

## BENEFÍCIOS DA UTILIZAÇÃO DA MUSICOTERAPIA PARA PESSOAS IDOSAS

Isabel Luiza do Nascimento Ginú<sup>1</sup>  
Lucas David Maia Matias<sup>2</sup>  
Juliana dos Santos Pessoa<sup>3</sup>  
Lucilla Vieira Carneiro<sup>4</sup>  
Suellen Duarte de Oliveira Matos<sup>5</sup>

### RESUMO

O presente estudo tem como objetivo analisar as evidências científicas quanto aos benefícios da musicoterapia em pessoas idosas. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura onde o levantamento dos artigos ocorreu no período de julho de 2021 a agosto de 2021 nas bases eletrônicas de dados da Medical Literature Analysis and Retrieval (Medline), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), bem como pela biblioteca *Scientific Electronic Library Online* (SciELO). Após a leitura dos textos na íntegra, foram selecionados 7 artigos para compor o universo de análise. A apresentação dos resultados e discussão dos dados obtidos foi feita de forma descritiva. De acordo com os estudos, o recurso terapêutico da música em idosos obteve resultados significativos na redução da depressão, ansiedade, limiar de dor e também nos principais sintomas do Alzheimer. Portanto, tendo em vista um recurso acessível e eficaz na população idosa, conclui-se que é notório as vantagens do uso musical de maneira complementar com a finalidade de garantir bem estar e qualidade de vida aos idosos.

**Palavras-chave:** Musicoterapia, Idoso, Enfermagem

### INTRODUÇÃO

A população brasileira vem envelhecendo de forma rápida desde o início da década de 60, quando a queda da taxa de fecundidade e mortalidade começou a alterar sua estrutura etária na pirâmide. É considerado com um dos grandes eventos na sociedade moderna, tornando desafios para toda população. Estima-se que em 2050 cerca de 1,5

---

<sup>1</sup> Graduanda pelo curso de Enfermagem das Faculdades de Enfermagem Nova Esperança- FACENE, [isabelluiza\\_010@outlook.com](mailto:isabelluiza_010@outlook.com);

<sup>2</sup> Graduando pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande- UFCG, [ldmmatias17@gmail.com](mailto:ldmmatias17@gmail.com);

<sup>3</sup> Graduanda pelo curso de Enfermagem das Faculdade de Enfermagem Nova Esperança- FACENE, [juliannap38@gmail.com](mailto:juliannap38@gmail.com);

<sup>4</sup> Doutoranda do Curso de Modelos de Decisão e Saúde, da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, [lucilla.vc@hotmail.com](mailto:lucilla.vc@hotmail.com);

<sup>5</sup> Professora orientadora: Doutora em Enfermagem. Pós graduação em acupuntura. Docente do curso de Enfermagem das Faculdades de Enfermagem Nova Esperança- FACENE. João pessoa - Paraíba- [suellenduarteom@gmail.com](mailto:suellenduarteom@gmail.com).

bilhão de indivíduos no mundo terão 65 anos ou mais, representando aproximadamente 16% da população (OMS, 2019).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) o processo de envelhecer compreende o modelo biopsicossocial intrínseco ao desenvolvimento humano, que afeta várias questões como econômicas, políticas, sociais, sanitárias, históricas e culturais da população (OMS, 2019).

No decorrer do processo de envelhecimento surgem inúmeras modificações no idoso, que podem ser classificadas como morfológicas, fisiológicas, psicológicas e bioquímicas que contribui para perda gradual da capacidade de adaptação no meio ambiente, no qual é o processo progressivo e dinâmico (CARNEIRO *et al*, 2021).

Nessa vertente, as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são fatores determinantes que podem provocar graves graus de incapacidade que atingem tanto hábitos de vida como o bem estar, principalmente a pessoa idosa. Para tanto, o idosos necessitam de cuidados voltados para sua integralidade que promova o seu bem estar (SANTOS *et al*, 2018).

Portanto, a musicoterapia desempenha no idoso através do sistema límbico que é responsável por modelar as emoções e que pode regular de maneira positiva seu estado emocional de que contribui diretamente na saúde física da pessoa idosa (CARNEIRO *et al*, 2017).

O Ministério da Saúde aprovou, em 2006, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), a qual promove várias propostas terapêuticas no Sistema Único de Saúde (SUS). A PNPIC surgiu com intuito de promover prevenção de agravos e da promoção e recuperação da saúde por meio de práticas terapêuticas não convencionais (BRASIL, 2006).

