

PRÁTICA MUSICAL CONJUNTA COMO RECURSO TERAPÊUTICO EM SAÚDE PÚBLICA

Paulo Roxo Barja¹, Adriana Marques Barja²

Abstract — Since 2011, musical activities have been employed as a therapeutic resource at UNIVAP. The activities consist in joint sessions of music listening, followed by musical practice involving the participation of patients, their caregivers, students, staff and researchers. The work team includes a musician-researcher, an occupational therapist and a physiotherapist, as well as undergraduate students. The project aims to establish a methodology for application of music in the clinical environment, offering to the patients moments of interaction with other patients and caregivers, taking into account their tastes and personal skills, in order to increase their self-esteem and level of socialization. The results obtained include increased communication among the participants, with the group being invited to present music sessions in various events at the university. In this way, the joint musical practice has generated benefits not only for the patients but also for the whole university, increasing integration between staff and users.

Index Terms — group practice, musical practice, popular culture, socialization, therapeutic resource

INTRODUÇÃO

O papel da música como agente terapêutico auxiliar em diversas áreas da saúde tem despertado crescente interesse nas últimas décadas, com pesquisadores enfatizando a importância da música no equilíbrio físico e mental do indivíduo [1]-[3]. Entre os estudos que apontam a eficácia de tratamentos com a utilização de técnicas que trabalham o indivíduo em seus aspectos biopsicossociais, de modo não-fragmentado, a música aparece como elemento de destaque [4].

Com diversos trabalhos publicados, sendo considerado referência mundial no campo da neurologia, o pesquisador Oliver Sacks recolheu ao longo dos anos um grande número de casos que atestam a relevância da música para pacientes em diversas condições, tanto no âmbito físico quanto nos aspectos mental e psicológico [3], [5]. Em certas condições neurológicas, os relatos de Sacks mostram que a audição e/ou execução de música ajuda o indivíduo a obter a concentração necessária para a realização de atividades da vida diária.

A constatação da música como elemento promotor de concentração também foi feita por Leandro e colaboradores [2]. Estes autores enfatizam a importância da adoção de uma equipe multidisciplinar para a execução deste tipo de trabalho, em que a música tocada serve para estimular a “música corporal” dos pacientes, expressa através das palmas, do andar e da manipulação dos instrumentos de percussão.

Quanto ao papel da música na elaboração de um tratamento individualizado, proposta do presente projeto, nosso foco são dois parâmetros musicais básicos: o timbre e o ritmo. Em sua obra “O Ouvido Pensante”, Murray Schafer afirma que “o timbre traz a cor da individualidade”, enquanto “ritmo é direção (...) O ritmo articula um percurso, como degraus – dividindo o andar em partes” [1].

Segundo Storr [6], o efeito dos estímulos sonoros na resposta emocional é muito mais evidente do que o efeito de estímulos visuais. Tendo em vista a potencial redução do estresse e da ansiedade a partir de estímulos musicais, estes passaram a ser utilizados em diversas situações clínicas, inclusive no controle da dor. Entre os mecanismos descritos para explicar esses efeitos estão a indução de relaxamento e a liberação de endorfinas [6]-[7].

A utilização da música na prática terapêutica visa estimular o paciente a realizar os exercícios no ritmo prescrito, ao mesmo tempo suavizando o contexto do atendimento clínico. No caso específico de pessoas portadoras de deficiência física, a manipulação de um instrumento musical representa uma forma não convencional de estimulação sensorial. A produção de som através do exercício motor realimenta o processo musical, reforçando a estimulação sensorial e colaborando assim no processo de reabilitação do paciente.

O presente trabalho se insere no contexto de atividades terapêuticas desenvolvidas numa clínica universitária de práticas supervisionadas, em que as atividades podem envolver práticas artísticas como recurso terapêutico. No campo das artes visuais, por exemplo, a pintura foi a prática adotada para estimular a evolução dos aspectos biopsicossociais de um indivíduo com hemiparesia direita [8]; em outro processo terapêutico também utilizando a pintura, o foco foi a aquisição das habilidades motoras necessárias para o indivíduo alimentar-se com independência [9].

