser um espaço de autocuidado e de desenvolvimento de um repertório emocional e comportamental. Assim, esse artigo pretende analisar as possibilidades e potencialidades da Biblioterapia apontando as suas contribuições para a qualidade de vida e a promoção da saúde ao mesmo tempo que identifica os objetivos da Biblioterapia, descreve seus métodos e contextos de aplicação e avalia seus efeitos psicossociais. Desse modo, trata-se de uma revisão narrativa, de caráter exploratório. Como resultado é observado que a partir de uma visão ampla sobre os aspectos que influenciam a saúde, a Biblioterapia exerce um papel na produção de saúde nos mais diversos contextos e sem restrição de idade, gênero ou classe social. Apesar da dificuldade de encontrar sua origem e definição única do termo, a Biblioterapia se mostra com um grande potencial de desenvolvimento dentro do conhecimento técnico da Psicologia e se configura como uma área que ainda pode ser bastante explorada para a promoção da saúde.

**Palavras-chave:** Biblioterapia. Promoção de saúde. Psicologia. Literatura.

**Abstract**

The term Bibliotherapy - from the Greek, *biblion* and *therapeia* - is used to conceptualize the therapeutic function of books, emphasizing reading as something beyond an informative or recreational resource, but also understanding that stories can be a space for self-care and development of an emotional and behavioral repertoire. Thus, this article intends to analyze the possibilities and potential of Bibliotherapy, pointing out its contributions to quality of life and health promotion, while identifying the objectives of Bibliotherapy, describing its methods and contexts of application and evaluating its psychosocial effects. Therefore, it is a narrative review, with an exploratory character. As a result, it is observed that from a broad vision of the aspects that influence health, Bibliotherapy plays a role in the production of health in the most diverse contexts and without restriction of age, gender or social class. Despite the difficulty in finding its origin and unique definition of the term, Bibliotherapy has great potential for development within the technical knowledge of Psychology and is configured as an area that can still be widely explored for health promotion.

**Keywords:** Bibliotherapy. Health promotion. Psychology. Literature.

## 1 INTRODUÇÃO

A atuação profissional que se utiliza da arte como ferramenta terapêutica e instrumento de intervenção é entendida como Arteterapia. É uma área bastante ampla, por englobar diversas linguagens, sejam elas as expressões sonoras, de dramatização, plásticas ou corpóreas (REIS, 2014). A escrita de histórias, contos, versos ou de poesias também é entendida como uma das linguagens da arte, no entanto, o que por vezes pode ser subestimado, é o poder terapêutico da leitura; como o leitor pode encontrar dentro dessas escritas, um lugar de acolhimento e crescimento emocional.

Assim, o termo Biblioterapia, derivado de duas palavras gregas, *biblion* e *therapeia*, traduzidos respectivamente para “livro” e “tratamento”, é usado para conceituar a função terapêutica dos livros. Sousa e Caldin (2018, p. 187), afirmam que a concepção de Biblioterapia pode ser traduzida de forma mais ampla, como:

o cuidado com o outro por meio das histórias, sejam eles lidas, narradas ou dramatizadas. Esse cuidado também se dá por meio do diálogo e da interação com todos os envolvidos no processo para que seja possível a produção de sentido e construção de um novo texto e de um novo eu, o que ocorre a partir da interpretação e da compreensão.

Dessa forma, é ressaltada a proposta da Biblioterapia como algo que vai além de um recurso recreativo e informativo, entendendo que as histórias podem ser um espaço de autocuidado, de desenvolvimento de um repertório emocional e comportamental. Caldin (2001) declara que o ato de interpretar uma leitura em si já tem poder terapêutico, pois o leitor atribui uma gama de significados àquilo que lê. A autora ainda acrescenta que no processo de leitura, o leitor faz um movimento de rejeitar aquilo que não lhe interessa e valorizar aquilo que gosta, atribuindo significados únicos e particulares nesse processo.

A Biblioterapia não está voltada somente a leitura por si só, mas também os significados que cada um dá ao que foi lido, dramatizado ou narrado. Assim, longe de ser uma atividade passiva, a leitura objetiva de algo somado a interpretação subjetiva do leitor tem um poder terapêutico e pode ser entendida como Biblioterapia. Partindo desse ponto, se torna inegável os benefícios da literatura para

a saúde mental de um sujeito, independente de aspectos como gênero, idade ou condições socioeconômicas.

Em vista disso, esse artigo origina-se da concepção de que a Biblioterapia pode ser uma ferramenta para se produzir saúde, e entendendo ainda que não se consegue promover saúde partindo de uma perspectiva restritiva sobre o processo de saúde-doença. Considera-se então, que a saúde está diretamente ligada a fatores além dos biológicos, como também econômicos, culturais, sociais, comportamentais e políticos. Desse modo, propõe-se pensar em outras formas de promover saúde além de abordagens medicamentosas.