Sabe-se que a Estratégia Saúde da Família (ESF) tem papel importante, tendo em vista que é a porta de entrada do usuário, através de educação em saúde, orientações sobre as PICS, benefícios. Dessa forma, o enfermeiro do SUS poderá nortear o plano de cuidado de forma complementar para alcançar o melhor prognóstico e promoção de saúde. (JUNIOR *et al*, 2018).

O SUS atualmente disponibiliza de forma gratuita e integral, 29 práticas integrativas e complementares (PICS), sendo as mais conhecidas a acupuntura, cromoterapia, florais de Bach e musicoterapia (SANTOS *et al*, 2018).

Assim, dentro das terapêuticas que compreende PICS, a musicoterapia é uma das mais utilizadas por permitir ativação do sistema neural, em especial idoso acometido por doenças neurológicas, além disso a expressão artística que tem sido aplicada como ferramenta terapêutica no cuidado de idoso para alívio da ansiedade, depressão, estresse e promoção do relaxamento (MEDEIROS *et al*, 2021).

Além disso, o uso da música como complemento da medicina tradicional, possibilita resultados positivos na redução dos níveis pressóricos e frequência cardíaca, auxiliando na prevenção de doenças cardíacas, ação no sistema nervoso autônomo e reduzido a frequência respiratória (MEDEIROS *et al*, 2021).

Portanto, tendo em vista que a musicoterapia está inserida nas práticas integrativas e complementares, e que esta promove bem estar físico e emocional, este trabalho tentará responder a seguinte questão norteadora: Quais as evidências científicas sobre os benefícios da musicoterapia em pessoas idosas?

Logo, o estudo tem como objetivo analisar as evidências científicas quanto aos benefícios da musicoterapia em pessoas idosas.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo através do método de Revisão Integrativa (RI). A pesquisa foi construída respeitando as seguintes etapas: (i) formulação do problema da pesquisa; (ii) estabelecimento dos critérios para inclusão ou exclusão dos estudos encontrados nas bases disponíveis; (iii) definição das informações a serem extraídas dos artigos selecionados; (iv) avaliação dos dados; (v) interpretação dos resultados e; (vi) apresentação da revisão integrativa ou síntese do conhecimento analisado (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2019).

A busca e a seleção dos artigos foram realizadas por meio da utilização dos descritores oficiais, em português, disponibilizados pela interface da plataforma DeCS (Descritores em Ciências da Saúde): Musicoterapia, Idoso e Enfermagem, os quais foram interligados pelo operador *booleano* “AND” para favorecer a busca dos estudos pela Biblioteca Virtual em Saúde.

O levantamento dos artigos ocorreu no período de julho de 2021 a agosto de 2021 nas bases eletrônicas de dados da Medical Literature Analysis and Retrieval (Medline),

Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), bem como pela biblioteca *Scientific Electronic Library Online* (SciELO).

A busca inicial utilizando os descritores supracitados resultou em 462 trabalhos. Como forma de elegibilidade, foi aplicada a ferramenta “Filtro”, sendo os critérios de inclusão: texto completo, idioma português e tipo de documento: artigo científico. Além disso, foi priorizado o período de 06 anos, sendo entre 2016 a 2021. E Como critérios de exclusão encontram-se: teses, dissertações e monografias. Após o refinamento, totalizaram-se 49 produções.

Portanto, após a leitura dos 49 textos na íntegra, foram selecionados apenas 7 artigos para compor o universo de análise. Para a análise e posterior síntese dos artigos que atenderam aos critérios de inclusão foi utilizado um quadro sinóptico especialmente construído para essa finalidade, que contemplou os seguintes aspectos, considerados pertinentes: base de dados, título do periódico, autor principal, objetivo dos estudos, tipo de estudo, principais resultados sobre os benefícios da musicoterapia.

A apresentação dos resultados e discussão dos dados obtidos foi feita de forma descritiva, possibilitando ao leitor a avaliação da aplicabilidade da revisão da literatura, de forma a atingir o objetivo proposto.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

No quadro 1, apresenta-se os resultados e especificações de cada um dos artigos selecionados.

**Quadro 1.** Distribuição dos estudos sobre cuidadores de idosos e qualidade de vida, publicados entre 2016-2021. João Pessoa, Paraíba, 2021. (N=7).