¹ Paulo Roxo Barja, researcher of UNIVAP – Universidade do Vale do Paraíba, Av. Shishima Hifumi 2911, Urbanova, São José dos Campos, SP, Brazil, 12.244-000, paulobarja@ig.com.br

² Adriana Marques Barja, actress of Cia Teatro da Cidade, Rua Netuno 40, São José dos Campos, SP, Brazil, 12.209-010, adrianabarja@ig.com.br

* O presente trabalho foi realizado com o apoio do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico – CNPq – Brasil (Edital Universal, Projeto 474229/2010-6)

Quando se fala de Fisioterapia e Terapia Ocupacional, a evolução do quadro clínico do indivíduo sob tratamento depende em grande parte do esforço e motivação do próprio indivíduo. Isso é um fator importante para explicar o fato conhecido de que o mesmo tratamento, para pessoas em condições semelhantes, tenha níveis distintos de sucesso. Nesse contexto, busca-se a associação de fatores que permitam ao paciente vivenciar seu tratamento do modo mais agradável possível, com reflexos diretos na sua motivação e, conseqüentemente, nos resultados obtidos.

Nos últimos anos, diversas colaborações têm sido realizadas entre a universidade e outras instituições quanto ao atendimento de pessoas portadoras de deficiência, nestes projetos, a música vem sendo empregada com sucesso como recurso terapêutico [8]-[11]. Assim, o trabalho aqui apresentado configura-se como um desdobramento natural do trabalho desenvolvido ao longo do tempo pela equipe.

O presente estudo teve os seguintes objetivos: i) estabelecer uma metodologia de aplicação da música em ambiente clínico, colaborando para um tratamento integral; ii) aumentar a autoestima dos pacientes, levando em conta seus gostos e aptidões pessoais no planejamento e execução das atividades terapêuticas; iii) propor ao paciente um momento de socialização, através da interação com outros pacientes e cuidadores.

MATERIAIS E MÉTODOS

No início de 2011, as atividades musicais foram implementadas como recurso terapêutico auxiliar em ambiente de clínica universitária de práticas supervisionadas. O estudo envolveu, até o momento, cerca de 40 participantes de diferentes faixas etárias, somando-se pacientes da clínica universitária e seus respectivos cuidadores.

Para cada participante que ingressava no grupo de trabalho, inicialmente era feito o levantamento da preferência musical. Nesta fase inicial, os participantes tiveram a oportunidade de ouvir diferentes estilos musicais, passando também por atividades de sensibilização como a identificação de sons graves e agudos e a experimentação dos diversos instrumentos disponíveis no ambiente da clínica. Esta etapa é importante para que ocorra a identificação de cada participante com um instrumento ou conjunto de instrumentos, que a partir deste momento serão os instrumentos utilizados continuamente por aquele participante na prática musical conjunta (com os demais integrantes do grupo).

Os encontros para a prática musical conjunta acontecem semanalmente, sempre no mesmo horário (8h30) e local (Sala de Atividades Corporais da clínica universitária de práticas supervisionadas). Consistem essencialmente na prática conjunta de músicas com diversos instrumentos e voz, envolvendo a participação dos pacientes e seus cuidadores, além dos próprios pesquisadores. A equipe de trabalho é multidisciplinar, envolvendo a presença de um músico, uma terapeuta ocupacional e uma fisioterapeuta,

além de alunos e estagiários que auxiliam no desenvolvimento da pesquisa.

O ambiente de trabalho possui aparelho de som, teclado, violão, viola caipira e um grande número de instrumentos de percussão (reco-reco, tambores, triângulo e outros), incluindo instrumentos de banda musical e instrumentos artesanais como chocalhos e outros, confeccionados na própria clínica a partir de material reciclável.

Enfatiza-se a realização de exercícios terapêuticos envolvendo instrumentos de percussão como chocalhos e outros de fácil manuseio, que possam ser utilizados mesmo por pacientes que apresentem comprometimento em seus movimentos.

