

A MÚSICA COMO FERRAMENTA DE REABILITAÇÃO COGNITIVA E PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL: UMA EXPERIÊNCIA DE ESTÁGIO

Jéssica Caroliny Melo da Silva ¹
Amanda Rouse Temóteo Gomes Araújo ²
Carlinda Cordeiro de Micena Neta ³
Caroline Vitória Firmiano dos Santos ⁴
Caroline Cavalcanti Padilha Magalhães ⁵

INTRODUÇÃO

A atividade de estágio supervisionado é um componente curricular obrigatório previsto no Plano Pedagógico do curso de psicologia da maioria das instituições. Essa atividade é de suma importância para os estudantes, de forma que auxilia no processo de articulação entre a teoria e a prática profissional, possibilitando a compreensão da realidade social presente no contexto a que está inserido.

Conforme Freitas, [et al] 2017, o estágio tem a finalidade de proporcionar ao estudante de Psicologia experiências que auxiliem o aprendizado e o aproximem da prática cotidiana do psicólogo em sua formação profissional (p.46). Partindo dessa perspectiva, esse trabalho se trata de um relato de experiência promovido por meio de algumas intervenções realizadas durante os estágios básicos um e dois desenvolvidos no setor denominado como SAD - Serviço de Atendimento ao Adulto, com atendimentos destinados ao público adulto e idoso, no Centro de Reabilitação ADFIMA (Associação dos Deficientes Físicos e Mentais de Arapiraca), no ano de 2022.

A ADFIMA - Associação dos Deficientes Físicos e Mentais de Arapiraca - é um Centro Especializado em Reabilitação - CER, nível III, constituída por três modalidades de reabilitação: visual, física e intelectual. O local funciona como um ponto ambulatorial,

¹ Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Federal de Alagoas - UFAL, jessica.caroliny@arapiraca.ufal.br;

² Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Federal de Alagoas - UFAL, amanda.araujo@arapiraca.ufal.br;

³ Pós-Graduanda em Geriatria e Gerontologia um Olhar Interprofissional da Universidade Federal de Alagoas – UFAL, carlindacmn@gmail.com;

⁴ Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Federal de Alagoas-UFAL, vitoriafirmiano.ac@gmail.com;

⁵ Professor orientador: mestre, Universidade Federal de Alagoas - Ufal, carolpadilha@palmeira.ufal.br.

articulado com outras redes de atenção básica à saúde, em que realiza atendimento de reabilitação, avaliação, orientação e estimulação dos pacientes assistidos, de modo a ofertar uma melhor qualidade de vida aos que utilizam os serviços. Toda assistência é prestada por meio de uma equipe multiprofissional, que através do PTS (Plano Terapêutico Singular) promove a articulação entre as redes, pacientes e família.

A presença da equipe multidisciplinar possui relevância para o efetivo processo de reabilitação da pessoa com deficiência ou enfermidade. Dentro dos CER's o profissional de psicologia possui uma atuação multifacetada, com foco preventivo e terapêutico, visando a readaptação do sujeito nos âmbitos sociais e psíquicos.

“O papel do psicólogo em uma equipe de reabilitação é a avaliação, acompanhamento, psicodiagnóstico e tratamento psicoterapêutico, individual e em grupo, a fim de identificar os aspectos das funções cognitivas e afetivo emocionais, bem como aspectos da personalidade e comportamento. A partir daí, é possível estabelecer relação de todo o funcionamento do sujeito com possíveis alterações causadas por qualquer tipo de deficiência” (CER DIAMANTINA, 2017).

Comumente a psicoterapia é indicada quando a equipe percebe alguma demanda emocional, ou adoecimento psicológico, relacionado a deficiência ou doença. Por ser um serviço ofertado pelo SUS - Sistema Único de Saúde, a demanda é grande e por isso a oferta de tempo é reduzida, tendo duração de 30 minutos cada atendimento individual, para garantir o serviço para o maior número de pessoas.

Tendo em vista o pouco tempo destinado aos atendimentos, uma alternativa dentro das políticas públicas, é a formação de grupos, proporcionando aos participantes a troca de experiências entre pares e de informação. Pois como bem afirma Figueiredo (2007): “A terapia de grupo pode auxiliar o paciente deprimido uma vez que consiste em um tipo de terapia em que o idoso encontra espaço para falar de suas experiências, angústias e perdas, buscando acolhimento e proteção”. O processo em grupo tem enorme valia, assim como a terapia individual, que pode proporcionar “resultados” incríveis. Pois, permite ao sujeito que por meio da interação com outros ele desenvolva habilidades sociais, como: apoio, empatia, compreensão. É uma oportunidade de aprender e ensinar, permitindo que a atuação do profissional da psicologia possa ser mais dinâmica, sem perder a eficiência.