Em 1986 foi realizada a Primeira Conferência Internacional sobre Promoção de Saúde, ela ocorreu em Ottawa, no Canadá, e hoje a Carta de Ottawa é reconhecida como um dos documentos responsáveis pelo estabelecimento da promoção de saúde atualmente. Nesse documento, é apontado uma concepção de saúde ampla que a compreende como algo “construída e vivida pelas pessoas dentro daquilo que fazem no seu dia-a-dia: onde elas aprendem, trabalham, divertem-se e amam“ (BRASIL, 2002, p. 52).

Ainda na Carta de Ottawa, a Promoção de Saúde é definida como “ processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria de sua qualidade de vida e saúde, incluindo uma maior participação no controle deste processo” (BRASIL, 2002, p. 91). Assim, intervenções na promoção de saúde podem ser feitas fornecendo condições de vida decentes, dando acesso à moradia, saúde, trabalho, lazer e cultura.

Ao refletir acerca dos benefícios da Biblioterapia na promoção de saúde e qualidade de vida das pessoas, notou-se uma lacuna em estudos que relacionassem essas temáticas dentro de uma visão da psicologia. Além dessa lacuna que oportunizou o desenvolvimento desse trabalho, existe uma motivação pessoal da autora ao pesquisar sobre o poder terapêutico da literatura, pois durante todo o seu crescimento, encontrou na leitura um lugar de aconchego, autoconhecimento e desenvolvimento de um repertório emocional.

Vale ressaltar, que na experiência da autora em diversos campos de estágio que ocupou durante a graduação, foi notada o uso de recursos da literatura no cuidado, mas se destacou a falta da utilização desses mesmos recursos em

contextos que eram propícios para tal. Assim, entende-se que esse estudo tem potencial para validar o uso da Biblioterapia nesses campos, mas também de apontar e incentivar essas práticas.

Portanto, quando se evidencia a prática da psicologia, de acordo com as abordagens teóricas de cada profissional, percebe-se que há espaço para o uso de uma variedade de técnicas e instrumentos com fins terapêuticos. A Biblioterapia é apontada aqui como um instrumento potente quando associado ao conhecimento técnico-científico da Psicologia.

Dessa maneira, é plausível se perguntar: como e onde é possível utilizar a Biblioterapia como recurso para promover saúde e qualidade de vida? Assim, esse artigo pretende analisar as possibilidades e potencialidades da Biblioterapia apontando as suas contribuições para a qualidade de vida e a promoção da saúde ao mesmo tempo que identifica os objetivos da Biblioterapia, descreve seus métodos e contextos de aplicação, assim como avalia seus efeitos psicossociais.

## **2 METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão narrativa de literatura, de caráter exploratório e qualitativo, visto que se fez necessário uma aproximação teórica com a temática estudada. Creswell (2010, p. 206) aponta que:

A investigação qualitativa emprega diferentes concepções filosóficas; estratégias de investigação; e métodos de coleta, análise e interpretação dos dados. Embora os processos sejam similares, os procedimentos qualitativos baseiam-se em dados de texto e imagem, têm passos singulares na análise dos dados e se valem de diferentes estratégias de investigação.

Dessa forma, na produção do trabalho foram utilizados como base de pesquisa artigos científicos, livros, monografias e teses encontrados nas plataformas de pesquisas online Google Acadêmico, Periódicos Eletrônicos em Psicologia (Pepsic) e *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO). Assim, foi estabelecido como critérios de inclusão, estudos disponibilizados de forma gratuita em alguma das plataformas citadas acima, escritos em português e que abordassem a temática da

Biblioterapia, promoção de saúde e cuidado através da literatura, de forma a relacionar as formas de cuidado e saúde ao uso da Biblioterapia. Da mesma forma, foram excluídos estudos não disponibilizados gratuitamente e escritos em outros idiomas. Como principais fontes, foram analisadas as pesquisas de Silva (2005), Caldin (2001, 2006, 2018), Seitz (2000) e Medina (2007).

