

# A MUSICOTERAPIA FRENTE AS ALTERAÇÕES EMOCIONAIS DA GESTAÇÃO, PARTO E PUERPÉRIO: UMA PRÁTICA DA EQUIPE DE ENFERMAGEM

Autor: Vinícius Costa Maia Monteiro (1); Co-autor: Ilza Iris dos Santos (1); Jessykalline Ferreira de Carvalho (2). Orientador: Jocasta Maria Oliveira Morais

Universidade Potiguar. E-mail: [vinicius\\_catolico@hotmail.com](mailto:vinicius_catolico@hotmail.com)

## 1 INTRODUÇÃO

A maternidade é um importante evento na vida da mulher, para a qual seu corpo está fisiologicamente preparado. Contudo, esse evento parece predispor ao aparecimento de transtornos emocionais, podendo ser, por exemplo: depressão, psicose puerperal, mudanças de humor e principalmente ansiedade (PRIMO; AMORIM, 2008).

O estresse denota o estado gerado pela percepção de estímulos que provocam excitação emocional e, ao perturbarem a homeostasia, disparam um processo de adaptação, caracterizado entre outras alterações, pelo aumento de secreção de adrenalina, produzindo diversas manifestações sistêmicas, com distúrbios fisiológicos e psicológicos (MARGIS et al., 2003). O termo estressor, por sua vez, define o evento ou estímulo que provoca ou conduz ao estresse (HOUAISS; VILLAR; FRANCO, 2001).

Como o processo fisiológico da parturição tem características bem específicas, faz-se necessário estabelecer uma forma viável e prática de avaliar a ansiedade na parturiente, com a finalidade de contribuir para uma assistência direcionada a esses aspectos (GAYESKI; BRUGGEMANN, 2010).

Torna-se então, cada vez mais comum o uso de técnicas, que incluem o relaxamento, na tentativa de avaliar os fatores estressantes da vida moderna; alguns exemplos que têm sido utilizados especificamente no trabalho de parto é o banho terapêutico, massagens, técnica de respiração e relaxamento, aromaterapia, mudança de posição e musicoterapia (LIMA et al., 2014; OLIVEIRA E SILVA et al., 2013). Sabe-se que a primeira compreensão do mundo à nossa volta é determinada pelos sons, sejam eles ruídos, músicas, vozes ou simplesmente sons indecifráveis

Diante disso, destaca-se a musicoterapia, a qual pode reconstruir identidades, integrar pessoas, reduzir a ansiedade e proporcionar a construção de autoestima. Tendo um poder ilimitado

frente aos seres vivos, causando-lhes diversos sentimentos, como rir, chorar, aprender, sonhar (LIMA et al., 2014).

Conforme Gohn (2010), a música tem poderes para acalmar ou exaltar, alegrar ou entristecer, diminuir a dor ou trazê-la de volta, fazer lembrar ou fazer esquecer. A estimulação pré-natal auditiva consegue um maior relaxamento da mulher, durante o trabalho de parto, reduzindo seu nível de ansiedade, dando-lhe maior autocontrole sobre a dor e consciência sobre as sensações físicas.

A importância da música para o ser humano reside no fato de ela ser inerente à própria constituição humana, havendo registros muito antigos de sua presença em praticamente todas as culturas, inclusive as mais primitivas (JOURDAIN, 1997). Desde a Antiguidade, a música é utilizada como um recurso terapêutico de acordo com o conhecimento de sua influência no homem e a evolução das concepções de cada época sobre o que é saúde, doença e cura. Nightingale (1989) já cogitava a utilização da música como recurso terapêutico desde o início da enfermagem como profissão. No Brasil, alguns estudos apresentam uma diversidade de práticas desenvolvidas com a utilização da música como um recurso terapêutico direcionado a diferentes clientes e finalidades.

A equipe de enfermagem, por ser responsável por alguns procedimentos com protocolos estabelecidos, acabou tornando a assistência algo mecanizado, esquecendo-se de que também é sua função olhar para o paciente como um todo e que isto faz a diferença no resultado final do cuidado prestado, com satisfação para ambas às partes, de quem é cuidado e de quem cuida. A investigação de novas técnicas complementares à assistência, para que a mesma seja mais humanizada acarretará em melhoria do serviço e da sua qualidade (OLIVEIRA, 2016).

Há relatos de que Aristóteles mencionava o valor medicamentoso da música em relação ao emocional do paciente e Platão receitava música e dança para os terrores e angústias (OLIVEIRA, 2016). A música também está presente em quase todos os momentos da nossa vida e ao ouvi-la, lembramos de memórias que ficaram guardados.

A união da música ao cuidado de enfermagem pode trazer muitos benefícios, pois além da capacidade de fazer lembrar de coisas boas, também pode aliviar a ansiedade, diminuir o medo, amenizar a dor e ainda facilitar a comunicação e a expressão de sentimentos.

Frente ao exposto, e procurando oferecer subsídios para construção dessa revisão de literatura no cenário das boas práticas de enfermagem, o presente estudo tem como objetivo apresentar a relevante contribuição da musicoterapia frente as mais diferentes alterações emocionais que permeiam a gestação, parto e puerpério.

