

A MUSICOTERAPIA NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

Francisco Fernandes¹; Maria Eduarda Falcão Paniz²; Maria Helena Gehlen³;
Naiana dos Santos⁴

RESUMO

Este artigo tem como principal função, disponibilizar informações importantes sobre a musicoterapia frente o envelhecimento saudável e ativo, bem como o seu uso na população acometida por comorbidade reduz os danos psicológicos e motores, promove o bem estar e dispõe de qualidade de vida. Esses danos manifestam-se devido a mudanças durante as fases da vida, desde uma perda na infância, adolescência e até mesmo quando se trata de perdas irreversíveis como, por exemplo, a morte. A ONU (Organização das Nações Unidas) tem como principal meta dispor de um envelhecimento com mais recursos assistenciais, tornando esse processo mais digno e provido de bem estar. Sendo assim, a musicoterapia vem sendo um método que tem mostrado grande aderência pelos profissionais da área de gerontologia.

Palavras-chave: Enfermagem Gerontológica; Idoso; Musicoterapia.

Eixo Temático: Atenção Integral e Promoção à Saúde (AIPS)

1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento caracteriza-se por mudanças físicas e psicológicas, bem como perdas e traumas, que acabam contribuindo para a incapacidade de desenvolvendo atividades de vida diária, aumentando a vulnerabilidade para patologias (FONSECA, 2006). Atualmente, o processo de envelhecimento tem deixado de ser motivo de incômodo, pois a população tem procurado maneiras de envelhecer de forma saudável, buscando entender como esse processo ocorre e aprendendo que ele é natural e inadiável (BRASIL, 2003).

Apesar da maioria da população idosa procurar recorrer envelhecer de forma sadia, a atual realidade brasileira também mostra uma considerável mudança no índice demográfico com um crescimento elevado do número de idosos que necessitam de cuidados direcionados (ROSSETO, 2018). Sendo assim, os profissionais que trabalham na área de gerontologia têm buscado novos métodos

para proporcionar o bem-estar aos idosos, e com isso a qualidade do serviço vêm se aperfeiçoando em busca de resultados eficazes na promoção da saúde no que se diz respeito ao processo de envelhecimento (KOVÁCS, 2010).

A musicoterapia é um método que vem sido utilizado cada vez mais em instituições de longa permanência de idosos, depois que diversos estudos comprovaram a eficácia no tratamento com música (DIAZ; JARAMILLO; JUSTEL, 2019). Desde então projetos de pesquisa, congressos e até mesmo especializações, pós-graduações e mestrados sobre o tema vem sido cada vez mais recorrente.

Tem como principal objetivo trazer de maneira perspicaz o bem-estar físico e mental, trabalhando suas potencialidades, proporcionando melhora até mesmo na funcionalidade nas atividades de vida diária do idoso (DIAZ; JARAMILLO; JUSTEL, 2019). Segundo Pinto, Silva, Munk & Souza (2006), a principal função da musicoterapia é trabalhar a função cognitiva e motora, criando assim, maneiras de reabilitar os movimentos do corpo que se perdem durante a vida. Além desses movimentos, a perda gradativa de memória também se torna presente na rotina da pessoa idosa, sendo ela mais agressiva em alguns casos. São alterações que podem trazer malefícios e dificuldades nas funcionalidades diárias. Através de estudos, é possível reconhecer que o lobo temporal é uma área associada à memória e a audição, ou seja, a intensa utilização da música como fator estimulante pode trazer benefícios ao idoso (LEVITIN, 2010).

Segundo Diaz (2019), existem precedentes para a efetividade da musicoterapia na melhoria da qualidade de vida de idosos com e sem déficit cognitivo, bem como na população em geral, uma vez que resultados positivos de variáveis como transtornos de comportamento ou ansiedade, já foram estabelecidos. No entanto, existem outras variáveis analisadas por pesquisas que apresentam resultados contraditórios ou efeitos moderados, apresentando tendências e não indicadores estatísticos, como sintomas de depressão ou indicadores de qualidade de vida. No entanto, deve-se destacar que as pesquisas realizadas até o momento enfocam pacientes com demência, nesse sentido, surge o questionamento sobre o efeito da estimulação musicoterápica em outras dimensões, como a qualidade de vida do idoso.

Nesse sentido, o Projeto “Educação Interprofissional: Promoção do Bem Estar e da Funcionalidade em Idosos”, desenvolvido na Instituição de Longa Permanência para Idosos, utiliza por meio remoto a musicoterapia como um estímulo ao conforto e bem estar no momento pandêmico. Os acadêmicos envolvidos no projeto buscam esses novos métodos de trabalhar a funcionalidade cognitiva e motora das institucionalizadas de um lar de longa permanência, através de pesquisas e de práticas baseadas em evidências, as quais mostraram resultados significativos, aperfeiçoando cada vez mais a aplicabilidade da musicoterapia. Como futuros profissionais, visamos não só a qualidade de trabalho, mas também no vínculo que se estabelece entre o profissional e quem irá receber os cuidados.

O objetivo do presente estudo é sobre a importância de socializar e a vivência acadêmica ao utilizar a musicoterapia em uma instituição de longa permanência para idosos no período pandêmico.

2. METODOLOGIA

O presente artigo trata-se de um relato de experiência, realizado em um lar de longa permanência para idosos, em um município da região central do Rio Grande do Sul. As atividades realizadas no lar, são executadas por acadêmicos de Enfermagem e Medicina da Universidade Franciscana de Santa Maria, através do projeto “Educação Interprofissional: Promoção do Bem-Estar e da Funcionalidade em Idosos”.