**Quadro 1:** materiais analisados

<b>ANO</b>	<b>AUTOR</b>	<b>TÍTULO</b>	<b>PALAVRAS-CHAVES</b>	<b>REVISTA</b>
1982	ALVES, Maria Helena Hees Alves	A aplicação da biblioterapia no processo de reintegração social	-	Rev. bras. Bibliotecon
2000	BUSS, Paulo Marchiori	Promoção da saúde e qualidade de vida	Promoção da Saúde; Qualidade de Vida	Ciênc. saúde coletiva
2000	SEITZ, Eva Maria	Biblioterapia: uma experiência com pacientes internados em clínica médica	-	-
2001	CALDIN, Clarisse Fortkamp	A poética da voz e da letra na literatura infantil: (leitura de alguns projetos de contar e ler para crianças)	-	-
2001	CALDIN, Clarisse Fortkamp	A leitura como função terapêutica: Biblioterapia	biblioterapia; função terapêutica da leitura; catarse	Enc. Bibli. R. Eletr. Bibliotecon
2003	FERREIRA, Danielle Thiago	Biblioterapia: uma prática para o desenvolvimento pessoal	Desenvolvimento pessoal ; Profissional da informação ; Programas Biblioterápicos Básicos	Educação Temática Digital,
2005	SILVA, Alexandre Magno da	Características da produção documental sobre Biblioterapia no Brasil	-	-
2006	LUCAS, Eliane R. de Oliveira; CALDIN, Clarice Fortkamp; SILVA, Patrícia V. Pinheiro	Biblioterapia para crianças em idade pré-escolar: estudo de caso	Biblioterapia; Contação de histórias; Literatura infantil.	Perspect. ciênc. inf., Belo Horizonte,

	da			
2007	MEDINA, Tália Laís Maia	Biblioterapia: um recurso terapêutico na humanização hospitalar	Biblioterapia, Pacientes hospitalizados, Psicologia, Cuidado e tratamento, Psicologia da Leitura	-
2014	REIS, Alice Casanova dos.	Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do Psicólogo.	-	-
2015	GRASSELLI, Letícia Aurora de Almeida; NUNES, Yasmin Pereira	Biblioterapia: a mediação da leitura como recurso terapêutico	Biblioterapia; Livro, Leitura.	-
2016	BORTOLIN, Sueli; SILVA, Sandra da.	Biblioterapia no âmbito hospitalar.	Biblioterapia em Hospitais. Leitura terapêutica. Bibliotecários-leituras monitoradas.	Inf. Prof.
2018	CALDIN, Clarisse Fortkamp	Biblioterapia e Hermenêutica: revisitando Gadamer e Ouaknin		-

Todos os materiais encontrados foram analisados e os resultados foram apresentados em dois tópicos, o primeiro intitulado como “Biblioterapia: perspectiva histórica e conceitual” e o segundo como “Biblioterapia e sua contribuição para a promoção da saúde e da qualidade de vida”. A estrutura foi escolhida como forma de expor os resultados do estudo de forma coesa, objetiva e de fácil compreensão.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

#### 3.1 Biblioterapia: perspectiva histórica e conceitual

Buscando uma visão histórica acerca dessa temática, é perceptível que há bastante debate sobre a origem da Biblioterapia. Para Medina (2007) já era atribuído aos livros o poder de cura desde de a Antiguidade Clássica (300 - 600 a.c), a autora cita que Aristóteles com seus escritos sobre a catarse até Freud em seus experimentos psicanalíticos, a leitura já estava presente como forma de auxiliar na

resolução de conflitos emocionais, sociais, educacionais e mentais. Muitos estudiosos em períodos históricos diferentes já apontavam para o poder de transformação da leitura, mas a Biblioterapia, segundo Medina (2007) só nasce na América do Norte, no Século XIX.

Alves (1982) corrobora Medina quando explica que nos Estados Unidos, em 1800, Benjamin Rush recomendava o uso da literatura para pessoas com doenças mentais, o mesmo, em seu escritor, apontava a literatura como uma complementação a psicoterapia; um apoio a pessoas com conflitos internos, medos, melancolia ou manias.

Já Silva (2005), em sua dissertação ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Santa Catarina, intitulado “Características da produção documental sobre a Biblioterapia no Brasil”, faz uma investigação histórica sobre o uso da Biblioterapia e surgimento do termo. O autor afirma que o seu surgimento está diretamente relacionado à Saúde pública e “começou a se definir por intermédio da ação conjunta de bibliotecários da Cruz Vermelha, ajudando a construir bibliotecas nos hospitais do exército, na Primeira Guerra Mundial” (SILVA, 2005, p. 13). Assim, o uso da Biblioterapia teve início no contexto hospitalar e só posteriormente foi difundida em outros meios.

Na tentativa de traçar pontos históricos no desenvolvimento da Biblioterapia, Seitz (2000) aponta para o fato de que em 1904 a Biblioterapia passou a ser considerada como parte da biblioteconomia, quando uma bibliotecária iniciou um programa com foco nos aspectos psiquiátricos da leitura dentro do hospital de Wanderley em Massachusetts. A autora afirma, que posteriormente, em 1930, a Biblioterapia se firma como um campo de pesquisa.

Alves (1982) aponta para o fato de que vários autores trazem definições do que seria a Biblioterapia. Ela indica o dicionário médico “*Dorland's Illustrated Medical Dictionary*” de 1941 que afirma a Biblioterapia como o uso de livros (e do ato de ler) no cuidado das doenças mentais. Posteriormente, em 1961, o “*Webster's Third International Dictionary*”, que a define como o uso de leituras selecionadas para o auxílio terapêutico, tanto da medicina como da psicologia, e que essa leitura dirigida serve como um guia para chegar a solução de problemas pessoais.