Base de dados	Autor principal	Título do artigo	Objetivo	Tipo de estudo	Principais resultados
BVS	MEDEIROS, J. S. S. <i>et al</i>	Efeito da música como recurso terapêutico em grupo de convivência	Analisar o efeito de intervenções musicais na redução dos níveis de estresse	Original com abordagem quantitativa	Na avaliação do estresse percebido, a média foi de 33,6 (Desvio-padrão 5,17) pontos no pré-teste e 31,6

		para pessoas idosas.	em pessoas idosas.		<p>(Desvio-padrão 2,29) pontos no pós-teste (<math>p &lt; 0,05</math>). Na avaliação por dimensão, a redução na pontuação foi identificada apenas no fator <i>perceived distress</i>. Identificou-se, no pré-teste, que quanto maior a renda mensal, menor o estresse percebido (<math>p = 0,043</math>).</p>
BVS	JUNIOR, C.R.P. <i>et al</i>	<p>Estratégicas não farmacológica utilizada na redução da depressão em idosos:</p> <p>Revisão sistemática.</p>	<p>Sintetizar as evidências científicas de ensaios clínicos sobre métodos não farmacológicos utilizados na tentativa de controlar a depressão em idosos.</p>	Revisão sistemática	<p>Nos estudos encontrados houve distinção bastante significativa nas estratégias utilizadas para reduzir a depressão em idosos. Um dos ensaios utilizou uma abordagem psicoterápica denominada Terapia de Adaptação de Problemas – PATH. Outro estudo investigou a eficácia da musicoterapia. E o terceiro artigo buscou explorar os efeitos da</p>

					revisão da história de vida sobre os transtornos depressivos, ressalta-se que os métodos citados mostraram efetividade no que tange à redução dos índices depressivos, de modo que todos apresentaram ( $p=0,001$ )
SciELO	FIRMEZA, M. A. <i>et al</i>	Uso da música no controle da ansiedade em ambulatório de cabeça e pescoço: ensaio clínico randomizado	Avaliando a eficácia de uma intervenção musical na redução da ansiedade e parâmetros vitais em pessoas que sofrem de câncer de cabeça e pescoço	Ensaio clínico controlado, randomizado	Participantes apresentou redução estatisticamente significativa nos níveis de ansiedade percebida ( $t = 12,68$ ; $p < 0,001$ ), assim como os níveis de pressão arterial ( $t = 4,56$ ; $p < 0,001$ ); pulso ( $t = 6,15$ ; $p < 0,001$ ) e frequência respiratória ( $t = 5,10$ ; $p < 0,001$ ).
BVS	TEIXEIRA, M. M. R. <i>et al</i>	Efeitos da música no pós-operatório em pacientes hospitalizados	Analisar a influência da música na dor do pós-operatório e nos sinais	Original, quantitativa	A amostra foi constituída por 50 pacientes, sendo 29 (58%) do sexo masculino. Foram observadas diferenças

			vitais de pacientes hospitalizados.		estatisticamente significantes na escala de dor e nas variáveis Pressão arterial diastólica e Frequência Respiratória ( $p < 0.05$ ) quando comparadas as medidas antes e depois da musicoterapia.
BVS	SANTOS, M.S. <i>et al</i>	Práticas integrativas e complementares: avanços e desafios para a promoção da saúde de idosos	Identificar avanços e desafios na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares para a promoção à saúde de idosos	Original qualitativa	As práticas integrativas revelam melhoria da saúde e bem-estar dos idosos. Gestores da saúde apoiam a oferta dessas práticas na atenção primária à saúde. O desafio encontrado é ampliar a participação dos idosos e a oferta de cursos aos orientadores dessas práticas.
BVS	ARAÚJO, L.F. <i>et al</i>	A musicoterapia no fortalecimento	Investigar a musicoterapia como promotora	Estudo de investigação avaliativa, com abordagem	Os resultados mostraram que a musicoterapia entre idosos

		da comunicação entre idosos institucionalizado	do fortalecimento da comunicação entre os idosos institucionalizados de uma determinada Instituição de Longa Permanência estado do Piauí	qualitativa.	institucionalizados pode contribuir para o fortalecimento da comunicação, propiciando a sua socialização junto a profissionais e funcionários, além de consequentessinais de recuperação da auto-estima.
BVS	LOPES, C. D. J. <i>et al</i>	Benefícios da musicoterapia no idoso com demência: revisão integrativa da literatura	Identificar quais os benefícios da musicoterapia na pessoa idosa com demência	Revisão integrativa da literatura	A musicoterapia pode ter efeitos benéficos no alívio ou redução dos principais sintomas associados à demência, nomeadamente, ao nível da agitação, ansiedade e depressão.

Fonte: Elaboração própria.

O quadro 1 expõe a síntese das principais evidências dos estudos analisados. Foi possível verificar alguns benefícios da utilização da musicoterapia na terceira idade dentre os artigos publicados sobre a temática.



No estudo Medeiros (2021), aponta que o grupo de convivência de idosos após intervenções com a música reduziram o nível de estresse consideravelmente. O autor também enfatiza que é um recurso que pode ser utilizado diariamente, sendo considerado de baixo custo e sem contraindicações.

