

RELATO DE EXPERIÊNCIA

QUEM CANTA SEUS MALES ESPANTA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE O USO DA MÚSICA COMO FERRAMENTA DE ATUAÇÃO NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DA CRIANÇA SING AWAY SORROW, CAST AWAY CARE: AN EXPERIENCE REPORT ON THE USE OF MUSIC AS AN INSTRUMENT FOR CHILD HEALTH PROMOTION

QUIÉN CANTA SUS MALES ESPANTA: UN RELATO DE EXPERIENCIA SOBRE EL USO DE LA MÚSICA COMO HERRAMIENTA DE ACTUACIÓN EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL NIÑO

Angélica Zanettini¹
Jeane Barros de Souza²
Vanilla Eloá Franceschi¹
Denise Finger¹
Angela Gomes¹
Marinez Soster dos Santos¹

¹ Acadêmica do Curso de Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul – UFFS. Chapecó, SC – Brasil.

² Enfermeira. Doutoranda no Programa de Pós Graduação em Educação e Saúde na Infância e Adolescência, da Universidade Federal de São Paulo – UNIFESP. Professora Auxiliar do Curso de Enfermagem da UFFS. Chapecó, SC – Brasil.

Autor Correspondente: Angélica Zanettini. E-mail: gelyzanettini@hotmail.com
Submetido em: 25/04/2015 Aprovado em: 09/09/2015

RESUMO

Considerando a importância da música na saúde das pessoas, em especial na infância, em 2014 foi criado o projeto de extensão “Promovendo a saúde da criança através da música e ações educativas”, do curso de Enfermagem, da Universidade Federal Fronteira Sul. O objetivo foi promover a saúde da criança a partir da utilização da música, em busca de uma vida saudável, oportunizando a diminuição de tempo ocioso, bem como momentos de aprendizado mútuo, cultural e lazer por meio do canto coral. E após evidenciar resultados positivos no desenvolvimento das atividades, surgiu então esse relato de experiência, com o intuito de compartilhar a experiência do projeto de extensão “Promovendo a saúde da criança através da música e ações educativas”. Discutiui-se a atuação da música na promoção da saúde, à luz da literatura já existente, desvelando as contribuições que o canto coral proporciona no desenvolvimento e na saúde das crianças em idade escolar. Constatou-se escassa produção científica sobre a temática na área da enfermagem, bem como a importância de sensibilizar enfermeiros e demais profissionais da saúde para o uso da música na sua prática de assistir o outro e a si próprio.

Palavras-chave: Criança; Música; Saúde; Promoção da Saúde; Enfermagem; Relações Comunidade-Instituição.

ABSTRACT

Considering the importance of music in people's health, especially in children, an extension project was created in 2014, called "Promoting the health of children through music and educational activities" in the nursing department of the Federal University of Fronteira Sul. The aim was to promote children's health by using music as a way of seeking a healthy life, providing opportunities to decrease idle time, and to enhance moments of mutual learning, culture and leisure through choral singing. After positive results were obtained in the development of activities, this experience report was developed, with the aim of sharing the experience of the extension project "Promoting the health of children through music and educational activities", discussing the role of music in promoting health, in light of the existing literature, revealing the contributions that the choir provides in the development and health of school children. There is scarce scientific literature on this subject in the area of nursing, as well as the importance of sensitizing nurses and other healthcare professionals to the use of music in their practice of caring for others and for themselves.

Keywords: Child; Music; Health; Health Promotion; Nursing; Community-Institutional Relations.

RESUMEN

Teniendo en cuenta la importancia de la música en la salud de las personas, especialmente en los niños, en 2014 fue creado el proyecto de extensión "Promoción de la salud de los niños a través de la música y las actividades educativas" del curso de Enfermería de la Universidad Federal Fronteira Sul. El proyecto se ha propuesto promover la salud de los niños mediante el uso de la música en busca de una vida saludable, proporcionando oportunidades para disminuir el tiempo ocioso, así como momentos de aprendizaje mutuo, cultural y de entretenimiento a través del canto. Con este relato de experiencia se ha buscado compartir la experiencia del mencionado proyecto una vez que ha mostrado resultados positivos en el desarrollo de las actividades. Se discute el papel de la música en la promoción la salud, a la luz de la literatura existente, revelando las contribuciones del canto al desarrollo y salud de los niños en edad escolar. Se ha constatado que hay escasa producción científica sobre el tema en el área de enfermería y se ha comprobado la importancia de sensibilizar a las enfermeras y otros profesionales de la salud para el uso de la música en la atención de los demás y para ellos mismos.

