

UTILIZAÇÃO DA MUSICOTERAPIA NA PREVENÇÃO DOS AGRAVOS À SAÚDE DOS IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS

Jovelina Fernandes da Silva ⁽¹⁾; Letícia de Sousa Eduardo; Jessiely Karine de Souza Vieira ⁽¹⁾;
Lucelia Fernandes Diniz; Francisco Fábio Marques da Silva ⁽²⁾

- ⁽¹⁾ *Discente de bacharelado em enfermagem do Centro de Formação de Professores da Universidade Federal de Campina Grande. Cajazeiras (PB). E-mail: jove_lina@live.com*
- ⁽¹⁾ *Discente de bacharelado em enfermagem do Centro de Formação de Professores da Universidade Federal de Campina Grande. Cajazeiras (PB), Brasil. E-mail: leticialivesousa@gmail.com*
- ⁽¹⁾; *Discente de bacharelado em enfermagem do Centro de Formação de Professores da Universidade Federal de Campina Grande. Cajazeiras (PB), Brasil. E-mail: siellykariine@hotmail.com*
- ⁽¹⁾; *Discente de bacharelado em enfermagem do Centro de Formação de Professores da Universidade Federal de Campina Grande. Cajazeiras (PB), Brasil. E-mail: luceliafdiniz@gmail.com;*
- ⁽²⁾ *Professor Adjunto III da Universidade Federal de Campina Grande – Farmacêutico e Doutor em biologia Celular e Molecular pela Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto/SP . E-mail: fabiomarques@cfp.ufcg.edu.br*

Resumo: O aumento da longevidade e a redução das taxas de mortalidade fazem parte da realidade de muitas sociedades, estima-se que até 2025 o Brasil seja o sexto país com maior número de pessoas idosas no mundo. À medida que a população envelhece, aumenta a procura por instituições de longa permanência para idosos. A institucionalização pode trazer inúmeras consequências negativas, devido à mudança repentina de vida, e isso gera muitos agravos para a saúde dos idosos. Este estudo tem como objetivo descrever a experiência a partir das atividades desenvolvidas através de um projeto de extensão, no qual utiliza a música como terapia para promoção da qualidade de vida dos idosos institucionalizados. Trata-se de um estudo qualitativo, descritivo, do tipo relato de experiência, a respeito da vivência extensionista durante as atividades de um projeto de extensão vinculado ao PROBEX, da Universidade Federal de Campina Grande. A partir deste relato, foi possível perceber que a utilização da música mostrou-se ser eficaz para minimizar o agravamento das suas incapacidades de ordem física e mental, além de permitir resgatar algumas das suas capacidades perdidas ao longo da institucionalização. A musicoterapia é uma terapêutica que não apenas contribui na humanização dos cuidados em saúde, mas também constitui uma forma inovadora, simples e criativa para alívio da dor, tratamento de distúrbios psicossomáticos, físicos e espirituais, contribuindo para um envelhecimento saudável. Acredita-se que a música nas instituições asilares faz-se necessária, uma vez que esta terapia é capaz de minimizar os agravos à saúde além de contribuir para o reestabelecimento das incapacidades funcionais.

Palavras-chave: Musicoterapia, Idosos, Institucionalização.

INTRODUÇÃO

O aumento da longevidade e a redução das taxas de mortalidade fazem parte da realidade de muitas sociedades, segundo a OMS, nas últimas décadas o número da população de idosos, pessoas com 60 anos ou mais está crescendo rapidamente do que qualquer outra faixa etária em todo o mundo. No Brasil o perfil demográfico está mudando, estima-se que até 2025 este seja o sexto país com maior número de pessoas idosas no mundo (WORLD HEALTH ORGANIZATION - WHO, 2005).

Concomitante ao processo de envelhecimento surge às modificações no organismo da pessoa idosa, tais como nas funções biológicas, psicológicas e sociais. As mudanças biológicas são compreendidas como alterações morfológicas, vistas por aparecimento de rugas e o branqueamento dos cabelos.

Quanto às mudanças fisiológicas, compreendem as alterações das funções orgânicas. Nas alterações psicológicas, o indivíduo precisa adaptar-se ao processo de envelhecimento. Já com relação as mudanças sociais que podem surgir nos novos conflitos diante de valores apresentados pela convivência social (SANTOS, 2012).

À medida que a população envelhece, ocorre um aumento pela procura por instituições de longa permanência para idosos devido à redução da capacidade física, cognitiva e mental, e com isso, muitos idosos estão sendo abrigados em instituições asilares por seus familiares, uma vez que estes podem apresentar dificuldades em cuidar da pessoa idosa (CAMARANO, 2010; FREITAS, 2010).