Corroborando com esse estudo, Araújo (2016) apresenta em pesquisa que a estratégia musical utilizada no centro de convivência resultou em efeitos positivos, no qual promoveu a comunicação acentuada entre os idosos e os profissionais favorecendo a expressão verbal, afeto e cuidado. Dessa forma, a música é um recurso simples para muitos, porém com repercussões terapêuticas.

Nessa vertente, no que tange aos aspectos emocionais dos idosos, a pesquisa obteve pontos positivos para pacientes com depressão, tendo em vista que o recurso terapêutico da música, proporcionou a redução dos sintomas depressivos cerca de 0,36 pontos por semana de acordo com a escala MADRS (JUNIOR, 2018).

Em concordância com esse estudo, Firmeza (2017) enfatiza que idosos com neoplasias de cabeça e pescoço exposto a música atingiu efeito positivo, cerca de 75% havendo uma redução no nível de ansiedade apresentado pelos participantes da pesquisa.

Outro ponto observado foi em idosos no pós operatório, onde a utilização da música por 15 minutos possibilitou redução do limiar de dor, frequência respiratória e temperatura. Dessa forma, a musicoterapia é uma alternativa complementar eficaz e acessível para garantir o bem-estar da pessoa idosa (TEIXEIRA, 2018).

Além disso, a musicoterapia também tem benefícios em idosos com demência e Alzheimer. Pesquisa realizada por Santos (2018) constatou a aplicação da experiência musical que atua de forma vigorosa e como sustento emocional para avanço de capacidades remanescentes do idoso.

Nessa vertente, Lopes (2019) também compartilha o estudo supracitado, no qual a musicoterapia traz benefícios nos principais sintomas da demência que acarreta a pessoa idosa, o autor destaca também resultados positivos na força muscular, redução no risco de queda e melhorar a qualidade de vida.

## **CONCLUSÃO**

Portanto, diante do exposto no qual o idoso precisa de assistência holística é evidente os benefícios da música na pessoa idosa como forma complementar de garantir o bem estar e qualidade de vida.

Nesse contexto, ainda ocorre desafios para implementação desse recurso terapêutico, tendo em vista a falta de conhecimento e informação dos profissionais de saúde atrelado a fatores que só a medicação resolve.

Dessa forma, cabe políticas públicas que tragam cada vez mais evidências científicas sobre o tema, juntamente com cursos sobre PNPIC de forma a ampliar sobre essa terapêutica eficaz.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, L. F *et al.* A Musicoterapia no fortalecimento da comunicação entre os idosos institucionalizados. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 19, n.22, p. 191-205, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS – PNPIC. Brasília**, 2006.

CARNEIRO, J. A *et al.* Fragilidade em idosos: prevalência e fatores associados. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v.70, n.4, pág. 780- 785, 2017.

CARNEIRO, J. L *et al.* Saúde do idoso e atenção primária: autonomia, vulnerabilidade, e os desafios do cuidado. **Revista Saúde Pública**, v.55, n, 29, 2021.

FIRMEZA, M. A *et al.* Uso da música no controle da ansiedade em ambulatório de cabeça e pescoço: ensaio clínico randomizado. **Revista Esc Enferm USP**, v.51, 2017.

JUNIOR, C. R. P *et al.* Estratégias não farmacológicas utilizadas na redução da depressão em idosos: Revisão sistemática. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v.8, 2018.

LOPES, C. D. J *et al.* Benefícios da musicoterapia no idoso com demência: revisão integrativa da literatura. **Revista Investigação Enfermagem**, v.2, n. 26, p. 45-59, 2019.

MEDEIROS, J. S. S *et al.* Efeito da música como recurso terapêutico de convivência para pessoas idosas. **Revista Rene**, v.22, 2021.

MENDES, K. D. S; SILVEIRA, R. C. C. P; GALVÃO, C. M. Uso de gerenciador de referências bibliográficas na seleção dos estudos primários em revisão integrativa. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 28, 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Um relatório sobre desafios impacta a vida de idosos[*internet*]. 2019. Disponível em: <https://sbgg.org.br/oms-divulga-metas-para-2019-desafios-impactam-a-vida-de-idosos/>

SANTOS, M. S *et al.* Práticas integrativas e complementares: avanços e desafios para a promoção da saúde de idosos. **Revista Mineira Enfermagem**, v.22, pág. 11-25, 2018.

TEIXEIRA, M. M. R *et al.* Efeitos da música no pós operatório em pacientes hospitalizados. **Revista Médica de Minas Gerais**, v. 28, pág. 19-29, 2018.