Palabras clave: Niño; Música; Salud; Promoción de la Salud; Enfermería; Relaciones Comunidad-Institución.

INTRODUÇÃO

A promoção da saúde tem recebido destaque, principalmente nas últimas décadas. A partir de ampliado entendimento do conceito de saúde, bem como da implementação do Sistema Único de Saúde (SUS) e das discussões sobre as novas políticas no setor, diversas áreas do conhecimento começaram a estruturar suas práticas em torno da prevenção e da promoção, indo além da transmissão de informações, visando incentivar e facilitar as ações. Essas combinações passaram a envolver a troca de experiências de vida, de aprendizagem, de aspectos comportamentais, de medidas terapêuticas e internacionais.¹

As crianças são vulneráveis a diversas situações e necessitam ter seu espaço de assistência, principalmente na promoção da saúde, pois o direito à saúde é uma prerrogativa constitucional de todo cidadão. E uma das maneiras de promover a saúde da criança é por meio da utilização da música, que vem sendo inserida gradativamente no cuidado de enfermagem e que pode ser empregada como ferramenta para proporcionar conforto, diminuir a dor, facilitar a comunicação e a relação profissional-usuário de saúde, tornando o cuidado mais humanizado, com efeitos positivos para as crianças, tanto no lazer como ao reforçar laços afetivos e sociais.²

Na verdade, a música, desde a Antiguidade, já era utilizada pelas civilizações como instrumento de curar enfermidades, estando presente em diversas manifestações culturais. A música é uma das formas mais importantes de expressão humana, pois o fazer musical é uma ferramenta de comunicação e expressão que se verifica pela improvisação, composição e interpretação, havendo a necessidade de concentração e envolvimento nas atividades propostas. A música pode potencializar a expressividade emocional do ser, facilitando a comunicação e a relação interpessoal, promovendo ainda acolhimento e o estabelecimento de relações e vínculos, aumentando a autoestima e proporcionando conforto e bem-estar.²

A música também possui grande potencial terapêutico, provocando resultados positivos sobre os níveis de pressão arterial de indivíduos em diferentes situações clínicas, atuando também na diminuição dos níveis de ansiedade, dor e auxiliando no relaxamento.³ Podem-se, também, citar os benefícios da musicoterapia em pacientes com paralisia cerebral, contribuindo na aprendizagem, comunicação, expressão e desenvolvimento motor.⁴

No âmbito da reabilitação, a música torna-se uma intervenção de baixo custo, não farmacológica e não invasiva, que no espaço hospitalar pode contribuir no desenvolvimento e na saúde da criança, da família e dos trabalhadores. A música é uma arte muito valorizada e utilizada para autoexpressão e também com o intuito de despertar nos ouvintes e cantores emoções das mais diversas, dependendo do momento vivido. Existem muitos estudos na área da musicoterapia que comprovam a efi-

cácia de seu efeito terapêutico na cura de várias doenças, pois ela interfere na saúde física, mental e emocional do homem, podendo atuar melhorando o sono, o humor e atenuando a ansiedade e o estresse.⁵ Entretanto, além dos benefícios à saúde física, a música também interfere positivamente na saúde mental, podendo haver o sentimento de acolhida, escuta atenciosa e o espaço para externalizar emoções, observando ainda a diminuição da agitação e a melhora do bem-estar psicológico.⁶

Nesse sentido, a música vem sendo reconhecida, por um número cada vez maior de especialistas, como uma das áreas do conhecimento mais importantes a serem estudadas no desenvolvimento da criança. Ressalta-se que a aprendizagem musical contribui para o desenvolvimento cognitivo, psicomotor, emocional e afetivo e, principalmente, para a construção de valores pessoais e sociais não apenas das crianças, como também dos jovens e adultos, melhorando a agilidade cognitiva e a capacidade de administrar informações em conflito.⁵

