

A MÚSICA COMO PROMOTORA DE SAÚDE: PERCEPÇÃO DE INTEGRANTES DO PROGRAMA DE EXTENSÃO MUSICAGEM

Geovanessa da Silva Antunes Arisi¹
Vitória de Moura²
Kasey Martins Ost³
Evelyn do Rosario⁴
Valéria Silvana Faganello Madureira⁵

¹ Acadêmica do curso de graduação em Enfermagem. Universidade Federal da Fronteira Sul. E-mail: geovanessa.antunes@unochapeco.edu.br ORCiD: <https://orcid.org/0009-0005-4098-2912>.

² Acadêmica do curso de graduação em Enfermagem. Universidade Federal da Fronteira Sul. E-mail: vitoriamoura16.rb@gmail.com. ORCiD: <https://orcid.org/0009-0008-2862-5340>.

³ Acadêmica do curso de graduação em Enfermagem. Universidade Federal da Fronteira Sul. E-mail: kasey_ost@hotmail.com. ORCiD: <https://orcid.org/0009-0007-5060-5728>

⁴ Acadêmica do curso de graduação em Enfermagem. Universidade Federal da Fronteira Sul. E-mail: evrosario.evelyn@gmail.com
ORCiD: <https://orcid.org/0009-0003-2644-7476>

⁵ Docente do curso de graduação em Enfermagem. Universidade Federal da Fronteira Sul. E-mail: valeriamadureira2005@gmail.com ORCiD: <https://orcid.org/0000-0001-7990-3613>

Autor apresentador do trabalho: Geovanessa da Silva Antunes Arisi

RESUMO EXPANDIDO

Introdução: O cuidado ao paciente hospitalizado é pensado e planejado com um olhar holístico e humanizado, que vai além da assistência técnica na rotina de cada paciente. Envolve ações que possibilitem momentos de prazer e bem-estar a fim de reduzir ao máximo as dificuldades físicas e psicológicas que os pacientes e seus acompanhantes enfrentam estando no hospital. Entre essas ações, a música tem conquistado um significado especial, pois através dela é possível estimular áreas cerebrais responsáveis por promover bem-estar psicológico, tendo efeito sobre as condições físicas do indivíduo (Nunes *et al.*, 2019). Visto isso, foi criado o Programa de Extensão “Musicagem: a enfermagem promovendo a saúde no ambiente hospitalar por meio da intervenção musical” pelo qual muitos pacientes hospitalizados, seus acompanhantes e profissionais da saúde

atuantes nos hospitais públicos de Chapecó recebem afetividade, encorajamento e podem se sentir acolhidos. Para que esses momentos de emoção e acalento acontecessem, há um grupo de estudantes do curso de Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul que semanalmente dedicam uma noite para ir até o hospital e realizar as intervenções musicais nos quartos de alguns setores. Muito se comenta sobre a percepção daqueles que recebem as músicas, de que maneira vivenciam essa experiência, quais sentimentos são despertados e o quanto são tocados por essas mensagens musicais significativas. A respeito disso, há evidências científicas produzidas pelo grupo, que trazem relatos e a eficácia da música e seus impactos no meio hospitalar quando utilizada como promotora de saúde. Porém, ao proporcionar esses momentos, não são apenas os ouvintes que se beneficiam, a cada intervenção realizada, os integrantes do grupo são privilegiados e surpreendidos com muitos elogios e carinho, além de despertar dentro de si um sentimento de gratidão e satisfação ao perceber na prática os benefícios de promover saúde através da música. Sob esse olhar, vale ressaltar que, as atividades de cunho extracurricular permitem que os estudantes saiam da rotina árdua da graduação, principalmente quando se trata de um projeto como este, que promove a descontração, a alegria e, com delicadeza e sensibilidade, faz com que os integrantes possam visualizar de perto como é essencial nutrir ações que façam os pacientes, familiares e profissionais pararem por um momento, podendo esquecer das fragilidades e sentir o quanto são especiais e únicos. Assim, fazendo com que os estudantes sintam-se pertencentes àquele universo de cuidado. **Objetivo:** Relatar a experiência vivenciada por estudantes de Enfermagem, integrantes de um Programa de Extensão denominado “Musicagem: a enfermagem promovendo a saúde no ambiente hospitalar por meio da intervenção musical”, em intervenções musicais semanais em hospitais de Chapecó-SC. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência das intervenções musicais realizadas semanalmente por estudantes do curso de enfermagem no ambiente hospitalar e as sensações e reflexões despertadas nos integrantes do grupo ao promoverem saúde de pacientes hospitalizados, seus acompanhantes e profissionais ali presentes através da música. O grupo realiza suas intervenções utilizando suas vozes e dois instrumentos, sendo um ukulele e um violino, para apresentar músicas populares com mensagens de conforto e esperança, pré-selecionadas e ensaiadas pelo grupo. No dia da intervenção, membros do grupo circulam pelos quartos das unidades selecionadas a fim de consultar os pacientes e acompanhantes sobre a possibilidade da intervenção em seu quarto. Em havendo aceite, eles escolhem, dentre as músicas do repertório, aquela que desejam ouvir. Na sequência, os integrantes do grupo adentram a unidade já cantando e tocando, percorrendo os corredores e entrando nos quartos a fim de promover conforto e bem-estar. É importante ressaltar que todos se apresentam com a camiseta do Musicagem e usam máscaras. Além disso, o grupo é acompanhado pela professora coordenadora do projeto no Hospital da Criança e por uma enfermeira voluntária no Hospital Regional do Oeste. Finda a intervenção, agradecem à equipe e se retiram do local. **Resultados e discussão:** O processo de formação na área de Enfermagem é desafiador, uma vez que os estudantes devem adquirir competências, habilidades e raciocínio clínico cruciais para que o exercício da profissão seja de qualidade. Nesse processo, além de terem que cumprir uma carga horária integral obrigatória para realização das atividades curriculares, necessitam se dedicar a

