

## **MUSICOTERAPIA: DA PRESERVAÇÃO À RECUPERAÇÃO DA SAÚDE**

**Saúde**

**Coordenador da atividade: Cláudia Roberta BRUNQUELL<sup>1</sup>**

**Universidade Estadual do Norte Do Paraná (UENP)**

**Autores: Vagner Pires de Campos JUNIOR<sup>2</sup>; Sofia Mello ALMEIDA<sup>3</sup>; Sabrina GONZAGA<sup>4</sup>; Luiz GASPAROTTO<sup>5</sup>.**

### **Resumo**

A musicoterapia é a utilização da música em um contexto clínico, educacional e social para prevenção e apoio à problemas de saúde mental, promovendo qualidade de vida e bem estar. O emprego de sons e melodias tem o intuito de aliviar algum sintoma e tratar doenças, podendo ser empregada em adultos, crianças e idosos. Portanto, o objetivo deste projeto é proporcionar, aos internos da Santa Casa de Misericórdia e do Asilo São Vicente de Paulo de Jacarezinho/Paraná, entretenimento, distração, socialização e melhora do bem-estar, prevenindo e aliviando sintomas relacionados às doenças, contribuindo para uma melhor qualidade de vida. São realizadas sessões de duas horas de musicoterapia com instrumento musical e canto, uma vez por semana, em cada local, além de reuniões semanais para preparação das sessões. Acredita-se que o projeto de musicoterapia tem alcançado os seus objetivos, principalmente no que tange a melhora do cognitivo e qualidade de vida dos internos e desenvolvimento de um espírito humanista nos universitários. Esse fato pode ser observado pelos depoimentos de responsáveis pelas instituições, internos e acompanhantes, além da observação da efetiva participação dos indivíduos.

**Palavra-chave:** musicoterapia; humanização, qualidade de vida.

### **Introdução**

O número de idosos no Brasil vem crescendo a cada ano e este crescimento é resultado da combinação de diversas variáveis, principalmente de alterações sociais e culturais (CRUZ et al., 2010). Embora, envelhecer não seja sinônimo de doença, sabe-se que grande parte dos idosos apresentam alguma comorbidade, como por exemplo, a depressão (MIRANDA et al., 2016).

Em outro âmbito, o processo de hospitalização é um momento delicado na vida de um paciente, que o torna suscetível à certas emoções que podem ter origem por diversos fatores, como por exemplo trauma emocional, insegurança, estresse, ansiedade e sequelas,

---

<sup>1</sup> Cláudia Roberta Brunquell Sczepanski, servidor docente, fisioterapia.

<sup>2</sup> Vagner Pires de Campos Júnior, aluno, fisioterapia.

<sup>3</sup> Sofia Mello Almeida, aluno, fisioterapia.

<sup>4</sup> Sabrina Gonzaga, aluno, fisioterapia.

<sup>5</sup> Luiz Guilherme Gasparotto Silveira, aluno, fisioterapia.

que podem levar à reflexão sobre a vida e retomada de valores. Em especial, a Unidade de Terapia Intensiva traz consigo ainda mais estresse emocional, tanto para pacientes quanto familiares, devido à gravidade dos casos, à agitação e os equipamentos para monitoramento, levando a maior ansiedade e mal-estar (BITENCOURT et al., 2007; JÚNIOR, 2012; GOIDANICH, 2012; MACENA, 2008).

Uma das formas de tentar reverter esse quadro é através do emprego terapêutico da música. A musicoterapia consiste na utilização da música em um contexto clínico, educacional e social para prevenção e apoio aos problemas de saúde com intuito de aliviar algum sintoma patológico, e, através disso, promover uma melhor qualidade de vida e bem-estar (BRUSCIA, 2014; ANDREOLLA e PIASENSK, 2009). No processo de hospitalização, a musicoterapia busca a humanização nos atendimentos, proporcionando conforto, segurança e a aproximação entre a equipe de trabalho, os pacientes e familiares envolvidos (BITENCOURT et al., 2007; JÚNIOR, 2012)