Entre as várias possibilidades de trabalho musical, pode-se citar o canto coral como um veículo de disseminação dos benefícios atribuídos à música, tais como mais socialização, desembaraço, trabalho em equipe, ajuda na organização e sincronia no trabalho, no divertimento, comunicação, concentração (autodisciplina) e autoconfiança dos membros participantes da atividade.⁷ O canto coral é uma prática extremamente interessante, capaz de proporcionar diversos efeitos positivos na qualidade de vida dos envolvidos, tais como: bem-estar psicológico, fortalecimento da autoestima, convívio social e resgate da memória.⁸

O canto coral também aproxima as pessoas e essa aproximação permite que elas estabeleçam relações de amizade, hierarquia, valores humanos e papéis sociais interdependentes. A prática do canto coral, além de desenvolver a musicalidade, autocontrole e tantas outras potencialidades, é um propiciador de relações sociais harmonizadoras em vários níveis.⁹

O fato é que a música traz benefícios para indivíduos em qualquer faixa etária, podendo promover a saúde da criança, vindo ao encontro da atuação do projeto de extensão "Promovendo a saúde da criança através da música e ações educativas", desenvolvido pelo curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), em parceria com uma escola estadual no município de Chapecó, SC. Tal projeto surgiu com o objetivo de promover a saúde da criança a partir da utilização da música, em busca de uma vida saudável, oportunizando a diminuição de tempo ocioso, bem como momentos de aprendizado mútuo, cultura e lazer por meio do canto coral.

E ao vislumbrar resultados positivos na vivência dos participantes do projeto, buscou-se na literatura acerca da importância da música como ferramenta de atuação na promoção da saúde da criança, verificando-se escassa produção sobre a temática na área da enfermagem, incentivando-nos a escrever, pesquisar e divulgar sobre tal prática. Nesse contexto, o pre-

sente artigo objetiva compartilhar a experiência do projeto de extensão “Promovendo a saúde da criança através da música e ações educativas”, discutindo a atuação da música na promoção da saúde, à luz da literatura já existente e desvelando as contribuições que o canto coral proporciona no desenvolvimento e na saúde das crianças em idade escolar.

CAMINHO PERCORRIDO

ENTRANDO EM AÇÃO: DO PAPEL PARA A PRÁTICA

No início de 2014, após a aprovação do projeto de extensão “Promovendo a saúde da criança através da música e ações educativas” pela UFFS, foram primeiramente realizadas reuniões de discussão com os diretores da Escola de Educação Básica Professora Valesca C. R. Parisotto, no bairro Jardim América, no município de Chapecó, SC, onde se optou por atender as crianças estudantes do segundo ao sexto ano do ensino fundamental, que voluntariamente desejassem participar do coral na escola.

Assim, iniciou-se o primeiro ensaio com a participação de aproximadamente 40 coralistas, que com a autorização de seus pais, semanalmente passaram a participar dos ensaios e apresentações, sob a regência da enfermeira e coordenadora do projeto, docente do Curso de Enfermagem da UFFS.

DESVELANDO O EMBASAMENTO TEÓRICO DA AÇÃO

E para apresentar e discutir as experiências do canto coral na promoção da saúde das crianças, foi realizada revisão de literatura com coleta de dados secundários em livros e principalmente em artigos publicados em periódicos científicos impressos e disponibilizados em bases de dados eletrônicos, com o cruzamento dos seguintes descritores: criança; música; saúde; promoção da saúde; enfermagem.

