

OS BENEFÍCIOS DA MUSICOTERAPIA NA TERAPÊUTICA DIRECIONADA AOS IDOSOS – UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Wederson Silva Santos ¹
Joyce Felix da Silva ²

RESUMO

O envelhecimento é definido como um processo natural, progressivo e irreversível, comum a todos os seres de uma espécie e que pode sofrer a influência de fatores sociais, políticos, econômicos e psicológicos. As práticas musicais contribuem na geração de atributos para a obtenção de uma autoestima satisfatória, despertando sentimentos de competência, confiança e de adequação à vida, com o desenvolvimento de uma melhor capacidade de compreensão, estimulando a auto-aceitação, pelo paciente, do processo natural do envelhecimento. O estudo tem como objetivo identificar e sintetizar as evidências sobre os benefícios da musicoterapia para a população idosa. Trata-se de uma revisão integrativa do tipo descritiva e exploratória de 05 artigos selecionados, no idioma português, entre os anos de 2008 a 2017, nas bases de dados SciELO, LILACS e IBICS. Os resultados mostraram que a música foi percebida como um instrumento de grande valor no resgate de memórias das experiências vividas por estes idosos. Os dados apresentados sinalizam que a musicoterapia, ao propiciar atividades em grupo visando a adoção de hábitos saudáveis e a diminuição do estresse, pode ser uma abordagem terapêutica coadjuvante no tratamento de doenças e que o musicoterapeuta pode ser inserido em programas de atendimento multidisciplinar aos idosos, pois contribui para a melhoria da qualidade de vida do paciente

Palavras-chave: Idoso, Musicoterapia, Terapêutica.

INTRODUÇÃO

A expectativa de vida da população tem aumentado gradativamente ao nível mundial. No Brasil, em 2010, havia 39 idosos para cada grupo de 100 jovens e projeções para 2040 estimam 153 idosos para cada 100 jovens. Se, por um lado, é possível dizer que o aumento da expectativa de vida desses idosos retrata uma conquista no âmbito social e da saúde, por outro, representa um desafio às possíveis demandas econômicas e sociais, principalmente em países em desenvolvimento. Neste cenário de mudança populacional, é importante ressaltar que a população idosa também envelhece, podendo ser encontradas pessoas que alcançaram idades avançadas, passando dos 100 anos (SANTOS, *et al.*, 2019).

¹Graduando do Curso de Medicina da UNIFACISA - UNIFACISA, wederson3@gmail.com;

²Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande- UFCG, joycefe.07@gmail.com;

O envelhecimento é definido como um processo natural, progressivo e irreversível, comum a todos os seres de uma espécie e que pode sofrer a influência de fatores sociais, políticos, econômicos e psicológicos. Esse processo compreende um grupo de alterações em níveis funcionais e estruturais, que podem acarretar em prejuízo motor e em dificuldades de ordem psicológica e social, trazendo influências negativas na relação do indivíduo com o meio que o cerca (SANTOS, *et al.*, 2019).

O comprometimento da capacidade funcional do idoso tem implicações importantes para a família, para a comunidade, para o sistema de saúde e para a vida do próprio idoso, uma vez que a incapacidade ocasiona maior vulnerabilidade e dependência na velhice, contribuindo para a diminuição do bem-estar e da qualidade de vida dos idosos (MOZER; OLIVEIRA; PORTELLA, 2011).

As práticas musicais contribuem na geração de atributos para a obtenção de uma autoestima satisfatória, despertando sentimentos de competência, confiança e de adequação à vida, com o desenvolvimento de uma melhor capacidade de compreensão, estimulando a auto-aceitação, pelo paciente, do processo natural do envelhecimento. As vivências musicais realizadas em grupo proporcionam também o restabelecimento do equilíbrio emocional do indivíduo, uma vez que promovem ganhos na qualidade e ritmo da voz, melhoria da força motora e aprimoramento da capacidade de concentração, possibilitando independência intelectual, além de reinserção no meio social (MEIRA, *et al.*, 2008).

