A PRÁTICA DA MUSICOTERAPIA EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA¹

Júlia Oliveira Silveira²; Luiza Fortes Lamberty³; Morgana Aline da Silva⁴; Vitória Vargas⁵; Maria Helena Gehlen⁶

RESUMO

Objetivo: relatar através desta atividade a experiência de proporcionar sensação de conforto, acolhimento e o envolvimento dos idosos na ativação da memória, percepções rítmicas e atividades recreativas por intermédio da musicoterapia. Metodologia: Trata-se de um relato de experiência, desenvolvido a partir da implicação das acadêmicas de enfermagem no estabelecer de vínculo juntamente das assistidas de uma instituição de longa permanência, O Lar das Vovozinhas na cidade de Santa Maria - Rio Grande do Sul. Resultados: A partir da atividade proposta de relacionar a música como terapia integrativa para idosos, ativar os processos sensoriais e de memória, exercita o cérebro e disponibiliza benefícios emocionais. Devido a situação pandêmica, a atividade integrativa foi conduzida às idosas da instituição, sendo desenvolvida de forma multiprofissional, por meio de cartas com as letras das músicas. Considerações Finais: Ademais, conclui-se que musicoterapia se caracteriza como uma metodologia que garante não só a melhora da qualidade de vida das assistidas, mas também disponibiliza de sentimentos nostálgicos e vínculo com as acadêmicas. Apesar de ser uma temática trabalhada na academia, deve ser desenvolvida e implementada dentro do serviço, a fim de disponibilizar de assistências integrais, humanizadas e singulares.

Palavras-chave: Enfermagem; Idoso; Práticas Integrativas Complementares de Saúde; Multiprofissionalidade.

ABSTRACT

Objective: to report through this activity the experience of providing a sense of comfort, welcome and involvement of the elderly in the activation of memory, rhythmic perceptions, and recreational activities through music therapy. Methodology: This is an experience report, developed from the involvement of nursing academics in establishing a bond with those assisted by a long-stay institution, O Lar das Vovovinhas in the city of Santa Maria - Rio Grande do Sul. Results: From the proposed activity of

¹ Relato desenvolvido como atividade para uma disciplina da graduação de enfermagem.

² Acadêmica do Curso de Enfermagem. Universidade Franciscana - UFN. E-mail: julia.silveira@ufn.edu.br

³ Acadêmica do Curso de Enfermagem. Universidade Franciscana - UFN. E-mail: luizaflamberty@gmail.com

⁴ Acadêmica do Curso de Enfermagem. Universidade Franciscana - UFN. E-Mail: morgana.a.dasilva@gmail.com

⁵ Acadêmica do Curso de Enfermagem. Universidade Franciscana – UFN. E-mail: vitoriavargas1710@gmail.com

⁶ Doutora em Gerontologia Biomédica. Especialista em Saúde do Idoso. Enfermeira docente do Curso de Graduação em Enfermagem. Universidade Franciscana – UFN. E-mail: mah@ufn.edu.br

relating music as integrative therapy for the elderly, activating the sensory and memory processes, exercises the brain and provides emotional benefits. Due to the pandemic situation, the integrative activity was conducted to the elderly of the institution, being developed in a multiprofessional way, through letters with the lyrics of the songs. Final Considerations: It is also concluded that music therapy is characterized as a methodology that guarantees not only the improvement of the quality of life of those assisted, but also makes available nostalgic feelings and links with the academic. Although it is a theme worked on in the academy, it must be developed and implemented within the service, to provide integral, humanized and unique assistance.

Key Words: Nursing; Elderly; Complementary Integrative Health Practices; Multiprofessionality.

1. INTRODUÇÃO

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2019) o Brasil tem mais de 28 milhões de idosos, número que representa 13% da população do país. E esse percentual tende a dobrar nas próximas décadas. Assim como o número de idosos cresce ao longo dos anos, a forma de viver também muda e hoje é nítido como o envelhecimento ativo faz parte desse meio, ele é o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas se encontram mais velhas (SBGG, 2019).