Em resumo, a metodologia tem seguido o roteiro:

- Preparação da clínica com os instrumentos adequados à sensibilização e prática musical;
- Definição de repertório-base para a fase inicial do projeto;
- Sensibilização: música na clínica para pacientes e cuidadores;
- Composição e prática conjunta do repertório terapêutico-musical;
- Avaliação contínua das respostas dos participantes.

Para complementar a análise clínica, periodicamente são coletados depoimentos dos participantes, principalmente dos cuidadores, para avaliar a receptividade às práticas propostas e os eventuais reflexos observados na vida cotidiana de cuidadores e pacientes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O trabalho partiu da proposta de se implementar, na clínica universitária de práticas supervisionadas, a utilização da música como recurso terapêutico auxiliar. Após avaliação clínica, constatou-se que a manipulação de instrumentos poderia colaborar, de forma prazerosa, para o exercício dos membros superiores (MMSS) de indivíduos em tratamento na clínica.

A primeira parte do trabalho de musicalização na clínica privilegiou a audição de diferentes estilos musicais, a fim de trabalhar a sensibilização musical e registrar as predileções musicais dos participantes. A partir disso, um repertório-base foi aos poucos definido; além disso, o coordenador do projeto compôs diversas músicas para as sessões de prática musical conjunta, incluindo uma “canção-tema do projeto” que apresenta, ao longo de sua letra, características de cada um dos participantes.

A prática musical conjunta, incluindo a manipulação dos instrumentos e o uso da voz, iniciou-se de modo a estimular o exercício dos membros superiores dos pacientes. No entanto, no decorrer do trabalho, ficou claro para os pesquisadores que, além do exercício físico, iniciava-se – e se fortalecia progressivamente – a interação entre pacientes, acompanhantes e a própria equipe, contemplando assim o objetivo da socialização através do trabalho em grupo (figuras 1 a 5).



FIGURA 1

ENSAIO SEMANAL NA CLÍNICA DE PRÁTICAS SUPERVISIONADAS DA UNIVAP



FIGURA 4

AS APRESENTAÇÕES DO GRUPO NO SAGUÃO DA CLÍNICA SEMPRE BUSCAM ENFATIZAR O ASPECTO LÚDICO – AQUI, A MÚSICA É ACOMPANHADA POR BRINCADEIRAS UTILIZANDO BALÕES COLORIDOS



FIGURA 2

APRESENTAÇÃO REALIZADA NA FESTA JUNINA DA CLÍNICA (JUN/2012)



FIGURA 5

PACIENTES E CUIDADORES ACOMPANHADOS PELA TERAPEUTA OCUPACIONAL E PELO COORDENADOR DO PROJETO



FIGURA 3

PRÁTICA MUSICAL UNINDO PACIENTES E CUIDADORES NA CLÍNICA

Quanto à prática musical conjunta, é importante destacar o fato de que esta opção não anula a individualidade da expressão de cada participante. Na verdade, é mais correto dizer que ocorre até mesmo o contrário: com o tempo, o grupo passa a valorizar a presença (e a personalidade) de cada um de seus componentes, uma vez que cada um é responsável pela presença de determinada(s) música(s) no repertório do grupo. O mesmo ocorre com os instrumentos: a “orquestra” é composta a partir da contribuição de cada um tocando o “seu” instrumento.

Neste sentido, o simples fato de se respeitar a escolha e o gosto musical do indivíduo faz com que este se sinta valorizado, contribuindo assim para o aumento da autoestima, outro dos objetivos propostos.

Deste modo, observa-se que o emprego da música na prática terapêutica, com a participação do próprio paciente na construção sonora e execução em conjunto com a equipe, permite o estabelecimento de vínculo afetivo entre paciente, acompanhante e equipe, aumentando também a autoestima do paciente. Todos estes fatores colaboram para uma evolução positiva do quadro clínico.