A música pode ser definida como a arte de organizar de forma sensível e lógica uma combinação coerente de sons e silêncios. Para isso, são usados os princípios fundamentais da música que são a melodia, a harmonia e o ritmo. Um dos principais objetivos da música como arte é sensibilizar o indivíduo, promovendo seu bem estar (TEIXEIRA, *et al.*, 2018).

A musicoterapia, como resultante do encontro da área das artes com a área da saúde, é um processo interdisciplinar de intervenção em que o musicoterapeuta tem o papel de ser um promotor da saúde de seu paciente por meio da música. A utilização da música de forma terapêutica já existe há muitos séculos, e há vários exemplos do potencial curativo e preventivo da música, o que pode ser encontrado em documentos históricos de diferentes culturas (TEIXEIRA, *et al.*, 2018).

A pergunta norteadora para a elaboração da revisão integrativa foi: Quais os benefícios da musicoterapia na terapêutica para a população idosa?

A partir do que foi exposto, coloca-se a necessidade de investigar como a música atua no processo terapêutico frente aos idosos. Assim, pretende-se com o estudo, identificar e sintetizar as evidências sobre os benefícios da musicoterapia para a população idosa.

METODOLOGIA

O desenho do estudo é definido como uma revisão integrativa do tipo descritiva e exploratória, em que há uma análise qualitativa de dados secundários obtidos a partir da produção bibliográfica da temática estudada.

A revisão integrativa é um método que proporciona a síntese de conhecimento e a incorporação da aplicabilidade de resultados de estudos significativos na prática. Apresenta seis fases para sua elaboração, que são: formação da pergunta norteadora, busca ou amostragem na literatura, coleta de dados, análise crítica dos estudos incluídos, discussão dos resultados e apresentação da revisão integrativa (SOUSA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Os critérios de inclusão utilizados foram: artigos originais na íntegra, disponíveis gratuitamente e aqueles publicados entre 2008 a 2017, envolvendo seres humanos; nos idiomas português, inglês e espanhol; disponíveis nas principais bases de dados SciELO (Scientific Electronic Library Online), MEDLINE (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e IBECs (Índice Bibliográfico de Espanhol em Ciências da Saúde);

Foram excluídos os estudos que estavam em duplicidade na mesma ou em outra base de dados, aqueles que não abordavam a temática como eixo central e os que eram revisão bibliográfica.

O levantamento bibliográfico foi realizado em janeiro de 2018,. Os termos utilizados para a busca selecionados a partir dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) foi “Musicoterapia” e “Idoso” e “Terapêutica” combinados por meio do conector booleano “AND”.

Foram encontrados um total de 39 artigos, sendo MEDLINE (19), LILACS (12) e IBECs (8). Com a adição dos filtros ficaram 18 artigos. Após a leitura dos respectivos resumos, 05 artigos atenderam aos critérios de inclusão estabelecidos, e foram incluídos na presente revisão integrativa. Assim sendo, na análise qualitativa das variáveis revisadas se fez comparações às literaturas conhecidas previamente pelos autores, de modo a tornar mais fácil a explicação e discutir melhor o assunto.

Para embasar esse trabalho, todos os pesquisadores ponderaram sobre as diretrizes éticas contidas na resolução nº 311/2007 destinada a dispor a propósito do ensino, da pesquisa, e da produção técnico-científica (COFEN 2007).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os artigos encontrados na revisão integrativa foram publicados entre os anos de 2008 a 2017. O país de publicação foi o Brasil (5). As condições de saúde mencionadas foram paciente com Alzheimer (1), Parkinson (2), portadores de Hipertensão Arterial (1) e sem condições clínicas citadas (1). Todos os locais de realização dos estudos não ficaram em evidência, porém, as Instituições de Longa Permanência destacam-se como ambiente de concretização de alguns estudos.

Quadro 1. Artigos levantados nas bases de dados LILACS, MEDLINE e IBECs sobre: Os benefícios da musicoterapia na terapêutica de idosos.