Na atualidade o surgimento de pesquisas sobre novas intervenções de caráter terapêutico, preventivo e de reabilitação com o intuito de promover o envelhecimento ativo e funcional, assim como proporcionar qualidade de vida, tem por finalidade recuperar, manter e promover a autonomia e a independência do idoso, através de medidas coletivas e individuais de saúde. Os tratamentos alternativos, ou seja, as terapias complementares e de cuidado à saúde, como são conhecidas, vem obtendo reconhecimento da população e da sociedade formal quanto à experiência com o processo adoecimento-cuidado-cura e reequilíbrio do paciente nos momentos atuais.

A procura por estas terapias complementares possui maior relevância nos países pobres devido a adequação cultural, fácil acesso da população, quando comparada a dificuldade do acesso à saúde hospitalar e o custo elevado de um atendimento digno nesses países. Possuem um grande enfoque nas ações de promoção da saúde, buscando valorizar estratégias de aumento da autoestima, capacidade de adaptação ao meio e melhoria na trata-se de um híbrido entre arte e saúde e serve para promover a comunicação, expressão e aprendizado. Além disso, busca

facilitar a organização e a forma de se relacionar dos seus pacientes (BRASIL, 2018). qualidade de vida (GOMES, AMARAL; 2012).

Antes de falarmos sobre a musicoterapia na longevidade, é importante entender o significado da mesma. A musicoterapia

Os benefícios clínicos da musicoterapia abrangem diversas dimensões psicológicas do indivíduo idoso, tais como, o desenvolvimento de competências de expressão pessoal, participação social e gestão comportamental. Mostram-se eficazes as intervenções por meio da música realizada com os longevos, pois estabelece um canal de comunicação não-verbal por meio do som e da música, torna-se ferramenta valiosa de intervenção terapêutica para com o paciente (LEITE et al., 2018).

Usada como recurso em terapia complementar, a musicoterapia vem ganhando espaço entre os métodos não invasivos de assistência multiprofissional em vários países e níveis de atenção em saúde. A equipe multiprofissional desenvolve técnicas voltadas a melhorar a qualidade de vida de pacientes (ASSUNÇÃO; ROCHA; FILHO, 2020) através disso, as ações em equipe visam proporcionar um envelhecimento saudável à população permitindo a condução de uma senescência com melhor qualidade de vida e a prevenção ao surgimento de doenças, a equipe multiprofissional mostra-se de suma importância nesse processo de cuidado (LIMA et al., 2019).

2. OBJETIVO

Relatar através desta atividade a experiência de proporcionar sensação de conforto, acolhimento e o envolvimento dos idosos na ativação da memória, percepções rítmicas e atividades recreativas por intermédio da musicoterapia.

3. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência, desenvolvido a partir da implicação das acadêmicas de enfermagem no estabelecer de vínculo juntamente das assistidas de uma instituição de longa permanência, O Lar das Vovozinhas na cidade de Santa Maria - Rio Grande do Sul. Este trabalho foi desenvolvido através da vivência de contemplar as perspectivas das

terapias integrativas complementares na saúde que permitam às idosas um ambiente acolhedor conduzindo a sensações nostálgicas e sentimentais de sua juventude.

Esse tipo de estudo foi realizado como atividade teórico-prática para a disciplina de Assistência Integral à Pessoa Idosa do Curso de Enfermagem da Universidade Franciscana – UFN, cursada ao longo do segundo semestre de 2020, constituindo uma ferramenta potente no processo de aprendizado na área da saúde, por apresentar experiências reais que nos colocam dentro do processo do cuidado.

O relato de experiência se traduz em texto acadêmico que descreve precisamente uma dada experiência que possa contribuir de forma relevante para sua área de atuação profissional. Caracteriza-se por uma vivência considerada importante para a formação dos futuros profissionais da área da enfermagem, em seu meio acadêmico e contribui com a discussão, análise e a proposição de estratégias para a melhoria do cuidado em saúde, neste caso específico, com a melhora da qualidade de vida das idosas que estão institucionalizadas na casa de longa permanência (FLICK, 2004).