O som, ao chegar ao cérebro, atua diretamente no sistema límbico. Os níveis de cortisol, hormônio corticosteroide, crucial para o metabolismo da glicose, supressão da inflamação e adaptação ao estresse, e, do hormônio adrenocorticotrófico, podem aumentar em situações de estresse fisiológico e psicológico (QUIROGA et al., 2011). Em resposta à música, estudos mostraram reduções dos níveis de cortisol, gerando respostas fisiológicas que envolvem reações motoras, hormonais e sensoriais (BORCHGREVINK, 1991; GRAPE et al., 2003; NATER et al., 2006; LEROUX et al., 2007).

Nota-se então a necessidade de aplicar estratégias não farmacológicas para amenizar diversas enfermidades e atuar na prevenção através da musicoterapia, trazendo benefícios não só aos pacientes, mas aos familiares e a equipe contida no local também. Por isso, o projeto de extensão tem como objetivo proporcionar, aos internos da Santa Casa de Misericórdia e do Asilo São Vicente de Paulo de Jacarezinho/Paraná, entretenimento, distração, socialização e melhora do bem-estar, prevenindo e aliviando sintomas relacionados às doenças, contribuindo para uma melhor qualidade de vida.

### **Metodologia**

O projeto tem a participação de 48 universitários do curso de Fisioterapia e Odontologia, que revezam nas funções de cantor, tocador de instrumento e animador, além de sete docentes que são encarregados de supervisionar os alunos durante as ações. Essas são realizadas na Santa Casa de Misericórdia de Jacarezinho – PR contemplando tanto o ambulatório, quanto a Unidade de Terapia Intensiva. Além disso, o projeto também é

executado no Asilo São Vicente de Paulo do mesmo município, nas alas feminina e masculina.

O público alvo é constituído de internos das instituições, que aceitam participar das sessões de musicoterapia que possuem, em média, duração de duas horas e acontecem uma vez por semana em cada local. As músicas são escolhidas pelos integrantes do projeto e pelo público alvo (a depender do local). As músicas trazem mensagens de esperança e fé, com intuito de restaurar a perseverança dos participantes, além de promover qualidade de vida aos mesmos.

Para a realização das sessões, faz-se necessário o uso de um violão, um cajón e uma flauta que são disponibilizados pelos universitários. Anteriormente, todos se reúnem para discutir as canções e as ações que serão desenvolvidas, sendo que esse encontro é realizado na própria universidade. Essas ações visam a socialização dos internos, a melhora da qualidade de vida, adesão tratamento, melhora do cognitivo e coordenação motora.

### **Desenvolvimento e Processos Avaliativos**

As sessões de musicoterapia são planejadas durante reuniões que acontecem semanalmente, na qual os universitários ensaiam as canções escolhidas com mais frequência pelo público-alvo, principalmente, do Asilo. No ambiente hospitalar, as músicas são pré-selecionadas, porém, os internos também podem escolher quais canções querem ouvir. Durante execução das sessões, os participantes são convidados a interagir com os discentes, assim como os familiares. Esses são informados que podem participar das sessões, tocando qualquer instrumento musical que foi levado pelos universitários ou até mesmo cantando.

A atividade extensionista de musicoterapia proporciona aos participantes uma melhor vivência da situação em que estão inseridos, tendo esperança para superar as dificuldades encontradas. Além disso, o uso da música proporciona uma melhor socialização entre os internos, e entre esses e a equipe de saúde, contribuindo para uma melhor abordagem terapêutica e propiciando a equipe uma visão do indivíduo como sendo um ser biopsicossocial. Também é possível citar que as sessões melhoram o cognitivo, a coordenação motora, fazendo com que os indivíduos se sintam encorajados a aderir o tratamento que estão realizando.

Os estudantes que participam do projeto estão inseridos em diferentes ambientes, que posteriormente serão os possíveis ambientes de trabalho. Isso propicia uma maior adaptação e conhecimento do público que outrora poderá ser atendido por estes universitários. Outro

fator, é que a equipe acaba desenvolvendo um espírito mais humanista, visto que a música é capaz de afetar e restaurar diversas emoções e estado de espiritualidade.