## 2 METODOLOGIA

Trata-se o de uma revisão integrativa que equivale a analisar estudos que tem importância e falam acerca do tema escolhido para que o suporte das afirmações seja fidedigno resultando em um novo estudo síntese.

Segundo Mendes et al. (2008), a revisão integrativa é um método de pesquisa que tem como objetivo reunir e resumir diversas pesquisas sobre determinado assunto, mantendo a sistematização e a ordem, visando aprofundar o conhecimento acerca do tema estudado.

Foram utilizados para busca dos artigos os seguintes descritores: “Enfermagem e musicoterapia”, “Musicoterapia na Gestação”, “Musicoterapia nos serviços de saúde”. Todos os artigos em português, em todos os índices e todas as fontes, buscando captar maior quantidade de artigos com o tema proposto para análise dos dados. Foram encontrados nas bases de dados da BIREME, SCIELO, MEDILINE. Contudo, alguns artigos encontrados na BIREME já se repetiam na base de dados da SCIELO e MEDILINE.

Para análises dos dados desenvolvemos uma revisão de artigos científicos publicados recentemente em bibliotecas virtuais como: BIREME, MEDILINE, SCIELO. Utilizamos como critérios de inclusão: artigos publicados nas bases de dados selecionadas, artigos disponíveis na íntegra online, artigos que atendam aos descritores e assuntos do estudo, artigos publicados no período compreendido entre 2002-2017 em português, equivalentes a artigos pesquisados em até 11 anos. Como critérios de exclusão foi estabelecido artigos de pesquisa bibliográfica e de reflexão, teses, dissertações e artigos repetidos em diferentes bases de dados.

No término da pesquisa a amostra ficou composta por 12 (doze) artigos, SCIELO 7 artigos (sete) BIREME 4 (quatro) artigos, MEDILINE 1 (um) artigos. Estes artigos se enquadraram no objetivo desse estudo, em algumas situações descrevendo experiências e trazendo resultados de pesquisa sobre o tema abordado. Conclui-se que a análise dos artigos selecionados permitiu responder as questões abordadas neste estudo.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A literatura indica que o período gravídico puerperal é a fase de maior incidência de transtornos emocionais na mulher, necessitando de atenção especial para manter ou recuperar o

bem-estar, e prevenir dificuldades futuras para o filho. A intensidade das alterações psicológicas dependerá de fatores familiares, conjugais, sociais, culturais e da personalidade da gestante. (FALCONE et al, 2005)

De acordo com Primo e Amorim (2008), ainda durante a gravidez, a mulher pode apresentar sintomas de muita angústia e ansiedade, devido à necessidade de adaptação a novas situações advindas das atividades da maternidade. Após o nascimento do bebê, a mãe inicia um novo período em sua vida, o puerpério. Essa fase inicia-se com o parto e finda quando o corpo da mulher retorna ao estágio prévio à gestação (Catafesta, Zagonel, Martins, & Venturi, 2009). Além das transformações fisiológicas, o puerpério proporciona alterações emocionais nas mulheres, sendo as mais citadas pelas mães o nervosismo, a tristeza e o choro fácil (Silva, Araújo, Araújo, Carvalho, & Caetano, 2010).

A música em musicoterapia é uma ferramenta através da qual se pretende possibilitar o desenvolvimento de um indivíduo não no âmbito técnico musical, mas na sua vida como um todo, colaborando assim para uma melhor qualidade de vida. Souza et al (2006) afirma que a musicoterapia utiliza-se da música enquanto linguagem e meio de expressão de natureza não verbal a fim de proporcionar a exteriorização das potencialidades, favorecer a expressão de emoções e promover o desenvolvimento da criatividade, ampliando perspectivas de vida através do fortalecimento da autoestima e das conexões cerebrais.

Na verdade, a música, desde a Antiguidade, já era utilizada pelas civilizações como instrumento de curar enfermidades, estando presente em diversas manifestações culturais. A música é uma das formas mais importantes de expressão humana, pois o fazer musical é uma ferramenta de comunicação e expressão que se verifica pela improvisação, composição e interpretação, havendo a necessidade de concentração e envolvimento nas atividades propostas. A música pode potencializar a expressividade emocional do ser, facilitando a comunicação e a relação interpessoal, promovendo ainda acolhimento e o estabelecimento de relações e vínculos, aumentando a autoestima e proporcionando conforto e bem-estar. (ZENETTINE, 2015)

Percebe-se, então, que o uso de técnicas alternativas como a música terapêutica, pode não só ter um efeito relaxante, como proporciona um alívio geral, gerando um sentimento de bem-estar que supre a necessidade do uso de medicamentos nocivos durante a gravidez. É de salientar que o uso das terapias musicais não termina com o fim da gravidez, podem ser colocadas em prática, como uso contínuo. (LIMA, 2015)