A escolha de utilizar a temática musicoterapia como terapia integrativa, fora ser considerada para desenvolvimento da atividade, sendo identificada juntamente do grupo organizador e da professora orientadora que está inserida no cenário da instituição; Vale salientar que as atividades foram realizadas no dia previamente estabelecido pela psicóloga da instituição a qual foi mediadora do contato das acadêmicas com as assistidas, por meio da utilização de cartas e vídeo-chamadas em decorrer da situação pandêmica.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da atividade proposta de relacionar a música como terapia integrativa para idosos, o grupo, denominada de musicalizando, consiste em unir cartas com letras de músicas da época característica dos pacientes. Em meio pandêmico o contato social se torna restrito e assim por meio de cartas é possível aproximar e estabelecer vínculo afetivo com os leitores, as cartas são um dispositivo utilizado para fortalecer a imaginação, criatividade e concentração; ativando os processos sensoriais e de memória, exercita o cérebro e traz muitos benefícios emocionais.

A atividade consistiu na escrita de cartas nas quais constavam fragmentos de letras de músicas que fizeram parte da época dos idosos e que lhe tragam boas memórias; as cartas foram entregues aos idosos para que posteriormente fossem lidas por eles e/ou pelos responsáveis. Foi orientado aos idosos que as cartas fossem lidas preferencialmente no ritmo da música para que houvesse envolvimento do leitor e do expositor, desenvolvendo uma sensação de conforto.

Devido a situação pandêmica, a atividade integrativa foi conduzida às idosas da instituição, sendo desenvolvida de forma multiprofissional. Para as acadêmicas de enfermagem, coube o planejamento; a implementação da mesma fora direcionada aos profissionais da terapia ocupacional que atuam diretamente com as longevas da instituição. A partir da realização da atividade, ficou designada a equipe atuante na instituição, efetuar a avaliação e o retorno da ação implementada para posteriormente os resultados sejam explorados e compartilhados pelas acadêmicas.

A realização do trabalho possibilitou uma experiência muito agradável tanto para as acadêmicas quanto para as assistidas, momentos emocionantes onde fatores espirituais e emotivos se fizeram presentes. As músicas escolhidas por serem de tempos antigos, denominados por elas, como nossa época, trazem além da boa música, lembranças de momentos da vida nas quais foram executadas junto de seus familiares na sua rotina antiga, que agora no momento não fazem mais parte de suas atividades diárias, possibilitando assim uma incomparável experiência diversificada em sentimentos.

Para realizar nossa atividade, nos embasamos em uma dinâmica já realizada pela Secretaria Municipal de Saúde do município de Campo Grande - Minas Gerais em consonância da UBSF com o apoio do NASF. O mesmo é desenvolvido em encontros quinzenais com idosos da área de abrangência da unidade; a dinâmica com idosos de musicoterapia através do estilo “Roda de conversa”, busca promover saúde e prevenir doenças, utilizando a música como instrumento terapêutico.

Desta maneira é realizada por uma equipe multiprofissional, composta por fonoaudióloga, médica, enfermeira e assistente social juntamente da equipe de técnicos em enfermagem, ACS e administrativos. O projeto possuía como objetivo inicial criar um coral, mas ao longo dos encontros, a percepção de que o canto informal com músicas de épocas trouxe

o resgate de memória emocional e histórias de vida, fortalecendo nos idosos a identidade e a autoestima.

Entre os idosos que compõem o grupo alguns tocam violão e pandeiro, o que contribui para a socialização, é notável a compreensão que os encontros dispõem de satisfação e alegria para o grande grupo, aliviando o estresse e a ansiedade, principalmente aos pacientes portadores de transtorno depressivo, além disso, desenvolve a potencialidade, o saber popular e cultural, melhorando a integração interpessoal e consequentemente a elevação da autoestima e qualidade de vida.

A musicoterapia em idosos é uma terapia auto expressiva com forte atuação nas funções cognitivas. Trabalha a memória e os sentimentos marcantes de toda uma vida. Contribui diretamente para o envelhecimento ativo, pois proporciona aos idosos um contato com seu poder criativo, com suas potencialidades, fortalecendo suas atividades, a identidade e a melhora da sua autoestima.

