

MUSICOTERAPIA E A PROMOÇÃO DE SAÚDE EM IDOSOS

Saúde

Universidade Estadual do Norte do Paraná (UENP)

SOARES, S. C.¹; SILVA, G. H. C.²; SCZEPANSKI, F. ³, BRUNNQUELL, C. R.⁴

RESUMO

O número de idosos no Brasil vem crescendo a cada ano. Embora envelhecer não seja sinônimo de doença, sabe-se que grande parte dos idosos apresentam alguma comorbidade. Desta forma, destacam-se intervenções terapêuticas que promovam o envelhecimento saudável, e, conseqüentemente, melhorem as condições de vida e saúde. Dentre estas intervenções, a música destaca-se como um recurso para ações de promoção da saúde. Portanto, o objetivo deste programa é proporcionar aos internos do Asilo São Vicente de Paulo de Jacarezinho promoção da saúde, através da musicoterapia, além de estabelecer relação entre os acadêmicos da Universidade Estadual do Norte do Paraná (UENP) e a comunidade, conduzindo à socialização entre os internos, e entre esses e a equipe de saúde, contribuindo para uma melhor abordagem terapêutica e propiciando à equipe uma visão holística do indivíduo. São realizadas sessões presenciais de musicoterapia no Asilo São Vicente de Paula – Jacarezinho, por 25 acadêmicos do Curso de Fisioterapia, com duração de duas horas por sessão, com violão e canto, duas vezes por semana, além de reuniões e ensaios semanais para preparação das sessões. Acredita-se que o programa tem alcançado seus objetivos, levando à socialização e melhorando a comunicação, relacionamento, aprendizagem, mobilização, expressão e organização física, emocional, mental, social e cognitiva dos internos do asilo, promovendo saúde, além de trazer benefícios aos acadêmicos, que trabalham a capacidade de humanizar o atendimento, essencial para sua futura vida profissional. Assim, podemos concluir que o programa está contribuindo para a modificação da realidade dos idosos do Asilo São Vicente de Paula-Jacarezinho/PR e dos acadêmicos envolvidos.

Palavra-chave: envelhecimento; música; tratamento.

¹ Sarah Cristina Soares, vínculo (aluno [Fisioterapia]).

² Gabriel Henrique Costa da Silva, vínculo (aluno [Fisioterapia]).

³ Felipe Sczepanski, vínculo (servidor docente [Odontologia]).

⁴ Cláudia Roberta Brunnquell Sczepanski, vínculo (servidor docente [Coordenador]).

1 INTRODUÇÃO

O número de idosos no Brasil vem crescendo a cada ano. Em 2021, o Brasil passou a ter mais de 10% da sua população com mais de 65 anos, ou seja, aproximadamente 21,6 milhões de pessoas (IBGE, 2022).

Embora envelhecer não seja sinônimo de doença, sabe-se que grande parte dos idosos apresentam alguma comorbidade. Com o envelhecimento, ocorrem modificações morfofuncionais que reduzem a vitalidade e podem favorecer o aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis, além de transformações de natureza psicológica, emocional, social e espiritual (PSCHEIDT; PEREIRA, 2021).

Portanto, para o envelhecimento saudável, deve-se otimizar as oportunidades para a saúde, participação e segurança, melhorando a qualidade de vida, com enfoque no desenvolvimento e manutenção da capacidade funcional, permitindo o bem estar em idosos (OMS, 2015).

Desta forma, destacam-se intervenções terapêuticas que promovam o envelhecimento saudável, e, conseqüentemente, melhorem as condições de vida e saúde. Dentre estas intervenções, a música destaca-se como um recurso para ações de promoção da saúde (GOMES; AMARAL, 2012; ARAÚJO et al., 2016).

Atividades musicais regulares são muito promissoras, melhorando o humor e impactando positivamente na qualidade de vida e no bem-estar dos idosos, promovendo empoderamento, autonomia e coesão social dos mesmos (CLEMENTES-CORTÉS, 2020).

Assim, este programa de extensão, além de ajudar a comunidade envolvida, pode favorecer o desenvolvimento de um espírito mais humanista nos acadêmicos, capacitando-os em relação a avaliação geral e cuidados físicos e mentais com a população atendida, chamando atenção para esse tema, com possibilidade de pesquisas acerca do mesmo, formando profissionais comprometidos, integrando a extensão com a pesquisa e ensino.

Portanto, o objetivo do programa é proporcionar aos internos do Asilo São Vicente de Paulo de Jacarezinho promoção da saúde, através da musicoterapia, além de estabelecer relação entre os acadêmicos da Universidade Estadual do Norte do Paraná (UENP) e a comunidade, conduzindo à socialização entre os

internos, e entre esses e a equipe de saúde, contribuindo para uma melhor abordagem terapêutica e propiciando a equipe uma visão holística do indivíduo.

2 METODOLOGIA

O programa conta com a participação de 25 acadêmicos do Curso de Fisioterapia que se deslocam para o asilo duas vezes por semana para a realização das sessões, cantando e tocando instrumentos, tanto na ala feminina quanto na ala masculina, do Asilo São Vicente de Paula – Jacarezinho. Ao final das sessões também é realizado um feedback com os residentes a respeito das músicas escolhidas e o que querem para futuras sessões.