Entre as tecnologias do cuidado de enfermagem, a intervenção musical contribui significativamente para o alívio da ansiedade, do estresse e para promoção do relaxamento, além de ser útil nos casos de isolamento social (FRANZOI, 2016). Mais recentemente, a “musicoterapia” passou a constar da Classificação das Intervenções de Enfermagem – Nursing Intervention Classification (NIC) – sendo aí assim definida: “uso da música para ajudar a alcançar uma mudança específica de comportamento, sentimento ou fisiologia” (BARCELLOS, 2016)

#### 4 CONCLUSÕES

Diante do exposto, conclui-se que o uso da música como recurso complementar ao cuidar em Enfermagem é muito eficiente, devido aos benefícios por ela proporcionados. É necessário que mais profissionais da saúde tenham interesse nesses métodos complementares de cuidado, pois apesar do avanço tecnológico na área médico-hospitalar, nada pode substituir um bom relacionamento terapêutico e tendo em vista a situação econômica mundial, este método de baixo custo é excelente, pois mesmo com pouco recurso consegue-se mantê-lo, porém mesmo com o pouco número de artigos existentes, os mesmos são suficientes para subsidiar a utilização deste método, pois mostram detalhes e características que auxiliam à efetiva-lo

#### 5 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARCELLOS, L. R. M. Qu'est-ce que la Musique en Musicothérapie. La Revue de Musicothérapie. **Revue éditée par la Association Française de Musicothérapie**, Paris, v. 4, n. 4, 1984.

BARCELLOS, L.R.M. Musicoterapia em medicina: uma tecnologia leve na promoção da saúde – a dança nas poltronas! **Revista Música Hodie**, v. 15, n. 2, p. 33-47, 2015.

BRUSCIA, K.E. **Definindo Musicoterapia**. 2ª ed. Rio de Janeiro: Enelivros, 2000.

GAYESKI, M.E.; BRUGGEMANN, O.M. Métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto: uma revisão sistemática. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v. 19, n. 4, p. 774-782, dez. 2010.

GOHN, D. A disciplina tecnologia musical na UAB – UFSCAR. In: Associação Nacional de pesquisa e pós-graduação em Música. XX Congresso da ANPPOM, Florianópolis, **Anais...** 2010, p. 319-322.

HOUAISS, A.; VILLAR, M.S.; FRANCO, F.M. **Dicionário da Língua Portuguesa**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

JOURDAIN, R. **Música, cérebro e êxtase: como a música captura nossa imaginação**. Rio de Janeiro (RJ): Objetiva, 1997.

LIMA, A.A.; KREY, S.P.; FACHINI, M.F.; SILVA, C.R. Efeitos da musicoterapia sobre a ansiedade em parturientes. **Revista Eletrônica de Enfermagem do Vale do Paraíba**, v. 1, n. 06, p. 83-93, 2014.

MARGIS, R.; PICON, P.; COSNER, A.F.; SILVEIRA, R.O. Relação entre estressores, estresse e ansiedade. **Rev. psiquiatr**, Porto Alegre, v. 25, supl. 1, p. 65-74, abr. 2003.

MENDES, K.D.S.; SILVEIRA, R.C.C.P.; GALVÃO, C.M. Revisão integrativa: método de pesquisa para incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-64, out. 2008.

NIGHTINGALE, F. **Notas sobre enfermagem: o que é e o que não é**. São Paulo (SP): Cortez; 1989.

OLIVEIRA E SILVA, D.A.; RAMOS, M.G.; JORDÃO, V.R.V.; SILVA, R.A.R.; CARVALHO, J.B.L.; COSTA, M.M.N. Uso de métodos não farmacológicos para o alívio da dor durante o trabalho de parto normal: revisão integrativa. **Revista de enfermagem UFPE online.**, Recife, v. 7, n. esp, p. 4161-70, mai., 2013.

OLIVEIRA, G.F.S. **A música como ferramenta complementar ao cuidar de Enfermagem à criança hospitalizada**: Revisão integrativa. 2016. 19f. Monografia (TCC) - Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto, 2016.

PRIMO, C.C; AMORIM, M.H.C. Efeitos do relaxamento na ansiedade e nos níveis de IgA salivar de puérperas. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 16, n. 1, p. 36-41, fev. 2008.

GREINERT, Bruna Rafaela Milhorini; MILANI, Rute Grossi. Depressão pós-parto: uma compreensão psicossocial. **Psicol. teor. prat.**, São Paulo, v. 17, n. 1, p. 26-36, abr. 2015.

Taets GGC, Barcellos LRM. Música no cotidiano de cuidar: um recurso terapêutico para enfermagem. **Rev Pesq Cuid Fundam Online**. 2010 [acesso 2015 Jun 02]; 2(3):1009-16.

Silva LC, Ferreira EABF, Cardozo EE. A Música e a Musicoterapia no Contexto Hospitalar: uma revisão integrativa de literatura. In: **Anais do XII Encontro de Pesquisa em Musicoterapia - Musicoterapia: Ciência e Pesquisa Contemporânea**, 2012; Olinda, BR. Associação de Musicoterapia do Nordeste: 2012

LIMA, Valdir. **A musicoterapia durante a gravidez**. 2015. Trabalho de Conclusão de Curso.