Autor e Ano	Objetivo	Método	Resultados encontrados
ALBUQUERQUE, <i>et al.</i> , 2012	Descrever os efeitos do uso da música em idosos com Alzheimer de uma instituição de longa permanência.	Estudo descritivo-exploratório de abordagem qualitativa. Participaram da pesquisa cinco idosos com Alzheimer, que compartilharam sessões musicais. Os dados foram coletados por meio de entrevistas semiestruturadas, instrumento de acompanhamento do idoso e diário de campo, sendo averiguados pela análise de conteúdo e modalidade temática.	Os resultados evidenciaram os efeitos benéficos da música na vida atual do idoso, possibilitando resgate de lembranças relacionadas aos familiares, lugares e situações vivenciadas, à memória musical e à memória recente; evocação de sentimentos; expressão de manifestações corporais por meio da fisionomia facial e sua influência no controle da dor.
MEIRA, <i>et al.</i> , 2008	Avaliar a tecnologia de vivências musicais desenvolvida e testada e sua efetividade em termos de recuperação vocal de idosos parkinsonianos.	A metodologia desenvolvida em Jequié (BA), no campus da UESB, envolveu uma amostra de 12 idosos selecionados por conveniência e que se submeteram aos procedimentos de teste e avaliação da tecnologia por um período de dois semestres de 2007. A tecnologia foi avaliada aplicando-se, no pré e	A maioria dos idosos demonstrou melhoras na emissão vocal. Metade demonstrou melhoras na dinâmica respiratória, no aumento do número de notas cantadas em uma inspiração e articulação nos vocalizes. Outros demonstraram melhoras na performance vocal, seja no desenvolvimento da postura na emissão da voz, seja na articulação dos vocalises. Mesmo os que não obtiveram melhoras, conservaram-se em seu estado anterior sem progressão da doença por um ano, enquanto praticavam as vivências.

		pós-vivências musicais, instrumentos de avaliação de aprimoramento vocal.	
MOZER; OLIVEIRA; PORTELLA, 2011	Avaliar a qualidade de vida de idosos institucionalizados pré e pós-intervenção da musicoterapia e exercícios terapêuticos.	Foram avaliados 22 idosos com idade entre 60 e 92 anos divididos em dois grupos: G1 (pré-intervenção) G2 (pós-intervenção). Na coleta dos dados, utilizou-se o Questionário SF 36, composto de 8 variáveis: capacidade funcional, aspectos emocionais, sociais e físicos, dor, saúde mental, estado geral de saúde e vitalidade. O atendimento foi realizado 2 (duas) vezes por semana, com duração de uma hora durante 3 (três) meses. Após a intervenção, os idosos foram reavaliados utilizando o mesmo questionário.	Observou-se, após reavaliação da qualidade de vida dos Idosos Institucionalizados, que a intervenção da Musicoterapia e dos Exercícios Terapêuticos contribuíram de forma positiva na qualidade de vida, segundo domínios analisados pelo questionário SF36: capacidade funcional, aspectos físicos, dor, vitalidade, aspectos sociais e aspectos emocionais, elementos importantes que, trabalhados, resgatam o lúdico, as emoções, a espiritualidade e colabora com a humanização das instituições de longa permanência (ILPI) incluídas no estudo.
SOUSA, <i>et al.</i> , 2017	Verificar a efetividade da prática em grupo da fisioterapia associada à yoga e musicoterapia nas variáveis: cognição, equilíbrio, mobilidade e independência funcional em pessoas com doença de Parkinson.	Ensaio clínico randomizado controlado com 24 indivíduos nos estágios leve e moderado da doença de Parkinson.	Fisioterapia associada à yoga e a musicoterapia resultou em efeito significativo superior na cognição e mobilidade quando comparado a fisioterapia como única intervenção.
ZANINI, <i>et al.</i> , 2009	Avaliar o efeito da musicoterapia na QV e no controle da PA de pacientes hipertensos.	Realizou-se um ensaio clínico controlado que avaliou pacientes de ambos os sexos, maiores que 50 anos, HA estágio 1, em uso de medicação, matriculados em serviço multiprofissional para tratamento da HA. Divididos em grupos experimental (GE) e controle (GC). O GE, além do tratamento convencional, participou de sessões	Os grupos eram inicialmente semelhantes quanto a sexo, idade, escolaridade e QV avaliada. Na comparação inicial e final dos pacientes do GE observamos melhora significativa na QV ($p < 0,05$) e no controle da PA ($p < 0,05$). Sem modificações na adesão.

