

PRÁTICAS INTEGRATIVAS EM SAÚDE: MUSICOTERAPIA COMO RECURSO FACILITADOR DA ATENÇÃO À SAÚDE DO IDOSO EM PROJETOS DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

Paula Cristina Dantas Cavalcante¹; Maísa Isabella Faustino dos Santos²; Priscilla Dantas Cavalcante³;

^{1,2}Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas – UNCISAL.

^{1,2}Graduandas do curso de enfermagem, ⁴Enfermeira, Pós-graduada em Urgência e Emergência pelo Centro Universitário CESMAC.

E-mail: paulacavalcantec@hotmail.com¹, maisaisabella@hotmail.com², priscillacamilly@hotmail.com³.

RESUMO

Introdução: O envelhecimento populacional compõe um importante fenômeno mundial, que teve início em países desenvolvidos e em desenvolvimento. Dessa maneira, pesquisas sobre esse grupo social são bastante relevantes, refletindo assim, as modificações ocorridas no Brasil, e fazendo com que, sejam desenvolvidas pelas entidades governamentais, ações na área de saúde que contribuam com esse novo cenário¹. **Objetivo:** o relato tem por objetivo descrever as ações desenvolvidas e as contribuições de um projeto de extensão universitária para idosos da comunidade, como também, para a formação de acadêmicos. **Metodologia:** o estudo faz parte de ações desenvolvidas pelo projeto UNCISATI, vinculado à Pró-Reitoria de Extensão, na Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas. As vivências foram realizadas no primeiro semestre do ano de 2017, com a participação de acadêmicos de enfermagem e uma profissional da área de psicologia, sendo instrutores do projeto, onde se utilizou como recurso facilitador, promoção da saúde e práticas integrativas e complementares em saúde, a qual foi escolhida a musicoterapia. **Resultados:** são criados espaços para os grupos de idosos, onde se abordam variados temas acerca do envelhecimento saudável e prazeroso. São desenvolvidas dinâmicas em grupo, com a finalidade de motivar e estimular a autoconfiança no processo de envelhecimento. Nos encontros, conseguiu-se fortalecer a ideia do idoso como protagonista no processo de envelhecer de maneira ativa, fundamentando-se na promoção da saúde. Pôde-se constatar esta conquista através da fala dos idosos, que relataram como o projeto os ajudou no modo de compreender que é possível envelhecer de maneira prazerosa e saudável, sendo participativos na sociedade. Em momentos específicos da oficina foi desenvolvida rodas de conversa a respeito das terapias integrativas e complementares. Houve a descrição dos tipos de terapias, como elas funcionam e o seu propósito, muitos relaram que já usaram as terapias, ou que ainda usam, sendo as mesmas, bastante benéficas para o bem-estar. Depois dessa troca de saberes, trouxemos para a oficina em variados momentos a musicoterapia. Ao final das dinâmicas, os idosos descreveram as práticas de musicoterapia como sendo prazerosas e animadoras. Algumas músicas traziam sentimentos de emoção e outras, lembranças da juventude. Uma participante do grupo é musicista, e contribuiu com os momentos de musicoterapia, trazendo o instrumento de teclas eletrônico para os encontros. As músicas eram escolhidas pelos idosos e arremetiam para momentos especiais de todos os presentes no grupo. **Conclusão:** Nessa vivência, a avaliação dos idosos ao final das atividades traduz o quão importante são as ações deste projeto como espaço de promoção à saúde, possibilitando importantes abordagens sobre o envelhecimento ativo e prazeroso, contribuindo para motivação e autoestima dos idosos, como seres protagonistas da saúde. A musicoterapia contribuiu de maneira significativa na promoção da saúde, no bem-estar físico e emocional e na interação do grupo, mostrando assim, os benefícios das terapias alternativas e completares na saúde. O contato com grupos específicos da população, ofertados por projetos de

extensão, permite que o acadêmico da área da saúde desenvolva reflexões e habilidades sobre as diversas maneiras de promover à saúde, possibilitando grandes percepções aos futuros profissionais.

Palavras-chave: Atenção à saúde do idoso, Relações Comunidade-Instituição, Práticas de Saúde Integrativas e Complementares.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional compõe um importante fenômeno mundial, que teve início em países desenvolvidos e em desenvolvimento, em decorrência do aumento da população idosa se comparado com os demais grupos etários¹. Dessa maneira, pesquisas sobre esse grupo social são bastante relevantes, refletindo assim, as modificações ocorridas no Brasil, e fazendo com que, o governo disponha de ações na área de saúde que contribuam com esse novo cenário¹.