O público alvo são os internos do Asilo São Vicente de Paula – Jacarezinho, do sexo feminino e masculino, que, com consentimento, participam de sessões de musicoterapia, com duração de duas horas. As músicas são escolhidas pelos integrantes do programa e pelos internos e trazem mensagens de esperança e fé, com intuito de restaurar a perseverança dos participantes, além de promover qualidade de vida e alegria aos mesmos.

Para as sessões, o material utilizado é o violão, disponibilizado pelos participantes. Após cada sessão, os acadêmicos se reúnem no formato remoto para discutirem sobre as músicas apresentadas na próxima sessão.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

As atividades proporcionam aos participantes bem estar; facilitam a comunicação e expressão, além de socialização, contribuindo para uma melhor abordagem terapêutica e percepção holística da equipe.

Através da música e da atenção oferecida, a presença dos acadêmicos leva a mudança na rotina dos idosos, causando alegria e, conseqüentemente, melhor organização emocional e mental, promovendo saúde e qualidade de vida.

Esses resultados são observados quando os internos pedem à equipe que aconteçam mais encontros e quando se reúnem, cantam e dançam de forma interativa e escolhem a música que gostariam de ouvir, fazendo os idosos buscarem na memória uma música que eles gostavam e assim reviver o sentimento bom que aquela música trás. Desta forma, acredita-se que esta população está sendo atingida favoravelmente.

Para os estudantes, o programa proporciona socialização, melhor conhecimento de um possível futuro ambiente de trabalho, além de desenvolver humanização, por contribuir com a melhora do ambiente em que os internos vivem, levando alegria e diversão.

Assim, nossos resultados corroboram com estudos que têm mostrado que a musicoterapia pode levar ao desenvolvimento social, afetivo, profissional, e, principalmente, da saúde, tendo como consequência o relaxamento, estimulação da criatividade, melhoria na qualidade do sono, melhor espontaneidade, diminuição da dor física e emocional e melhora na qualidade de vida, impactando na vida dos idosos e estudantes (SOUZA; SILVA, 2010; ARAÚJO, 2013).

Também, como resposta à música, estudos mostraram reduções nos níveis de cortisol circulante, gerando reações motoras, hormonais e sensoriais, que podem promover bem-estar e respostas positivas à tratamentos, assim como demonstrado em nossos resultados (NATER et al., 2006; LE ROUX; BOUIC; BESTER, 2007; CAMPOS e NAKASU, 2016).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O programa tem alcançado seus objetivos, levando à socialização e melhorando a comunicação, relacionamento, aprendizagem, mobilização, expressão e organização física, emocional, mental, social e cognitiva dos internos do asilo, promovendo saúde, além de trazer benefícios aos acadêmicos, que trabalham a capacidade de humanizar o atendimento, essencial para sua futura vida profissional.

Assim, podemos concluir que o programa está contribuindo para a modificação da realidade dos idosos do Asilo São Vicente de Paula-Jacarezinho/PR e dos acadêmicos envolvidos.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, L. F.; SANTOS, L. M. S.; AMARAL, E. de B.; CARDOSO, A. C. A.; NEGREIROS, F. A musicoterapia no fortalecimento da comunicação entre idosos institucionalizados. **Revista Kairós-Gerontologia**. v. 19, n. 22, p. 191-205, 2016.

ARAÚJO, T. C.; SILVA, L. W. S. MUSIC: A CARE STRATEGY FOR PATIENTS IN INTENSIVE CARE UNIT **Journal of Nursing**, v. 7, n. 5, p. 1319-1325, 2013.

CAMPOS, L. F.; NAKASU, M. V. Efeitos da Utilização da Música no Ambiente Hospitalar: revisão sistemática. **Revista Sonora**, v. 6, p. 9-19, 2016.

CLEMENTES-CORTÉS, A. Understanding the Continuum of Musical Experiences for People With Dementia. **Music and Dementiap**. p. 3-23, 2020.
GOMES, L.; AMARAL, J. B. Os Efeitos da Utilização da Música para os Idosos: Revisão Sistemática. **Revista Enfermagem Contemporânea**. v. 1, n. 1, p. 103-117, 2012.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censos 2021**. Rio de Janeiro: IBGE, 2022.

LE ROUX, 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**, v. 44, n.2, p. 156–168, 2007.

NATER, U. M.; ABBRUZZESE, E.; KREBS, M.; EHLERT U. Sex differences in emotional and psychophysiological responses to musical stimuli. **International Journal of Psychophysiology**, v. 62, n.2, p. 300-308, 2006.

OMS – ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Resumo do Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde**, 2015.

PSCHEIDT, T. S.; PEREIRA, P. A. A Música como Prática Integrativa Complementar em Idosos Institucionalizados. **Saúde Meio Ambiente**, v. 10, p. 16-28, 2021.

SOUZA, Y. R.; SILVA, E. R. Efeitos psicofísicos da música no exercício: uma revisão. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, v. 3, n. 2, p. 33-45, 2010.