Na Reabilitação Cognitiva o profissional de psicologia tem como objetivo auxiliar na compreensão do impacto das perdas, na condição adaptativa e emocional do indivíduo, de modo a favorecer o desenvolvimento de novos mecanismos de enfrentamento da situação em que o mesmo se encontra. Foi tendo em vista essa necessidade de oferecer novos recursos aos

pacientes, que estagiárias do curso de psicologia da UFAL – Universidade Federal de Alagoas, decidiram por utilizar da música em algumas de suas intervenções, com os idosos membros do grupo de Estimulação Cognitiva da ADFIMA (Associação dos Deficientes Físicos e Mentais de Arapiraca), CER III, localizada no agreste alagoano.

A música têm o poder de “transferir” o sujeito para outros lugares, atingindo o sujeito por inteiro, desde o corpo aos sentimentos, facilitando assim que indivíduos que estejam com suas funções cognitivas afetadas possam se reconectar com os outros e consigo, por meio da estimulação de respostas cognitivas, como atenção, percepção, organização e memória. Além de promover: ânimo, afeto, comunicação e interação. Portanto, foi sabendo das necessidades dos pacientes, e da grande relevância da música no processo de reabilitação que se deu a execução deste trabalho.

METODOLOGIA

Este trabalho se trata de um registro acerca de uma experiência de estágio, vivenciada por estudantes do curso de psicologia durante o ano de 2022, em que se pode observar a utilização da musicalização como ferramenta de reabilitação cognitiva no SUS. KATER (2012), afirma que “sabemos o quanto a música é capaz de promover felicidade, autoestima, interação entre os indivíduos, construção de conhecimento de uma maneira eficiente, eficaz e comunicável.”

Com o objetivo de estimular respostas cognitivas, foram realizados encontros, tendo duração de uma hora e trinta minutos, e uma média de cinco membros. Para auxiliar utilizou-se de violão, uma caixa e palavras como: infância, cheiro, comida, saudade, possibilitando que a cada palavra sorteada, o participante pudesse resgatar alguma memória a respeito da palavra e compartilhar com o grupo, podendo então escolher uma música que estivesse associada a lembrança exposta.

Toda intervenção foi realizada com o Grupo de Estimulação Cognitiva da ADFIMA, e nasceu diante da necessidade de estimular a interação e percepção de alguns fatores que estavam sendo frequentes no grupo, como queixas de esquecimentos, baixa autoestima, dificuldades de concentração e comunicação social. Além desses fatores a escolha da música como ponto principal da intervenção ocorreu devido a sua facilidade em obtê-la, pois se trata de um recurso de baixo custo, porém de alto impacto na vida de todo ouvinte.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir dos encontros, é compreendido que a escuta da música é uma atividade estimuladora de grande relevância em todos os períodos da vida, pois ao escutá-la, pode-se ativar o neurotransmissor do prazer, que é a dopamina, contribuindo assim para o estado de bem-estar do indivíduo. A cada música cantada, a cada palavra retirada da caixa, os participantes rememoravam experiências, e partilhavam ali um pouco de si, ativando conexões neurais e de confiança. Esse momento foi uma oportunidade de fortalecer os vínculos, conhecer mais um pouco sobre os outros que ali estavam, o que para as estagiárias foi uma oportunidade de estabelecimento de rapport e de muito conhecimento a partir da música.

Como afirma Amaral e Gomes: “A música interfere de forma direta na recuperação da memória e torna-se assim, uma terapia auto expressiva e de atuação relevante como modelo de prevenção, reabilitação e intervenção na vida destas pessoas” (p.111, 2012). É interessante observar como cada pessoa responde e interage durante as intervenções, uns com mais facilidade que outros, e muitos vendo a atividade como um desafio possível de ser superado. Pois:

“A arte é capaz de produzir subjetividades, catalisar afetos, engendrar territórios desconhecidos e/ou inexplorados. Ainda que haja indefinição por parte dos profissionais da área quanto às formas de compreensão da relação entre arte e terapia, o seu valor na reabilitação está na possibilidade do usuário trabalhar e descobrir suas potencialidades para conquistar espaços sociais. (AZEVEDO; MIRANDA, 2011).”

A utilização da musicalização com os grupos de Estimulação Cognitiva, conseguiu possibilitar um momento diferente e de resgate da memória afetiva, pois a música tem o poder de “transferir” o ouvinte para outros lugares, ela mexe com corpo, sentimentos e emoções. Na prática psicoterapêutica a relação do sujeito com a música “[...]permite conhecê-lo a partir das narrativas que ele constrói sobre sua história” (WAZLAWICK; CAMARGO, p.112, 2007)

De acordo com a neurociência, o cérebro pode alterar a sua estrutura física (neuroplasticidade), quando exposto a atividades estimulantes. Logo, se realizadas atividades com músicas com frequência, principalmente com idosos, além de promover ligações emocionais, será possível também desenvolver as habilidades motoras, linguísticas e cognitivas, que podem já estar desgastadas devido alguma enfermidade. Cada história,

lembranças e sentimentos, falavam um pouco sobre os que ali estavam, se caracterizando, como uma atividade promotora de saúde mental, imprescindível no processo de envelhecimento.