Essas transformações acontecem de maneira acelerada em uma sociedade pouco instituída para tamanha modificação². Os índices apontam que, em 2025, o Brasil terá a sexta maior população mundial de idosos, representando próximo de 15% do povo brasileiro, ou seja, equivalente a 30 milhões de pessoas³.

A Política Nacional de Promoção da Saúde, contida no Pacto pela Saúde, demonstra a atribuição do Ministério da Saúde com a ampliação e a qualificação das ações de promoção da saúde nos serviços e na gestão do Sistema Único de Saúde (SUS). O Pacto pela Vida, que faz parte do Pacto pela Saúde, inclui, como propósito e prioridades, a atenção à saúde do idoso⁴.

Os programas de promoção da saúde do idoso se tornam mais imprescindíveis diante de um cenário de envelhecimento populacional. No momento atual, o maior número dos programas destinados aos idosos se encontra no espaço público ou na extensão universitária. Geralmente, os programas focam em ações que priorizam o envelhecimento ativo, evidenciando a longevidade, desenvolvendo a preservação da capacidade funcional e o estimulando à autonomia⁵.

Assim, as universidades desenvolvem trabalhos de extensão nas comunidades, construindo com novos e diferenciados conhecimentos⁶. Permitindo ao acadêmico o descobrir de novos recursos de aprendizagem, propiciando o aprimoramento de habilidades e competências necessárias para o contato humano⁽⁷⁻⁸⁾. A extensão universitária também proporciona a construção de saberes nos setores sociais, sendo um importante meio de comunicação entre a universidade e a sociedade⁹.

No Brasil, tem-se um grande avanço na saúde, onde ocorreu a aprovação das Terapias Complementares, em 3 de maio de 2006, pelo Ministério da Saúde, da Política Nacional de Práticas

Integrativas e Complementares (PNPIC), Portaria nº 971, que “recomenda adoção pelas Secretarias de Saúde dos Estados, do Distrito Federal e dos Municípios, da implantação e implementação das ações e serviços relativos às Práticas Integrativas e Complementares”¹⁰.

As terapias integrativas e complementares proporcionam uma visão holística do ser humano distanciando de um modelo fracionado e mecanicista, ainda dominante, que visa à tecnologia, especialidade e ao mercantilismo. Se tem-se na humanidade variadas alternativas terapêuticas complementares que deveriam ser mais incorporadas para atingir uma vida mais saudável, com uma qualidade de vida significativa¹¹. Ao assistir o paciente, o profissional de saúde deve ter uma visão abrangente, agindo na estrutura física do ser e explorando suas energias mais sutis, pois o “Todo” determina o comportamento das partes. Como consequência, o ser humano desenvolve o autocuidado, tornando-se protagonista da própria saúde¹².

As práticas complementares não convencionais podem ajudar no controle do estresse e melhorar a qualidade de vida, estimulando a relação do indivíduo com o ambiente, com seus pares e consigo mesmo, utilizando técnicas e métodos que auxiliam o profissional na orientação ao indivíduo em adoções de hábitos e costumes saudáveis¹³.

Dessa maneira, o seguinte estudo tem por objetivo descrever as ações desenvolvidas e as contribuições de um projeto de extensão universitária para idosos da comunidade, como também, para a formação de acadêmicos. Utilizando com recuso facilitador de promoção a saúde as terapias integrativas e complementares, sendo empregada como instrumento a musicoterapia.

METODOLOGIA

O estudo faz de relato de experiência, desenvolvido a partir de ações do projeto UNCISATI, vinculado à Pró-Reitoria de Extensão, na Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas. As vivências foram realizadas no primeiro semestre do ano de 2017, com a participação de acadêmicos de enfermagem e uma profissional da área de psicologia, sendo instrutores do projeto, onde se utilizou como recurso facilitador, promoção da saúde e práticas integrativas e complementares em saúde, a qual foi escolhida a musicoterapia.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