O canto coral é comumente visualizado apenas como uma prática de educação musical, no entanto, ele possui grande potencial para outras vertentes educacionais, visto que também se constitui em um espaço de convivência social. Alguns estudos citam outras vertentes, considerando o coral como um grupo de aprendizagem musical, desenvolvimento vocal, integração e inclusão social, sendo constituído por diferentes relações interpessoais e de aprendizagem.¹⁰

Além dessas vertentes, percebe-se que o canto coral pode ser utilizado também como um instrumento de promoção e educação em saúde.⁸ Nesse sentido, o projeto de extensão fez uso do canto coral como um meio de atrair as crianças para uma atividade divertida, saudável, educativa e cultural, em que, além do ensino da música, utilizou-se também de coreografias

integrativas, chamando a atenção dos coralistas nos momentos de ensaio e do público em geral nas apresentações realizadas em diversos locais do município de Chapecó, SC.

O desenvolvimento mental e motor das crianças é beneficiado, pois quando a musicalidade e o canto são inseridos e acompanhados por gestos e movimentos corporais, como ocorreu na atuação do projeto, pode-se ativar os sistemas da linguagem, da memória e de ordenação sequencial, entre outros, pois a criança deve ser olhada como um todo. Não se pode separar o corpo da mente e das emoções.⁵

Estudos comprovam que a música exerce influência no humor das pessoas e na saúde física. E é por isso que se pode afirmar que, entre os benefícios que ela traz para as emoções, têm-se nas funções cognitivas e no comportamento a melhora do humor, do sono, da motivação, da autoconfiança, diminuição da ansiedade, auxílio no combate à tensão e na eliminação do estresse. O poder que a música exerce na memória é impressionante e ao ser acompanhada por gestos e movimentos corporais, a criança pode vir a ter pelo menos seis sistemas de seu cérebro estimulados, tornando-se uma rica forma de aprendizado, motivação e neurodesenvolvimento.⁵

A DINÂMICA DOS ENSAIOS E APRESENTAÇÕES DO CORAL ENCANTO

No primeiro mês de atuação do projeto, o nome do coral foi escolhido pelos próprios participantes, sendo realizada votação democrática, em que ficou denominado “Coral Encanto”, sendo que as crianças realmente cantaram e encantaram o público durante o ano de 2014.

Os ensaios foram realizados semanalmente, no fim de tarde, para que as crianças estudantes do período matutino e vespertino pudessem participar do projeto. E a dinâmica dos ensaios seguiu a estrutura de aquecimento vocal, discussão da letra das canções, para assim iniciar o canto e a aprendizagem das músicas novas ou relembrar as já ensaiadas do repertório do coral, finalizando com os comunicados e realização da chamada dos integrantes. Para tanto, contou-se com o apoio de imagens e letras das músicas projetadas no *data show*, bem como com gravação das canções da parte instrumental nos teclados.

Ainda no primeiro mês do projeto já se iniciaram as apresentações na escola e, em seguida, ultrapassaram os muros, sendo convidados a cantar em diversas solenidades do município, bem como no teatro municipal, *shopping*, praças públicas e em eventos da própria UFFS. Evidenciaram-se, assim, não apenas a rápida projeção e aceitação do projeto por toda comunidade, mas principalmente o talento, as novas oportunidades alcançadas e o crescimento das crianças participantes, que no término do ano já somavam aproximadamente 55 coralistas. Salienta-se que não houve abertura de mais vagas no coral, devido ao espa-

ço físico dos ensaios não comportar maior número de pessoas e também pela falta de recursos para aquisição de outros uniformes e falta de espaço para transporte no ônibus.

Cabe destacar que nas apresentações fora da escola o transporte das crianças ficou sob a responsabilidade de quem convidou o Coral Encanto para cantar. E no desenvolvimento desse projeto, com o apoio dos pais, equipe escolar e universidade, conquistou-se o primeiro uniforme do Coral Encanto, proporcionando mais organização às apresentações.

COMPARTILHANDO OS BENEFÍCIOS DAS AÇÕES DO PROJETO DE EXTENSÃO

Foram notáveis os benefícios proporcionados às crianças participantes do projeto, as quais tiveram no coral a oportunidade de expressar sentimentos, divertir-se com as letras e expressões corporais, aprender a conviver e respeitar os colegas, conhecer novos locais e continuamente ter novas experiências em cada apresentação com público diferenciado. Também se obteve como benefício a reflexão das canções ensaiadas e apresentadas, as quais foram escolhidas justamente por suas letras educativas, abordando temas sobre o viver saudável, cidadania, o cuidado com o planeta, o amor ao próximo e a autoestima. Antes de iniciar cada música, a letra era primeiramente discutida em grupo.