Segundo a Federação Mundial de Musicoterapia (World Federation of Music Therapy):

“A Musicoterapia é a utilização da música e/ou seus elementos (som, ritmo, melodia e harmonia) por um musicoterapeuta qualificado, com um cliente ou grupo, num processo para facilitar e promover a comunicação, relação, aprendizagem, mobilização, expressão, organização e outros objetivos terapêuticos relevantes, no sentido de alcançar necessidades físicas, emocionais, mentais, sociais e cognitivas” (REVISTA BRASILEIRA DE MUSICOTERAPIA, p. 4, 1996).

Dessa forma, foi objetivando desenvolver e restaurar funções do sujeito, que a intervenção de estágio foi realizada com o grupo. Com o processo de rememoração, planejamento, organização e externalização das lembranças, foi possível obter uma “[...]melhor integração intra e/ou interpessoal e, conseqüentemente, uma melhor qualidade de vida, pela prevenção, reabilitação ou tratamento” (REVISTA BRASILEIRA DE MUSICOTERAPIA, p. 4, 1996).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No processo de reabilitação, a intervenção psicológica não se restringe somente ao tratamento ou controle de condições crônicas, mas também à promoção da saúde mental e prevenção da intensificação de patologias, por meio de intervenções que visam a praticidade cotidiana e a singularidade dos sujeitos. A “vida idosa” é muitas vezes estigmatizada pela sociedade e grupos como os presentes na ADFIMA são reconhecidos por alterar as perspectivas que tentam degradar este período da vida.

Com isso, o principal papel desse trabalho consistiu em utilizar da música como um recurso de intervenção psicológica dentro de um centro de reabilitação com um grupo de idosos, promovendo a estimulação cognitiva e a saúde mental dos participantes. Além de oferecer as estagiárias de psicologia a oportunidade de planejar atendimentos que atendessem as demandas individuais e locais, proporcionando assim um momento de conhecimento e saúde.

Evidenciou-se assim, como a música pode ser uma ferramenta de baixo custo, e com variadas possibilidades. Além de estimular funções cognitivas dos participantes, ela auxiliou na expressões de emoções, o que fortaleceu a criação do rapport entre estagiárias e pacientes. A

dinâmica com a música foi utilizada com o fim terapêutico, conduzindo a rememoração de histórias e vivências, o que propiciou a conexão intrínseca e com o grupo.

Dessa forma, ficou evidente que a música pode ser utilizada como uma ferramenta de intervenção em atendimentos psicológicos dentro da reabilitação, tanto para fins cognitivos como emocionais, principalmente em atendimentos com o público idoso. Por fim, destaca-se que o estudo é apenas um relato de experiência, e que mais pesquisas devem ser realizadas no âmbito da reabilitação psicológica, tendo a música como uma importante ferramenta de intervenção em grupos com idosos.

Palavras-chave: Estimulação Cognitiva, Música, Envelhecimento, Saúde mental, Psicologia.

REFERÊNCIAS

WAZLAWICK, P.; CAMARGO, D. DE .; MAHEIRIE, K.. Significados e sentidos da música: uma breve "composição" a partir da psicologia histórico-cultural. **Psicologia em Estudo**, v. 12, n. 1, p. 105–113, jan. 2007.

KATER, Carlos Moura. **Projeto Música na Escola**. São Paulo, 2012.

OS EFEITOS DA UTILIZAÇÃO DA MÚSICA PARA OS IDOSOS: REVISÃO SISTEMÁTICA. **Revista Enfermagem Contemporânea**, [S. l.], v. 1, n. 1, 2012. DOI: [10.17267/2317-3378rec.v1i1.46](https://doi.org/10.17267/2317-3378rec.v1i1.46). Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/46>.. Acesso em: 29 set. 2023.

UNIÃO BRASILEIRA DAS ASSOCIAÇÕES DE MUSICOTERAPIA. **Definição Brasileira de Musicoterapia**. 2018. Disponível em: <https://ubammusicoterapia.com.br/definicao-brasileira-de-musicoterapia/>. Acesso em 16 dez de 2022.

CER DIAMANTINA. **A importância da psicologia no processo de reabilitação**. 2017. Disponível em: <https://cerdiamantina.com.br/importancia-da-psicologia-no-processo-de-reabilitacao/>. Acesso em 16 dez de 2022.

A atuação do aluno de psicologia no estágio de hospitalar. Graziela Fernanda Verhalen de Freitas; Sue Ellen Ferreira Modesto Rey de Figueiredo; Darklê Ferreira Modesto Barbosa. **Mudanças – Psicologia da Saúde**, 25 (2) 45-50, Jul.-Dez., 2017. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/bbb6/adbfcf3829392de9ea6ddc6acb60fc6a966d.pdf> Acesso em 16 dez de 2022.

FIGUEIREDO, Kamille Rosa. **Depressão no idoso**. 2007. Disponível em: <https://www.redepsi.com.br/2007/12/08/depress-o-no-idoso/>. Acesso em: 02 set. 2022.