		musicoterápicas semanais por doze semanas. O GC permaneceu sob tratamento padrão do serviço.	
--	--	---	--

Os resultados mostraram que a música foi percebida como um instrumento de grande valor no resgate de memórias das experiências vividas por estes idosos. O resgate das memórias ocorreu de forma gradual ao longo das sessões de música, expresso nas entrevistas. Pontua-se que o resgate de memórias recentes fora primordial para ratificar a influência da música no que concerniu ao resgate das memórias de idosos com Doença de Alzheimer, visto que esta patologia caracteriza-se principalmente pela perda de memória recente logo em seu estágio inicial. Outro efeito proporcionado pela música foi a evocação de sentimentos como felicidade e saudade, expressos através dos sorrisos, aplausos e do choro. Diante deste fato, ficou claro que a comunicação não verbal foi a linguagem mais utilizada pelos idosos, principalmente no que se referiu à cinésica, que corresponde às expressões faciais e aos movimentos do corpo (ALBUQUERQUE, *et al.*, 2012).

Idosos participantes da tecnologia assistiva de vivências musicais se beneficiaram no sentido de se manterem incluídos socialmente com seus familiares acompanhantes, ao se descobrirem com capacidades e possibilidades dentro dos limites que sua doença impunha, participando dessas atividades musicais. Os resultados positivos obtidos nos estudos com participantes acompanhados por apenas um ano, levando-nos a admitir a necessidade e importância de testes, em larga escala, de aplicação da dita tecnologia na assistência aos portadores de Doença de Parkinson, tendo em vista a manutenção da melhor qualidade de vida e inserção social dos envolvidos (MEIRA, *et al.*, 2008).

A Musicoterapia e os Exercícios Terapêuticos mostraram-se incentivadores para a qualidade de vida em estudos, evidenciando, principalmente, os aspectos físicos e emocionais. Os idosos institucionalizados apresentaram pior saúde, menor nível e independência, porcentagens mais altas de depressão e menor grau de satisfação com suas vidas e sugerem a importância de atividades lúdicas/terapêuticas para promover um bem-estar e uma boa qualidade de vida, a fim de suprimir os déficits presentes na ILPI (MOZER; OLIVEIRA; PORTELLA, 2011).

Após a avaliação da qualidade de vida dos idosos institucionalizados nas referidas ILPI's, observou-se que a Musicoterapia e os Exercícios Terapêuticos contribuíram de forma

positiva na Qualidade de Vida dos mesmos, conforme domínios analisados pelo questionário SF36: capacidade funcional, aspectos físicos, dor, vitalidade, aspectos sociais e aspectos emocionais, resgatando o lúdico, emoções, espiritualidade, sensibilidade, colaborando para mais dignidade e humanização em ILPI's (MOZER; OLIVEIRA; PORTELLA, 2011).

Em outro estudo, as intervenções da fisioterapia com a yoga e a musicoterapia com frequência única semanal e realizada em grupo foi efetivo na melhora da cognição, equilíbrio, mobilidade e independência funcional, sendo mais efetivo na melhora da cognição e mobilidade funcional em comparação ao programa de fisioterapia como única forma de intervenção podendo ser utilizado na prática clínica (SOUSA, *et al.*, 2017).