Além desses benefícios, o projeto também proporcionou uma maneira de evitar a ociosidade das crianças, auxiliando no afastamento de diversas vulnerabilidades da infância, principalmente por residirem num bairro carente de recursos financeiros, de lazer, de orientações em saúde, de expressões culturais, entre outros fatores. E a atuação desse projeto em tal comunidade foi de extrema importância justamente por oportunizar preencher algumas dessas lacunas no viver das crianças participantes.

A atuação da enfermagem nesse projeto de extensão foi essencial, por ser uma profissão que trabalha fortemente com as relações interpessoais, desempenhando ações tanto no nível primário quanto secundário e terciário em saúde. A Enfermagem é uma profissão singular na promoção da saúde entre grupos socialmente vulneráveis, como no caso das crianças atendidas nesse projeto, além de atuar cooperativamente com outros profissionais da área, na busca constante por melhoria na qualidade da assistência e no embate pela consolidação dos princípios do SUS, sob a ótica da integralidade e humanização no cuidado.

A CONTINUIDADE DO PROJETO NA COMUNIDADE

Pode-se afirmar que a música como ferramenta de atuação na promoção à saúde das crianças envolvidas no projeto foi extremamente eficaz. E ao término das atividades, no final do ano de 2014, o presidente da Associação de Pais e Professores (APP),

diretor da escola, e também as crianças com seus familiares buscaram as responsáveis pelo projeto (docente e acadêmicos de Enfermagem), solicitando a permanência urgente do coral, evidenciando a importância e impacto do mesmo na comunidade.

Assim, ao atingir os objetivos propostos e diante dos resultados surpreendentes, o mesmo projeto de extensão foi submetido novamente no ano de 2015 e 2016, em busca da continuidade das atividades. E em abril de 2015, o projeto foi aprovado em sua segunda edição, pela UFFS, para a alegria de todos os envolvidos, dando continuidade às ações desenvolvidas em busca do viver saudável na infância.

É importante salientar que o coral infantil pode ser um importantíssimo instrumento não apenas na atenção à saúde das crianças, mas também à saúde de suas famílias e comunidade. Isso porque a proximidade dos profissionais da saúde por intermédio do trabalho musical permite determinada “abertura” para conhecer a realidade mais de perto de toda a família. As crianças participantes do coral envolveram também seus familiares, principalmente pais e responsáveis, os quais foram convidados a assistir aos ensaios e principalmente às apresentações, oportunizando a toda família conhecer novos espaços jamais desbravados dentro do próprio município. Lembra-se que as relações familiares são fundamentais para o desenvolvimento pessoal, social e ético da criança, bem como da estruturação de seu viver saudável.

Dessa forma, percebe-se que o canto coral é um trabalho comunitário que traz benefícios para todos os envolvidos, principalmente para os cantores, vindo ao encontro da expressão muito conhecida: “Quem canta, seus males espanta”, do personagem Dom Quixote, de Miguel de Cervantes. E acredita-se que as ações desenvolvidas durante o ano de 2014 irradiaram-se da escola para dentro da casa de cada coralista, contribuindo para a promoção da saúde das crianças envolvidas no projeto, bem como das suas famílias e comunidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Analisando a trajetória percorrida pelo projeto de extensão, bem como suas dificuldades e conquistas, destaca-se a importância da integração entre a comunidade universitária e a comunidade escolar, que com apoio, respeito e realmente em busca de uma atividade integradora e interdisciplinar, muitos objetivos foram alcançados em prol do viver saudável das crianças. É notório que não existe uma receita pronta para um projeto de extensão funcionar com êxito, mas certamente um de seus ingredientes principais é a existência de interação entre as partes envolvidas no processo.

Durante o desenvolvimento do projeto ficou evidente que o momento lúdico promovido pela música pode ser um recurso importante não somente para o cuidado ao outro, mas para

o autocuidado ao promover relaxamento, bem-estar e prazer de estar consigo mesmo e com o outro. A busca do prazer e a preocupação com a qualidade de vida são valorizadas à medida que favorecem o desejo do outro, ampliando a visão do que se considera um sistema de cuidado.