São criados espaços para os grupos de idosos onde se abordam variados temas acerca do envelhecimento saudável e prazeroso, também acontece dinâmicas em grupo para motivar e estimular a autoconfiança no processo de envelhecimento. A oficina recebe o nome de motivação e autoestima, e os discentes podem sugerir variadas abordagens para os momentos com os idosos, sempre focando em atividades que ofereçam a promoção da saúde, que motivem os idosos para serem protagonistas da sua saúde. Nos encontros, conseguiu-se fortalecer a ideia do idoso como protagonista no processo de envelhecer de maneira ativa, fundamentando-se na promoção da saúde. Pôde-se constatar esta conquista através da fala dos idosos, que relataram como o projeto os ajudou no modo de compreender que é possível envelhecer de maneira prazerosa e saudável e que a participação no projeto trazia bem-estar físico e emocional, onde se sentiam mais ativos na sociedade, mesmo estando aposentados. Em momentos específicos da oficina foi desenvolvida rodas de conversa a respeito das terapias integrativas e complementares, destacou-se que as práticas são ofertadas pelo Sistema Único de Saúde (SUS), e que elas contribuem de maneira considerável no melhoramento da saúde. Houve a descrição dos tipos de terapias, como elas funcionam e o seu propósito, muitos relaram que já usaram as terapias, ou que ainda usam, sendo as mesmas, bastante benéficas para o bem-estar. Depois dessa troca de saberes, trouxemos para a oficina em variados momentos a musicoterapia. Algumas músicas traziam sentimentos de emoção e outras, lembranças da juventude. Uma participante do grupo é musicista, e contribuiu com os momentos de musicoterapia, trazendo o instrumento de teclas eletrônico para os encontros. As músicas eram escolhidas pelos idosos e arremetiam para momentos especiais de todos os presentes no grupo. Ao final das dinâmicas, os idosos descreveram as práticas de musicoterapia como sendo prazerosas e animadoras. Pode-se perceber que a interação do grupo tornou-se mais fortalecida com esses momentos, a atenção do idoso foi mais estimulada e todos participaram dos momentos, escolhendo as músicas ou cantando.

CONCLUSÕES

Nessa vivência, a avaliação dos idosos ao final das atividades traduz o quão importante são as ações deste projeto como espaço de promoção à saúde, possibilitando importantes abordagens sobre o envelhecimento ativo e prazeroso, contribuindo para motivação e autoestima dos idosos, como seres protagonistas da saúde. A musicoterapia contribuiu de maneira significativa na promoção da saúde, no bem-estar físico e emocional e na interação do grupo, mostrando assim, os benefícios das terapias integrativas e completares na saúde. O contato com grupos específicos da população, ofertados por projetos de extensão, permite que o acadêmico da área da saúde

desenvolva reflexões e habilidades sobre as diversas maneiras de promover à saúde, possibilitando grandes percepções aos futuros profissionais.

REFERÊNCIAS

1. Peregrino, Antônio Augusto de Freitas; Witter, 2012; Monteiro, 2013; Vieira, 2016 et al. Buscando a inserção dos idosos nas ações de promoção social e de saúde. **Rev. enferm.** UERJ, Rio de Janeiro, 2012 out/dez, v. 20, n. 4, p. 513-518. Disponível em: <<http://www.facenf.uerj.br/v20n4/v20n4a17.pdf>>. Acesso em: 03 ago. 2016.
2. Veras R. Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações. **Rev Saúde Pública.** 2009; 43(3): 548–44.
3. Veras R. A novidade da agenda social contemporânea: a inclusão do cidadão de mais idade. **A Terceira idade.** 2003; 14(28):6–29.
4. Brasil, Ministério da Saúde. Portaria 2 528/ 2006. Disponível em: http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2013/prt0528_01_04_2013.html. Acessado em 09 de setembro de 2017.
5. Assis M, Hartz ZM, Valla VV. Programas de promoção da saúde do idoso: uma revisão da literatura científica no período de 1990 a 2002. **Cienc Saude Coletiva.** 2004; 9(3): 557–81.
6. Divino AEA, Oliveira CEL, Costa CAC, Souza Neta HR, Campos LS, Menezes RMJ, et al. A extensão universitária quebrando barreiras. **CGHS,** 2013; 1(16):135-40.
7. Condo EP, Kenneth EM. Health professions and cooperative extension: an emerging partnership [periódico on-line]. **JOE.** 2002; 40(4).
8. Guillis DE, Leona ME. Extension and health promotion: an adult learning approach. **J Extensio.** 2001; 39(3): 1-12.
9. Ribeiro RMC. A extensão universitária como indicativo de responsabilidade social. **Revista Diálogo Pesquisa Extensão Universitária.** 2011; 15(1): 81-8
10. BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. Portaria nº 971- Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares PNPIC no Sistema Único de Saúde. Brasília, 3 de maio de 2006.
11. SILVA, Luana Batista. Terapias complementares e integrativas: conhecimento e utilização pelos docentes do curso de graduação em enfermagem de uma instituição pública, 2012, 43f. (Trabalho de Conclusão de Curso). Universidade Estadual de Feira de Santana. Feira de Santana: 2012.
12. PARANAGUÁ, T. T. B. et al. As Práticas Integrativas na Estratégia Saúde da Família: Visão dos Agentes Comunitários de Saúde. **Rev. enferm.** UERJ, Rio de Janeiro, 2009 jan/mar; 17(1):75-0.

13.LIMA, I. C., Terapias complementares: ética e legislação. Departamento de Saúde. Feira de Santana: UEFS, 2009.