atividades extracurriculares, tornando a rotina dos estudantes por vezes exaustiva, o que pode desencadear sentimentos como a ansiedade (Martínez-Vázquez *et al.*, 2023). Por outro lado, as atividades enriquecem o currículo acadêmico e contribuem para a formação pessoal e profissional na saúde. Diante disso, a criação de projetos como de cultura e extensão surgem como estratégias de aproximarem o estudante da população e de alguma forma permitir que desenvolvam aspectos e conteúdos abordados em sala de aula, de modo que também levam o nome da Universidade para diferentes públicos e locais. São projetos como o Musicagem que fazem a rotina ficar mais “leve”, trazendo bons retornos para os estudantes, como o ânimo, empatia, compaixão e gratidão, além de possibilitar o exercício do cuidado à saúde das pessoas através da música. A música é uma ferramenta poderosa, capaz de criar um ambiente confortável e de provocar um equilíbrio entre mente, corpo e alma. É também, uma forma não invasiva e não farmacológica que pode impactar positivamente nos quadros clínicos de pacientes, minimizando a ansiedade e produzindo analgesia, uma vez que estimula a liberação de endorfinas, que são hormônios produzidos no sistema nervoso central. Esses hormônios, além de aliviarem a dor, produzem sentimentos de êxtase e euforia, efeitos redutores do estresse e a ansiedade, náusea, delírio e depressão (Lorek, *et al.*, 2023). As músicas utilizadas são estrategicamente pensadas, analisando o contexto e com seleção minuciosa para que a música seja bem recebida e proporcione bons momentos e evoque boas lembranças. Nesse sentido, se escutar música pode ter efeito terapêutico, cantar e tocar um instrumento também, pois os benefícios são vastos e abrangem diversos aspectos da vida pessoal e profissional. A prática musical promove o desenvolvimento cognitivo, melhorando a capacidade de concentração, memória e habilidades de resolução de problemas. Além disso, tocar um instrumento requer coordenação motora e desenvolve a destreza física (Silva Junior, 2019). A música oferece uma forma de expressão única, permitindo que os músicos processem e compartilhem suas emoções de maneira saudável. Isso pode ajudar na gestão do estresse e na melhoria do bem-estar emocional, sendo uma forma de conexão social, possibilitando que construam relacionamentos significativos com colegas e o público, podendo também oferecer apoio emocional e bem-estar (Da Cunha, 2021). **Considerações finais:** Dessa forma, o Programa de Extensão Musicagem, além de permitir que os estudantes de Enfermagem integrem as atividades promovidas pela UFFS em extensão na sociedade e realizem atividades com diferentes públicos e setores hospitalares, serve como instrumento para possibilitar a promoção da saúde de seus próprios integrantes de um modo atípico, através das intervenções musicais. Tais ações proporcionam momentos de aprendizado e novas experiências, as quais enriquecem a formação dos futuros enfermeiros, estimulando o cuidado integral, a humanização e principalmente a valorização do ser Enfermeiro. Em nível pessoal, as intervenções possibilitam o contato consigo mesmo, levando cada um a refletir sobre sua própria vida, suas experiências, sobre o modo como as significam, sobre como isso contribui para que cada um seja quem e como é. Além disso, o contato com os outros, pacientes, acompanhantes e profissionais, evoca sentimentos de empatia, emoção e solidariedade, tão necessários para o cuidado de Enfermagem em qualquer cenário de atuação do Enfermeiro, posto que cuidar envolve muito mais do que competência técnico científica.



IV
Semana
Acadêmica
de
Enfermagem
2024



Curso de
Enfermagem



ABEEn Nacional
Associação Brasileira de Enfermagem



Coren^{SC}



Cofen
Conselho Federal de Enfermagem

Descritores: música; Enfermagem; Cuidado; Hospitalização; Estudante.



REFERÊNCIAS

DA CUNHA, A. Estudo sobre os efeitos emocionais da música em estudantes de instrumentos musicais na cidade de Joinville-SC. *Anima Educação*, 7 dez. 2021. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/18300>. Acesso em: 20 abr. 2024.

LOREK, M. et al. The Effect of Music as a Non-Pharmacological Intervention on the Physiological, Psychological, and Social Response of Patients in an Intensive Care Unit. *Healthcare*, v. 11, n. 12, p. 1687, 8 jun. 2023. Acesso em: 18 abr. 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37372805/>.

MARTÍNEZ-VÁZQUEZ, S. et al. Magnitude of general anxiety disorder among nursing students and its associated factors. *Health Science Reports*, v. 6, n. 7, p. e1405, 2023. Acesso em: 18 abr. 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37455708/>.

NUNES, E. C. D. A. et al. A música como instrumento de cuidado transpessoal - percepções de indivíduos hospitalizados assistidos na extensão universitária. *Escola Anna Nery*, v. 24, p. e20190165, 13 jan. 2020. Acesso: 18 abr. de 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/5YJgv9xkynpbD9CsVvLCCpp/?lang=pt>

SILVA JÚNIOR, José Davison da. MÚSICA, SAÚDE E BEM-ESTAR: AULAS DE MÚSICA E HABILIDADES COGNITIVAS NÃO MUSICAIS. *REVISTA DA ABEM*, [S. l.], v. 27, n. 42, 2019. Disponível em: <https://revistaabem.abem.mus.br/revistaabem/article/view/798>. Acesso em: 20 abr. 2024.

Financiamento:

Não se aplica.

Agradecimentos:

Não se aplica.