A inserção da musicoterapia como possibilidade terapêutica também no tratamento da hipertensão arterial vai ao encontro de uma abordagem holística na relação com o paciente, na qual “o ser humano constitui-se num conjunto de sistemas integrados e totalmente interdependentes”. Os dados apresentados sinalizam que a musicoterapia, ao propiciar atividades em grupo visando a adoção de hábitos saudáveis e a diminuição do estresse, pode ser uma abordagem terapêutica coadjuvante no tratamento de doenças e que o musicoterapeuta pode ser inserido em programas de atendimento multidisciplinar aos idosos, pois contribui para a melhoria da qualidade de vida do paciente (ZANINI, *et al.*, 2009).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do que foi exposto, concluiu-se que a expectativa de vida vem crescendo ao longo dos tempos, e com isso a necessidade de novas ferramentas para o cuidado aos idosos. O presente estudo nos permitiu fazer uma identificação dos benefícios da utilização da musicoterapia como mecanismo na terapia direcionada a população idosa.

Ademais, fica evidente que o uso da musicoterapia auxilia no cuidado, principalmente em algumas doenças como o Parkinson e o Alzheimer, e também em momentos em que o idoso se encontra em Institutos de Longa Permanência, onde ele necessita de atividades lúcidas para incentivar a interação social, a autoestima, a confiança e favorecer momentos de descontração e lazer.

Portanto, torna-se necessário que existam mais pesquisas acerca do assunto e como a musicoterapia pode influenciar nas mais variadas condições de saúde, seus benefícios e como ela pode ser colocada em prática em diversos ambientes a fim de melhorar a condição e a expectativa de vida da população idosa.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, Maria Cícera dos Santos; NASCIMENTO, Luciana Oliveira do; LYRA, Sarah Tayná; TREZZA, Figueredo Maria Cristina Soares; BRÊDA, Mércia Zeviani. Os efeitos da música em idosos com doença de Alzheimer de uma instituição de longa permanência. Rev. Eletr. Enf. [Internet]. 2012 abr/jun;14(2):404-13.

BRASIL. Conselho Federal de Enfermagem. Resolução nº 311, de 08 de fevereiro de 2007. Código de ética dos Profissionais de Enfermagem. Disponível em: <<http://se.corens.portalcofen.gov.br/codigo-de-etica-resolucao-cofen-3112007>>.

MEIRA, Edméia Campos et al. Tecnologia Assistiva de Vivências Musicais na recuperação vocal de idosos portadores de Doença de Parkinson. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., 2008; 11(3):341-355.

MOZER, Neuza Maria Sangiorgio; OLIVEIRA, Sheila Gemelli de; PORTELLA, Marilene Rodrigues. Musicoterapia e Exercícios Terapêuticos na Qualidade De Vida De Idosos Institucionalizados. Estud. interdiscipl. envelhec., Porto Alegre, v. 16, n. 2, p. 229-244, 2011.

SANTOS, Paloma Ariana dos et al . A percepção do idoso sobre a comunicação no processo de envelhecimento. Audiol., Commun. Res., São Paulo , v. 24, e2058, 2019 .

SOUSA, Ana Sofia Kauling de; LOPES, Karolini Lima; FRAGNANI, Samuel Geraldi; NERY, Tatyana; WERNER, Emílio; BEZERRA, Poliana Penasso. Fisioterapia Associada À Yoga E Musicoterapia Na Doença De Parkinson: Ensaio Clínico. Revista Brasileira de Neurologia » Volume 53 » Nº 3 » Jul/Ago/Set 2017.

SOUSA, M.T.D; SILVA, M.D.D; CARVALHO, R.D. Revisão integrativa: o que é e como fazer. Einstein (São Paulo), v.8, n.1, São Paulo, Jan/Mar de 2010.

TEIXEIRA, Márcia Maria Reis et al. Efeitos Da Música No Pós-Operatório De Pacientes Hospitalizados. Rev Med Minas Gerais 2018; 28(8): e-1929. Disponível em: <<file:///C:/Users/casa/Downloads/e1929.pdf>>. Acesso dia 25 de Maio de 2019.

ZANINI, Claudia Regina de Oliveira et al . O efeito da musicoterapia na qualidade de vida e na pressão arterial do paciente hipertenso. Arq. Bras. Cardiol., São Paulo , v. 93, n. 5, p. 534-540, Nov. 2009.