Por volta da década de setenta, foram notados avanços no desenvolvimento de bases mais sólidas para o progresso da Biblioterapia enquanto campo de atuação, o que foi explorado por outros profissionais além dos bibliotecários, como educadores, médicos e psicólogos, e nos anos oitenta e noventa essas questões teóricas foram sendo aprofundadas (SEITZ, 2000).

Ferreira (2003) faz uma distinção de dois momentos da Biblioterapia. Por ter seu desenvolvimento principalmente dentro do contexto hospitalar e da saúde mental, em um primeiro momento, a Biblioterapia assume uma função corretiva, buscando uma “cura” para pessoas consideradas com distúrbios emocionais e comportamentais. Somente em um segundo momento é que é evidenciada a Biblioterapia com um caráter preventivo, percebendo seu potencial dentro de escolas, centros comunitários, bibliotecas e com um público diverso, desde crianças a idosos.

Com isso posto, Bortolin e Silva (2016) apontam para a relação entre leitura e o bem estar não ser algo novo, e que com o passar do tempo, essa relação foi sendo aperfeiçoada até ganhar espaço dentro da área da Saúde, pois “se podemos usar a leitura como terapia e fonte de estímulos, porquê não associá-la a algum tratamento médico como o auxílio à recuperação e superação de doenças físicas e mentais.” (BORTOLIN e SILVA, 2016, p.53).

Em suma, nota-se uma falta de clareza sobre o contexto e período onde a Biblioterapia nasce e se desenvolve, mas que mesmo assim, é possível compreender que seu valor enquanto prática promotora de saúde é reconhecido por diversos autores em diversos períodos históricos e que sua eficácia vem sendo comprovada ao longo das décadas.

Nesse sentido, mesmo havendo registros antigos dos primórdios do que conhecemos hoje como Biblioterapia, ainda há dificuldade na definição do termo, isso porque essa nomenclatura é alvo de muitas críticas pelos pesquisadores da área, elas se voltam principalmente para a etimologia da palavra (PEREIRA, 1996 apud SILVA, 2005). O prefixo Biblio se torna bastante restritivo quando, através de pesquisas, se nota que há uma grande variedade de materiais que podem ser usados por profissionais da área, para além dos livros, como revistas, histórias dramatizadas, poesias ou contos. Assim como o sufixo terapia que ainda está muito

ligado às possibilidades curativas, encobrendo as características educativas, informativas e recreativas da literatura. (SILVA, 2005).

Essa crítica também é embasada por Sousa e Caldin (2018) quando admitem que a Biblioterapia não está se referindo ao livro enquanto objeto, pois a Biblioterapia já existia antes mesmo de o livro existir. A autora afirma: “desde que existiu a linguagem oral o ser humano vem transmitindo pensamentos e repassando o conhecimento a partir das histórias, que há muito são utilizadas de forma terapêutica, ou seja, com o objetivo de cuidar do outro” (SOUSA e CALDIN, 2018, p.188). Já com relação ao sufixo da palavra, Caldin (2001) descreve que se avaliarmos o significado original da palavra *therapeia* que é o *cuidar do ser*, entendemos que “o sentido primário da palavra *terapeuta* é aquele que cuida, consistindo os primeiros terapeutas em médicos e filósofos - os que cuidam do corpo e do espírito” (CALDIN, 2001, p. 61 - 62).

Ainda que seja difícil uma definição única ao termo, Caldin (2001) em sua tese de Mestrado no Curso de Pós-Graduação em Literatura da Universidade Federal de Santa Catarina, defende que apesar de não poder ser considerada uma ciência médica, a Biblioterapia é uma atividade interdisciplinar e que esse lugar de interdisciplinaridade permite que ela sofra influência desses outros campos de conhecimento. É um lugar estratégico, visto que estudos na área podem ser desenvolvidos em parceria com a Psicologia, Biblioteconomia, Literatura, Medicina e Enfermagem. (CALDIN, 2001)

No entanto, também há uma dificuldade para enquadrar a Biblioterapia dentro de uma área de conhecimento, um campo de atuação ou um conjunto de técnicas, o reflexo disto é a falta de uma nitidez na prática da Biblioterapia (SILVA, 2005). Seitz é uma das pesquisadoras sobre a temática, escreveu sua dissertação de pós-graduação com base na sua experiência do uso da Biblioterapia com pacientes internados em clínica médica. O estudo contou com entrevista e questionários com pacientes e profissionais do hospital, Seitz (2000) descreve o relato de um dos psiquiatras:

o problema não era simplesmente definir o que é Biblioterapia, mas formar uma abordagem mais criativa para reconhecer as necessidades existentes e conseguir propor tipos de Biblioterapia que sirvam a essas necessidades. Continua dizendo que a leitura, por muitas razões é especialmente adequada para alcançar e ter efeito prolongado sobre um grande número de

peças, e que a Biblioterapia deve constar de esforços muito bem organizados para aliciar a participação ativa do leitor (p. 10)

Com isso, vale questionar: qual a metodologia usada para um diálogo biblioterapêutico? Como é feita essa mediação entre a leitura e as interpretações associadas a ela? A leitura, narração ou dramatização seguidos do diálogo é suficiente para alcançar todo o potencial da Biblioterapia?