Portanto, percebe-se que a música é uma importante ferramenta em busca do viver saudável, pois durante um ano de desenvolvimento do Canto Coral houve a oportunidade de promover o autoconhecimento, a reflexão e a percepção do outro, aspectos importantes para o desenvolvimento pessoal e a integração social. E com a música inserida no cuidado, pôde-se ampliar a visão das responsáveis pelo projeto na assistência à saúde, além de ser um recurso importante para humanizar o processo educacional, transformando-o em algo prazeroso, divertido e saudável.

Para os acadêmicos de Enfermagem, o desenvolvimento do projeto oportunizou melhor conhecimento e mais crescimento pessoal, científico e técnico, com ações interdisciplinares, trazendo um olhar mais amplo e crítico em relação à promoção da saúde. No entanto, um dos obstáculos nesse caminhar foi a dificuldade em encontrar literatura atual sobre a música como ferramenta de atuação na promoção da saúde na área da enfermagem, deixando o convite para outras reflexões e estudos sobre tal temática. Percebe-se a importância de sensibilizar não apenas a Enfermagem, mas tantos outros profissionais da área da saúde para o uso da música na sua prática de assistir o outro e a si próprio.

REFERÊNCIAS

1. Coscrato G, Pina JC, Mello, DF. Utilização de atividades lúdicas na educação em saúde: uma revisão integrativa da literatura. *Acta Pal Enferm.* 2010; 23(2):257-63. [Citado em 2015 fev. 20]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ape/v23n2/17.pdf>.
2. Sales CA, Silva VA, Pilger C, Marcon SS. A música na terminalidade humana: concepções dos familiares. *Rev Esc Enferm USP.* 2011; 45(1):138-45.
3. Santana DST, Zanini CRO, Souza ALL. Efeitos da música e da musicoterapia na pressão arterial: uma revisão de literatura. In: Cantare R. *Rev Núcleo de Estudos e Pesquisas Interdisciplinares em Musicoterapia.* 2014; 5:37-57. [Citado em 2015 fev. 10]. Disponível em: <http://periodicos.unespar.edu.br/index.php/incantare/article/view/261>.
4. Marques RMG. Desenvolvimento de uma aplicação musical para musicoterapia em casos de paralisia cerebral [dissertação]. Porto Rosário Rebelo: UPorto; 2014.
5. Mello MISA. A música como instrumento de intervenção psicopedagógica. Campos dos Goytacazes-RJ: Venletrarte; 2011.
6. Câmara YMR, Campos MRM, Câmara, YR. Musicoterapia como recurso terapêutico para a saúde mental. *Cad Bras Saúde Mental.* 2013; 5(12):94-117. [Citado em 2015 fev. 10]. Disponível em: <http://incubadora.periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/1767/3189>.
7. Carminatti JS, Krug JS. A prática de canto coral e o desenvolvimento de habilidades sociais. *Pensamiento Psicol.* 2010; 7(14):81-96. [Citado em 2015 mar. 05]. Disponível em: <http://portalesn2.puj.edu.co/javevirtualoj/index.php/pensamientopsicologico/article/view/134/398>.
8. Prazeres MMV, Lira LC, Lins RG, Cárdenas CJ, Melo GF, Sampaio TMV. O canto como sopro da vida: um estudo dos efeitos do canto coral em um grupo de coralistas idosas. *Rev Kairós Gerontol.* 2013; 16(4):175-93. [Citado em 2015 fev. 26]. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/19636/14509>.
9. Pereira E, Vasconcelos M. O processo de socialização no canto coral: um estudo sobre as dimensões pessoal, interpessoal e comunitária. *Música Hodie.* 2007; 7(1): 99-120. [Citado em 2015 fev. 10]. Disponível em: <http://revistas.jatai.ufg.br/index.php/musica/article/view/1763/12193>.
10. Amato RF. O canto coral como prática sócio-cultural e educativo-musica. *Opus.* 2007; 13(1):75-96.