### **Considerações Finais**

Acredita-se que o projeto de musicoterapia tem alcançado os seus objetivos, principalmente no que tange a melhora do cognitivo e qualidade de vida dos internos e desenvolvimento de um espírito humanista nos universitários. Esse fato pode ser visto através da fala da diretora da instituição:

“Bem, a musicoterapia é muito importante pro trabalho com o idoso assim como a fisioterapia. Mas, a música traz diversas recordações do passado, trabalha a parte cognitiva. Essa memória é ativada, sendo incrível como os idosos que tem Alzheimer, quando ouvem aquelas músicas antigas que eram da sua época, eles recordam e passam a cantar como se estivesse vivendo o momento. A gente percebe que resgata aquilo que está perdido e os torna mais ativo. Nós verificamos diversas experiências. Por exemplo, outro dia a gente observou uma idosa na parte da manhã – estava meio friozinho – ela foi pra sala, cobriu a cabeça com um cobertor e estava cantando aquela música “beijinho doce”. Provavelmente, é uma vizinha que tem Alzheimer e que ouviu a música no dia anterior durante a sessão. Então, canta, recorda e fica com aquilo na cabeça desenvolvendo diversas áreas que estavam adormecidas. Sem contar que traz alegria e felicidade para o nosso lar.

### **Referências**

ANDREOLLA, L. E. F.; PIASENSK, V. M. A. Musicoterapia no Hospital Psiquiátrico São Pedro. **Revista Eletrônica do Núcleo de Estudos e Pesquisa do Protestantismo da Escola Superior de Teologia – EST**. p. 54–57, 2009.

BITENCOURT et al.. Análise de estressores para paciente em Unidade de Terapia Intensiva. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva**. Março, 2007.

BORCHGREVINK, Hans. O cérebro por trás do potencial terapêutico da música. In: RUUD, Even. (Org). **Música e saúde**. São Paulo: Summus, 1991. p. 57-86.

BRUSCIA, **Defining Music Therapy**. Barcelona Publishers, p.40, 2014.

CRUZ, D. T.; CAETANO, V. C.; LEITE, I. C. G. Envelhecimento populacional e bases legais da atenção à saúde do idoso. **Cadernos de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 4, p. 500-508, 2010.

GOIDANICH, M.; GUZZO, F. Concepções de vida e sentimentos vivenciados por pacientes frente ao processo de Hospitalização: O Paciente Cirúrgico. **Revista Sociedade Brasileira Psicologia Hospitalar**. Rio de Janeiro, 2012.

GRAPE, C.; SANDGREN, M.; HANSSON, L. O.; ERICSON, M.; THEORELL, T. Does singing promote well-being? – an empirical study of professional and amateur singers during a singing lesson. *Integr. Psychology and Behavioral Sciences*. n. 38, p. 65–74, 2003.

JÚNIOR, J,D,S. Música e saúde: a humanização hospitalar como objetivo da educação musical. **Revista da Abem**. Londrina, 2012.

LEROUX, F. H.; BOUIC, P. J. D.; BESTER, M. M. The effect of Bach's magnificat on emotions, immune, and endocrine parameters during physiotherapy treatment of patients with infectious lung conditions. **Journal of Music Therapy**. n. 44, p. 156–168, 2007.

MACENA, C; LANGE, E. A incidência de estresse em pacientes hospitalizados. **Psicologia Hospitalar**. São Paulo, 2008.

MIRANDA, G. M.; MENDES, A. C. G.; SILVA, A. L. A. O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e consequências sociais atuais e futuras. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**. v. 19, n. 3, 2016.

NATER, U. M.; ABBRUZZESE, E.; KREBS, M.; EHLERT U. Sex differences in emotional and psychophysiological responses to musical stimuli. **International Journal of Psychophysiology**. n. 62, p. 300–308, 2006.