### 3.2 Biblioterapia e sua contribuição para a promoção da saúde e da qualidade de vida

Buss (2000) ao falar sobre as condições de vida e saúde, aponta para o fato de que, no geral, ao longo das décadas é notado melhorias contínuas desses aspectos na maioria dos países. No entanto, as desigualdades sociais indicam que problemas que já foram resolvidos em algumas localidades ainda apresentam taxa de mortalidade em outros locais, por exemplo, doenças infectoparasitárias que estão associados à infra-estrutura. O autor afirma, que as principais respostas para esses problemas têm sido os investimentos na assistência médica curativa individual, mesmo que já se tenha identificado que ações de melhoria de condições de vida no geral, além de atuações preventivas e de promoção de saúde, sejam mais eficazes (Buss, 2000).

Isso indica de forma clara que a saúde, longe de ser algo visto somente do ponto de vista biológico, precisa ser enxergada de maneira a perceber todos os outros fatores que a atravessam, e desse modo é que se abre espaço para questionar como o setor de saúde se encaixa nesse contexto. No entanto, para além de demonstrar a relação entre saúde, promoção de saúde e qualidade/ condição de vida, é preciso pensar a respeito das intervenções possíveis e eficazes que podem ser executadas (Buss, 2000)

A promoção de saúde, como campo conceitual e de prática que busca trabalhar nessa articulação de saúde e condição de vida, entende a grande quantidade de fatores que influenciam esses aspectos, dessa forma, trata-se de um campo bastante amplo com uma infinidade de possibilidades de intervenções, sejam elas macro (como o investimento em saneamento básico ou educação) ou micro e pontuais (como campanhas educativas ou grupos terapêuticos). Sendo assim, esse

artigo se propõe a pensar na literatura como uma intervenção capaz de promover saúde.

Lucas, Caldin e Silva (2006) definem detalhadamente o método biblioterapêutico e apontam que o mesmo se configura no tripé: leitura/contação - Interpretação - Diálogo. Segundo os autores, não é suficiente somente ler/ escutar algo e não elaborar os pensamentos e emoções despertados, é preciso haver troca de interpretações para que haja o diálogo biblioterapêutico. Ou seja, é preciso que a leitura seja seguida por uma interpretação subjetiva e que após isso, ocorra uma troca com outra pessoa ou grupo. Essa troca entre um grupo, por exemplo, além de promover uma transação de significados, fornece o sentimento de partilha e apaziguamento da sensação de solidão entre os envolvidos.

Dessa forma, o livro atua como um ponto de partida: a partir de uma ideia posta no texto, o sujeito tem a liberdade de interpretar e de dar significados àquilo. Há uma flexibilidade na aplicação desse texto, ele pode ser lido, narrado ou dramatizado (LUCAS, CALDIN e SILVA, 2006). Os autores também apontam para as características de cada forma de aplicação: na leitura se destaca o estilo do autor da obra e abre-se espaço para um distanciamento do leitor para que o mesmo dê os significados que deseja ao conteúdo. Na narração, o narrador tem mais possibilidade de manipulação da narrativa, através do tom da voz, dos gestos e do ritmo, além de privilegiar a memorização, mas isso não significa que o teatro não precise do texto, somente que o narrador traduz aquilo que é posto no texto (LUCAS, CALDIN e SILVA, 2006).

Grasselli e Nunes (2015. p. 44) expõem que na aplicação da Biblioterapia “deve-se fazer um estudo acerca das necessidades dos usuários. O profissional deve fazer um diagnóstico do local levantando as preferências de leitura dos usuários”. Isso indica que a escolha dos textos não deve ser aleatória, é preciso levar em consideração, além do apontado pelos autores, o contexto de aplicação da Biblioterapia, o que se busca alcançar com a intervenção, a cultura e diversidade dos sujeitos da intervenção.

No que se refere ao contexto, Silva (2005) destaca a variedade de circunstâncias que se pode trabalhar a Biblioterapia, ele elenca a prática de vários profissionais ao longo dos anos, desde Menninger, em 1937, com Biblioterapia na

clínica médica, passando por Alves (1982) e usa da literatura nas prisões; Pereira (1996) e o uso da Biblioterapia com pessoas com deficiência visual, até 2002 com Caldin e seu trabalho de Biblioterapia na área pediátrica de hospitais, mostrando uma gama bastante variada de contextos de atuação e utilização da Biblioterapia.