A musicoterapia permite por meio da criatividade, música, comunicação, fortalecer as características pessoais e sociais do idoso, estimulando e resgatando sentidos, sentimentos e memórias que proporcionam o envelhecimento saudável. A música tem como papel principal animar e alegrar o ambiente em que as idosas vivem. É um elemento motivador que pode auxiliar na prevenção de doenças e contribuir na manutenção da funcionalidade do sistema motor.

A memória musical faz com que muitos idosos com quadro de perda de memória e mesmo com o Alzheimer consigam lembrar letras e melodias musicais, o que transforma a musicoterapia em uma atividade fundamental do envelhecimento pois atua diretamente na memória. O trabalho com a música e idosos é um tanto quanto individualista pois relaciona a história de vida e a biografia do idoso. Os benefícios da atividade, além do fator psicológico, atuam no corpo, no planejamento de movimentos que podem auxiliar nas atividades cotidianas. A sintonia rítmica musical incentiva o idoso acompanhar a música com movimentos e expressões corporais tornando a atividade dinâmica e divertida.

5. CONCLUSÃO

O aprendizado disponibilizado pela experiência colaborativa entre as acadêmicas e a equipe multiprofissional, desenvolvido e mediado como atividade da disciplina de Atenção Integral à Saúde do Idoso, se constitui em uma estratégia indutora e (re)significadora dos cuidados integrais, do ser e fazer da assistência de enfermagem em uma instituição de longa permanência.

Entende-se que a vivência contribuiu significativamente na ampliação do conhecimento e do olhar, sobre ações integrativas e complementares de saúde através da utilização de musicoterapia perante as idosas assistidas, assim colabora no envelhecimento ativo e na melhora da assistência da profissão. Essa interligação entre ensino e prática, acadêmicas, equipe e assistidas proporciona um aperfeiçoamento e reflexão do cuidado.

Ademais, conclui-se que musicoterapia se caracteriza como uma metodologia que garante não só a melhora da qualidade de vida das assistidas, mas também disponibiliza de sentimentos nostálgicos e vínculo com as acadêmicas. Apesar de ser uma temática trabalhada na academia, deve ser desenvolvida e implementada dentro do serviço, a fim de disponibilizar de assistências integrais, humanizadas e singulares.

REFERÊNCIAS

ASSUNÇÃO, M.; ROCHA, I.; FILHO, C. Cuidados Paliativos: A Musicoterapia como Método Alternativo na Assistência Multiprofissional. **Política, Planejamento e Gestão em Saúde**. Ponta Grossa, PR: Atena, 2020.

BRASIL, TRIBUNAL DE JUSTIÇA DO DISTRITO FEDERAL E DOS TERRITÓRIOS; **Musicoterapia: o que é, para que serve, como funciona e benefícios**, 2018. Disponível em: <https://www.tjdft.jus.br/informacoes/programas-projetos-e-acoaes/pro-vida/dicas-de-saude/pilulas-de-saude/musicoterapia-o-que-e-para-que-serve-como-funciona-e-beneficios>

FLICK, U. **Uma introdução à pesquisa qualitativa**. 2. ed. Porto Alegre: Bookman, 2004.

GOMES, L.; AMARAL, J. B. Os efeitos da utilização da música para os idosos: revisão sistemática. **Revista Enfermagem Contemporânea**. Salvador, dez. 2012; 1(1): 103-117. Disponível em: <http://www.bahiana.edu.br/revistas>

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, **Idosos indicam caminhos para uma melhor idade**, 2019. Disponível em: <https://censo2021.ibge.gov.br/2012-agencia-de-noticias/noticias/24036-idosos-indicam-caminhos-para-uma-melhor-idade.html>

LEITE, JAIR; et al. Musicoterapia como Método para o Fortalecimento das Relações entre Idosos Abrigados em Institutos de Longa Permanência. **Gep News**. V. 2, nº2, p. 108-113, abr./jun., 2018.

LIMA, Maria; et al. Efeitos da atuação multiprofissional na garantia de um envelhecimento saudável. **Revisão Sistemática**. v.8, p. 32-36, 2019.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA. **Envelhecimento Ativo**, 2019. Disponível em: <https://sbgg.org.br/espaco-cuidador/envelhecimento-ativo/>. Acesso em: 10 dez 2020.