O projeto teve em 2018, pelos acadêmicos do curso de Enfermagem juntamente com a professora orientadora das aulas práticas que aconteciam no local, após, os acadêmicos de curso de Medicina foram convidados para integrar o grupo, na intenção de formar uma equipe maior e com mais apoio. Desta forma, foi criado o Projeto Viva +, com o intuito de promover a saúde e o bem-estar das institucionalizadas, realizando ações como musicoterapia, momentos de diálogo, práticas com desenhos e tintas e agraços, os quais levam em conta a preferência particular de cada uma delas.

Devido a atual pandemia da Covid-19, foi necessário que houvesse algumas adaptações nas ações, pois o contato e as visitas foram temporariamente suspensas. Deste modo, semanalmente são efetuadas vídeo chamadas para

atendimento de enfermagem, promovendo diálogos e escuta para fortalecimento de vínculos, aniversários virtuais com bolos e presentes, enviados de forma segura, prática da musicoterapia, onde elas escolhiam as músicas e juntos catávamos. Além disso, houve a escrita online de cartas pelos organizadores do projeto, sendo uma maneira para que não as sentissem esquecidas. A psicóloga da instituição era nosso meio de contato para enviarmos os presentes e auxiliando na promoção do conforto, bem-estar e funcionalidade.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Durante a execução da musicoterapia, notou-se grande apreço pela prática, tornando a ação um momento de reflexão e bem-estar tanto físico como psicológico. Além da aceitação das institucionalizadas, criaram-se vínculos afetivos pela equipe do lar de longa permanência, o qual nos possibilitou e possibilita até hoje, que nossas práticas sejam cada vez mais aceitas e reconhecidas. As músicas antigas e nativas foram as mais pedidas, e que promoveu o melhor bem-estar.

É de grande notabilidade que os profissionais da área da saúde que trabalham e convivem com idosos tenham conhecimento da importância de novos métodos a serem utilizados para a promoção do bem-estar em lares de longa permanência de idosos, visando a melhora na prestação de serviços bem como a melhora no vínculo afetivo, o qual interfere diretamente na qualidade de vida do idoso. As ações realizadas refletem um efeito positivo a nível de memória, atividades de vida diária, comunicação, regulação do humor, diminuição na ansiedade e melhora no sistema motor (AHESSY, 2017).

A música, por sua função, envolve de forma ativa, contagia, cria e fortalece relacionamentos, atuando como uma forma de prevenção de doenças que se fortalece da sua criatividade, da sua socialização, resgata sua memória emocional e sua história de vida (NEMES; VAGETTI, 2015).

Essa atividade nos proporcionou atendimentos de enfermagem menos monótonos, assim como para elas, humor menos agressivo e mais expressivo, motricidade e fala estimulada em razão disso, podem ser um meio eficaz de combater o declínio cognitivo relacionado à idade.

4. CONCLUSÃO

Ao socializar considera-se o uso da musicoterapia um método eficaz para a melhora das atividades de vida diária das institucionalizadas e com isso ressalta-se a visível melhora da cognição e memória das institucionalizadas, as quais com o passar dos anos perdem sua mobilidade devido a patologias e comorbidades que enfrentam durante sua vida. A musicoterapia tem relação com emoções e com o bem-estar geral do indivíduo, afetando positivamente seu bom rendimento diário que antes tornavam-se grandes desafios a serem enfrentados.

Como acadêmicos, buscamos essa melhora baseando-se sempre nas necessidades evidenciadas na rotina individual de cada um. Encarando como um desafio a ser cumprido, toda etapa a ser desvendada se torna uma nova conquista, e assim conseguimos nos qualificar cada vez mais no que se refere a prática de terapia com música, podendo assim acompanharmos de perto todo retorno que nos é dado.

REFERÊNCIAS

AHESSY, B. Song writing with clients who have dementia: A case study. *The Arts in Psychotherapy*, v. 55, p. 23–31, 2017.

BRASIL. Plano de ação internacional sobre o envelhecimento, 2002/Organização das Nações Unidas. Tradução de Arlene Santos, revisão de português de Alkmin

Cunha; revisão técnica de Jurilza M.B. de Mendonça e Vitória Gois – Brasília: Secretária Especial dos Direitos Humanos, 2003.

DIAZ, A.; LEMOS V., JUSTEL, A. Benefits of Music Therapy in the Quality of Life of Older Adults. *Rev. Cienc. Salud*, Bogotá, v. 17, n. 3, p. 9-19, 2019.

FONSECA, A. M. O envelhecimento: Uma abordagem psicológica. 2ª ed. Lisboa: Universidade Católica Editora, D.L. p. 206, 2006. ISBN 978-972-54-0150-7. (Campus do Saber; 8).

KOVÁCS, M. J. Morte e desenvolvimento humano. Bol. Acad. Paulista de Psicologia, São Paulo, Brasil - v. 33, n. 85, p. 243-253, 2010.

LEVITIN, D. J. A música no seu cérebro: a ciência de uma obsessão humana. Trad. Clóvis Marques. 2 ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2010.

NEMES, M. C.; VAGETTI, G. C. Musicoterapia, saúde e idoso: uma revisão sistemática dos últimos 15 anos. Encontro anual de iniciação científica. V seminário de pesquisa e pós-graduação. Curitiba, 2015.

PINTO, S. P.; SILVA, D. P.; MUNK M.; SOUZA, M.G. O desafio multidisciplinar: um modelo de instituição de longa permanência para idosos. São Caetano do Sul, Yendis, 2006. p.279-300.

ROSSETO, T.C. Interface entre a musicoterapia e a terapia ocupacional na estimulação da memória em grupo de idosos. Monografia apresentada. Universidade de Ribeirão Preto. 2008.