Lucas, Caldin e Silva (2006) definem bem quando escrevem sobre os ambientes onde a Biblioterapia pode ser aplicada:

em qualquer lugar em que haja ser humano. Creches, escolas, orfanatos, centros comunitários, prisões, hospitais, casas de repouso, asilos. Não há restrições de idade. Nem de público-alvo. Crianças, jovens, adultos, idosos, portadores de necessidades especiais, doentes crônicos, dependentes químicos – todos são merecedores dos efeitos benéficos da leitura (p. 402)

E talvez esse seja o ponto de principal destaque da Biblioterapia, a possibilidade de uso em qualquer lugar, basta haver um sujeito alvo. Caldin (2001) indica em seus trabalhos o que ela nomeia como componentes biblioterapêuticos. A autora busca elencar cinco elementos que precisam ser atingidos para que a Biblioterapia alcance um impacto terapêutico. São eles: a catarse, que pode ser entendida como alívio e pacificação das emoções; o humor, visto como a transformação das circunstâncias adversas em objetos de prazer; a identificação que é a mudança (total ou parcial) através da assimilação de algum aspecto do outro; a introjeção que é o movimento de se apropriar de algo do outro (de modo metafórico); a projeção que é o deslocamento contrário, transferir algo seu para o outro e por último, a introspecção que é o ato de olhar para seus próprios pensamento e sentimentos, movimento esse que pode ser agente de transformações (CALDIN, 2001).

Analisando o que foi exposto, para a Biblioterapia atingir funções terapêuticas é preciso que alguns critérios sejam levados em consideração. É preciso atenção e cuidado ao pensar no indivíduo que vai ser alvo do cuidado, qual o contexto de aplicação, que materiais vão ser usados e de que forma o texto vai ser usado (lido, narrado e dramatizado?). Isso somado ao diálogo deve atingir os componentes terapêuticos, tornando possível chegar aos objetivos da Biblioterapia. Lucas, Caldin e Silva (2006) lista quais possíveis objetivos podem ser esses:

Pode-se listar, entre outros, os seguintes objetivos: proporcionar a catarse; favorecer a identificação com as personagens; possibilitar a introjeção e a projeção; conduzir ao riso; aliviar as tensões diárias; diminuir o stress; facilitar a socialização; estimular a criatividade; diminuir a timidez; ajudar no usufruto da experiência vicária; criar um universo independente da vida cotidiana; experimentar sentimentos e emoções em segurança; auxiliar a lidar com sentimentos como a raiva ou a frustração; mostrar que os problemas são universais e é preciso aprender a lidar com eles; facilitar a comunicação; auxiliar na adaptação à vida hospitalar, escolar, prisional, etc.; desenvolver a maturidade; manter a saúde mental; conhecer melhor a si mesmo; entender (e tolerar) as reações dos outros; verbalizar e exteriorizar os problemas; afastar a sensação de isolamento; estimular novos interesses; provocar a liberação dos processos inconscientes; clarificar as dificuldades individuais; aumentar a auto-estima (p. 402)

É importante então, pontuar que esses objetivos podem ser usados como métricas para avaliar se as atividades biblioterapêuticas estão, de fato, produzindo saúde. De acordo com a área de saber de cada profissional, pode-se usar meios para avaliar se esses objetivos estão sendo atingidos. Na psicologia, os profissionais são capacitados durante toda a graduação de forma que consiga identificar e avaliar a relevância das atividades propostas, seja com grupos ou com atendimento individualizado, através do diálogo e da observação.

Quando descreve a Biblioterapia, Caldin (2001) justifica que não se deve confundir Biblioterapia com a psicoterapia, visto que na psicoterapia tradicional há o encontro entre o paciente e terapeuta, já na Biblioterapia, o texto assume o local do terapeuta. Caldin (2001, p. 68) declara:

Não é o leitor ou o contador de histórias que realiza a terapia, é o próprio texto que a faz, sujeito a interpretações diferentes por pessoas diferentes. Tanto é o texto que “cura” que já foi sugerido, inclusive, o uso do termo literapia, unindo literatura e terapia, com ênfase no literário e no ficcional. Permanece, entretanto, o uso do termo tradicional, biblioterapia.

No entanto, a autora também completa admitindo que o diálogo é o alicerce da Biblioterapia. Há um pluralismo de interpretações que cada sujeito pode dar a um texto, assim o diálogo em Biblioterapia coloca a linguagem em movimento: "No diálogo biblioterapêutico, é o texto que abre espaço para os comentários e interpretações que propõem uma escolha de pensamento e de comportamento. As diversas interpretações permitem a existência da alteridade e a criação de novos sentidos." (CALDIN, 2001, p. 62).