CONCLUSÃO

O projeto segue em andamento, mas já demonstra como a música é um importante meio de expressão e de trabalho no ambiente clínico. O desenvolvimento do trabalho permite concluir que a prática musical pode ser um excelente recurso terapêutico ocupacional, pois colabora com a autoestima dos pacientes, devido à liberdade de escolha e desenvolvimento de competências motoras – e musicais.

Desde o início do projeto, já é possível concluir que, além do ganho evidente em termos da autoestima, o projeto tem propiciado um sensível aumento na socialização de todos os frequentadores da clínica – não apenas pacientes e cuidadores, como até mesmo alunos e funcionários que acabam sendo atingidos, ainda que indiretamente, pela prática musical semanal no ambiente da clínica. Estes resultados justificam a proposta de continuidade do projeto por tempo indeterminado, com a abertura de diversas perspectivas para a sequência do trabalho. Entre elas, está a gravação em cd das “músicas de cada um”, com os mesmos arranjos utilizados nas práticas musicais conjuntas, para permitir que, sob assistência do(s) cuidador(es) – em geral a própria família – o paciente possa dar continuidade, em casa, à prática musical desenvolvida no ambiente da clínica universitária.

AGRADECIMENTO

À direção da Faculdade de Ciências da Saúde (FCS) da UNIVAP, pelo apoio em todas as etapas do projeto e, em particular, pela disponibilização do ambiente de trabalho e da equipe de suporte.

REFERÊNCIAS

- [1] SCHAFER, R.M. “Limpeza de Ouvidos”. In: *O Ouvido Pensante*. SP: Fundação Editora da UNESP, 1991, p.67-95.
- [2] LEANDRO, J.A. *et al.* “Promoção da Saúde Mental: música e inclusão social no Centro de Atenção Psicossocial de Castro/PR”, *Conexão UEPG*, Vol.3, 2007, pp.57-61.
- [3] SACKS, O. *Alucinações musicais*, SP: Companhia das Letras, 2007.
- [4] LOURO, V. “Educação Musical e deficiência: quebrando os preconceitos”. Disponível em <http://www.musicaeinclusao.com.br/xmedia/artigos/Educacao_musical_e_deficiencia_quebrando_os_preconceitos.pdf> Acessado em 06/01/2013.
- [5] SACKS, O. *O Homem que Confundiu sua Mulher com um Chapéu*. SP: Companhia das Letras, 1997.
- [6] STORR, A. “Music, Brain and Body”. In: *Music and the Mind*. New York: Free Press, 1992, pp.24-48.
- [7] LEÃO, E. R.; SILVA, M. J. P. “Música e dor crônica músculoesquelética: o potencial evocativo de imagens mentais”. *Rev. Lat. Amer. Enferm.*, Vol.12, No.2, 2004, pp.235-241.
- [8] BARJA, A. M.; CAMPOS, H. A. R.; BARJA, P. R.; MICHALICHEN, M. L. A. “Assumindo a diferença: saúde através das telas”, *Revista Univap*, Vol.13, 2006, pp.619-622.
- [9] BARJA, A. M.; BARJA, P. R.; FRANCISCO, N. P. “Trocando os pés pelas mãos: a reabilitação física através da pintura”. In: *XI Congresso Latino-Americano de Iniciação Científica e VII Encontro de Pós-Graduação - O Paradigma do Desenvolvimento Sustentável - Anais de Trabalhos Completos*, UNIVAP, 2007, pp.1696-1699.
- [10] BARJA, A. M.; BARJA, P. R. “Banda de Lata: quando barulho é sinal de saúde”. *Revista Univap*, Vol.13, 2006, pp. 639-641.
- [11] FULLY TEIXEIRA, F. L.; BARJA, P.R. “Percepção Musical em Crianças e Pré-adolescentes”. In: *XIII Congresso Latino-Americano de Iniciação Científica e IX Encontro de Pós-Graduação - Ciência e Ética: O Paradigma do Século XXI - Anais de Trabalhos Completos*, UNIVAP, 2009, pp.1360-136.