Desse modo, apesar de a Biblioterapia ser diferente da psicologia, esse artigo destaca que a psicologia possui o conhecimento técnico e científico para manejar e potencializar um diálogo biblioterapêutico, sabendo que a literatura pode proporcionar as mais diversas emoções, pensamentos e mudanças no repertório emocional e comportamental, então é preciso que o profissional que se utilize da Biblioterapia saiba como manejar as diversas situações em busca de promover a saúde.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Finalmente, fica notável que a literatura tem um poder revolucionário. Ela é um auxílio na nossa compreensão de mundo, através da leitura o indivíduo pode se perceber, perceber o mundo ao redor, aprender sobre cultura, entender sobre política, e para além disso, se entender; se conhecer. Livros, sejam eles lidos, interpretados ou narrados, vão muito além de uma história, eles podem ser a fonte de ampliação de um repertório de comportamentos e afetos. Longe de uma atividade passiva, o ato de ler abre espaço para a criação. O leitor, ao começar uma história, leva com ele toda a sua bagagem de experiências anteriores, e cria algo novo a partir disso, ou seja, a leitura é um agente de transformação.

Essa pesquisa se propôs a estudar a Biblioterapia, buscando entender suas potencialidades e as possibilidades de seu uso na promoção de saúde e qualidade de vida, além de buscar descrever os métodos de utilização, contextos e efeitos psicossociais. Isso por considerar essa temática relevante para a psicologia, visto que é uma profissão que também atua na promoção de saúde. Além disso, as motivações pessoais da autora a impulsionaram na busca de entender, através de um olhar técnico e científico, como a literatura é um aliado da saúde, bem-estar e qualidade de vida.

Com base nos resultados encontrados, pode-se chegar em algumas conclusões: o uso da literatura, através de diversos meios, é algo que precede o livro em si. As histórias, escritas, narradas e dramatizadas são recursos capazes de promover saúde à séculos, mas os avanços dos estudos em Biblioterapia serviram para trazer um olhar mais rigoroso e científico para essa prática atualmente. No

entanto, é preciso pontuar que ainda falta um longo percurso a se seguir, é preciso buscar mais nitidez para a prática profissional, isso pode ser alcançado através de uma maior produção de estudos sobre a temática.

No entanto, não se pode negar a importância de um estudo sobre a temática para a psicologia, principalmente quando consideramos a diversidade de contextos que um profissional da área pode aplicar a Biblioterapia. Seja na saúde coletiva, em hospitais, Centros de Atenção Psicossociais (CAPS), intervenções comunitárias, em escolas, creches, faculdades, e na clínica; em grupos ou individual; com crianças, adolescentes, adultos ou idosos, a Biblioterapia se mostra como um recurso bastante eclético e potente.

Assim, também se faz necessário ressaltar que esse artigo não pretende afirmar a Biblioterapia como algo de uso exclusivo da psicologia, visto que reconhece que há outros profissionais da saúde que podem ser capacitados para o seu uso. No entanto, vale-se apontar para a formação de qualquer profissional que deseje utilizar recursos da Biblioterapia para o cuidado, afinal, quando se trabalha com a saúde mental de um sujeito, é preciso se dedicar em estudos sobre a temática, isso também se aplica na utilização de livros, textos, histórias com fins terapêuticos.

Esse estudo encontrou como principal dificuldade a falta de tempo para a aplicação de uma metodologia que se aproximasse mais do uso da Biblioterapia no dia a dia por profissionais da psicologia. Assim, acredita-se que seria vantajoso para o estudo ter se aprofundar nos resultados apresentados em sujeitos que participaram de intervenções biblioterapêuticas, assim como entrevistas com profissionais, investigando as melhores técnicas, os resultados observados e a escolha de textos, por exemplo.

## 5 REFERÊNCIAS

ALVES, Maria Helena Hees. A aplicação da biblioterapia no processo de reintegração social. **Rev. bras. Bibliotecon** , Espírito Santo, p. 54-61, 1982. Disponível em: [https://www.brapci.inf.br/\\_repositorio/2011/08/pdf\\_09e78c51e2\\_0018372.pdf](https://www.brapci.inf.br/_repositorio/2011/08/pdf_09e78c51e2_0018372.pdf). Acesso em: 9 dez. 2021.

BORTOLIN, Sueli; SILVA, Sandra da. Biblioterapia no âmbito hospitalar. **Inf. Prof.**, Londrina, v. 5, ed. 1, p. 52 – 74, 1 jun. 2016. DOI 10.5433/2317-4390.2016v5n1p52. Disponível em: <file:///home/chronos/u-9b5c376ca57fea8849e12ad2b9b01d12277a0234/MyFiles/Downloads/24468-114359-1-PB.pdf>. Acesso em: 10 nov. 2021.

BUSS, Paulo Marchiori. Promoção da saúde e qualidade de vida. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, ed. 1, p. 163-177, 1 jan. 2000. DOI <https://doi.org/10.1590/S1413-81232000000100014>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/HN778RhPf7JNSQGxWMjdMxB/abstract/?lang=pt&format=html#>. Acesso em: 10 dez. 2021.

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE (DF). **As cartas da promoção da saúde**. Brasília: [s. n.], 2002. 56 p. ISBN 85-334-0602-9. Disponível em: [https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartas\\_promocao.pdf](https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartas_promocao.pdf). Acesso em: 9 dez. 2021.

CALDIN, Clarice Fortkamp. A leitura como função terapêutica: biblioterapia 10.5007/1518-2924.2001v6n12p32. **Encontros Bibli: Revista Eletrônica de Biblioteconomia e Ciência da Informação**, n. 12, v. 6, p. 32-44, 2001. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/38100641\\_A\\_leitura\\_como\\_funcao\\_terapeutica\\_biblioterapia](https://www.researchgate.net/publication/38100641_A_leitura_como_funcao_terapeutica_biblioterapia) Acesso em 10 de maio de 2021.

CALDIN, Clarice Fortkamp. **A poética da voz e da letra na literatura infantil: (leitura de alguns projetos de contar e ler para crianças)**. Orientador: Odília Carreirão Ortiga. 2001. 260 p. Dissertação (Mestrado em Literatura) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2001. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/xmlui/handle/123456789/81866>. Acesso em: 10 maio 2021.

CRESWELL, John W. Métodos Qualitativos. *In*: PROJETO de pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2010. cap. 9, p. 206-237. ISBN 9788536323008.

FERREIRA, Danielle Thiago. Biblioterapia: uma prática para o desenvolvimento pessoal. **Educação Temática Digital**, Campinas, SP, v. 4, ed. 2, p. 35-47, jun. 2013. DOI <https://doi.org/10.20396/etd.v4i2.620>. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/etd/article/view/620>. Acesso em: 10 dez. 2021.

GRASSELLI, Letícia Aurora de Almeida; NUNES, Yasmin Pereira. Biblioterapia: a mediação da leitura como recurso terapêutico. **II Encontro Regional dos Estudantes de Biblioteconomia, Documentação, Ciência e Gestão da Informação**, São Carlos, p. 41-47, 18 abr. 2015. Disponível em: <http://www.2erebd.ufscar.br/index.php/erebd/erebd/paper/view/23/10>. Acesso em: 17 nov. 2021.

LUCAS, Elaine R. de Oliveira; CALDIN, Clarice Fortkamp; SILVA, Patrícia V. Pinheiro da. Biblioterapia para crianças em idade pré-escolar:: estudo de caso. **Perspectivas em Ciência da Informação**, Belo Horizonte, v. 11, ed. 3, p. 398-415, dez. 2006. DOI <https://doi.org/10.1590/S1413-99362006000300008>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pci/a/bHbjc6YTjmRC3Sq3StWRw8m/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 9 dez. 2021.

REIS, Alice Casanova dos. Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do Psicólogo. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília, v. 34, n. 1, pág. 142-157, março de 2014. Disponível em [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98932014000100011&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932014000100011&lng=en&nrm=iso). acesso em 10 de maio de 2021. <https://doi.org/10.1590/S1414-98932014000100011> .

MEDINA, Tália Laís Maia. **Biblioterapia**: Um recurso terapêutico na humanização hospitalar. Orientador: Virgínia Bentes Pinto. 2007. 66 p. Monografia (Bacharelado em Biblioteconomia) - Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2007. Disponível em: <http://www.repositorio.ufc.br/handle/riufc/47428>. Acesso em: 10 maio 2021.

SEITZ, Eva Maria. **Biblioterapia**: uma experiência com pacientes internados em clínica médica. Orientador: Prof. Francisco Antonio Pereira Fialho, Dr. 2000. 55 p. Dissertação (Mestre em Engenharia de Produção) - A Universidade Federal de Santa Catarina, Santa Catarina, 2000. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/78289>. Acesso em: 9 dez. 2021.

SILVA, Alexandre Magno da. **Características da produção documental sobre Biblioterapia no Brasil**. Orientador: Silvio Paulo Botomé. 2005. 121 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2005. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/101729#:~:text=Os%20dados%20permitem%20concluir%20que,de%20conhecimento%20cient%C3%ADfico%20ou%20profissional>. Acesso em: 10 maio 2021.

SOUSA, Carla; CALDIN, Clarice Fortkamp. Biblioterapia e Hermenêutica: revisitando Gadamer e Ouaknin. **Perspect. ciênc. inf.**, Belo Horizonte, v. 23, n. 2, pág. 174-188, junho de 2018. Disponível em [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-99362018000200174&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-99362018000200174&lng=en&nrm=iso). acesso em 10 de maio de 2021. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-5344/3197>