Nesse contexto, devido às perdas funcionais, a falta de cuidador, condições socioeconômicas desfavoráveis, assistência familiar seja financeira ou psicológica insatisfatória, sedentarismo e níveis de saúde precários são os principais motivos que levam a institucionalização, e que dessa forma, torna o idoso isolado da sociedade, ocasionando a diminuição de sua autoestima, causando a perda da identidade e por consequência, fazendo com que o idoso se sinta desvalorizado (OLIVEIRA et al., 2012). O despertar musical em um paciente idoso é um grande avanço para a promoção de uma melhor qualidade de vida, tendo em vista que a música é capaz de melhorar o desenvolvimento motor e cognitivo, é também responsável por facilitar a expressão e manifestação dos sentimentos, já que é considerada uma forma de comunicação que promove maior interação social e pode estimular o idoso a refletir sobre sua vida (PADILHA, 2008). A utilização da música e seus elementos, tais como: som, ritmo, melodia e harmonia promovem mudanças físicas, mentais, sociais e

emocionais no idoso institucionalizado pelo fato de ser uma forma de expressão e linguagem que possui fatores multissensoriais (SILVA & PIAZZETTA, 2013).

Neste sentido, este estudo se torna relevante à medida que busca mostrar a partir da vivência extensionista os benefícios terapêuticos da música para idosos que possuem incapacidades funcionais que residem em uma instituição de longa permanência no município de Cajazeiras – PB, no alto sertão Paraibano. Diante destas considerações, propôs-se com esse estudo descrever a experiência através realização de um projeto de extensão, no qual utiliza a música como terapia para promoção da qualidade de vida de idosos de uma Instituição de Longa Permanência (ILP).

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo qualitativo, descritivo, do tipo relato de experiência, a respeito da vivência extensionista durante as atividades de um projeto de extensão vinculado ao PROBEX, da Universidade Federal de Campina Grande, intitulado: “A utilização da música como terapia na arte de cuidar de pessoas institucionalizadas em um lar de idosos da cidade de Cajazeiras- PB”.

A investigação, com caráter descritivo, permite à observação, o registro, a análise e a correlação entre acontecimentos ou fenômenos sociais, além de favorecer a descrição minuciosa de fatos, depoimentos e situações que qualificam a análise dos discursos de forma mais abrangente (GIL, 2008).

A abordagem qualitativa responde a questões especialmente singulares, pois se preocupa nas ciências sociais em explorar um universo de significações, aspirações, motivos, crenças, valores e atitudes, e não com níveis de realidades quantificáveis. Assim, essa abordagem equivale a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem se limitar à operacionalização de variáveis (MINAYO, 2007).

O projeto foi realizado durante os meses de Maio de 2015 a Junho de 2016, em uma instituição de longa permanência localizada no município de Cajazeiras – PB, no alto sertão Paraibano.

O projeto de extensão supracitado tem como objetivo produzir a melhora da qualidade de vida dos idosos institucionalizados, por meio da musicoterapia, uma vez que esta atua contribuindo na ressocialização através de rodas de músicas, bem como no restabelecimento das incapacidades funcionais presentes nos idosos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com Bueno (2008) os idosos que permanecem por muitos anos institucionalizados, podem perder o vigor e passarem a não gostar ou conseguir conviver em grupo, devido ao longo do tempo em que viveu isolado do contato social e, assim, adquiriram dificuldades de locomoção e até mesmo de comunicação nesses ambientes.

Existem duas concepções sobre o envelhecimento humano que são vistas de modo incorreto pela sociedade. A primeira consiste em considerar que o aparecimento de doenças é justificado pela senescência, e que variadas patologias possam ser dificilmente tratadas e diagnosticadas precocemente, e, subsequentemente tem-se a compreensão de que o surgimento inicial de sinais e sintomas de doenças é originado pelo próprio processo de envelhecimento natural e que a realização de exames e tratamentos são desnecessárias (BRASIL, 2006). Portanto, falar em velhice não significa que a mesma venha acompanhada de doenças, pois muitos indivíduos conservam a saúde até a idade avançada.

Para o tratamento e prevenção de patologias que comumente acometem os idosos são utilizadas terapias farmacológicas e não farmacológicas. Essas medidas citadas por último podem ser prescritas pelos diferentes tipos de profissionais, e mostram-se eficazes, uma vez que tem por finalidade reduzir os danos e a evolução da doença que acometem os idosos. Nesse contexto, a música foi utilizada no projeto como a terapia não farmacológica.

Segundo Egelhardt *et al* (2005), a utilização da música apresenta vários efeitos benéficos para a vida do idoso, pois proporciona o resgate de lembranças relacionadas as vivências da juventude, pessoas e lugares, resgata a memória musical e a memória recente; relembra sentimentos e pensamentos. Além disso, permite que os idosos expressem manifestações corporais, por meio da fisionomia facial, além de ser benéfica para o controle da dor, a música age reduzindo os problemas de comportamento, tais como o isolamento, agressividade, entre outros.

Desse modo, a utilização da música como uma terapia, procura reestabelecer à saúde do idoso, além de resgatar a capacidade de crença, sua importância como sujeito único no contexto social dentro da instituição, promovendo melhorias na qualidade de vida do indivíduo institucionalizado.

Durante as seções de musicoterapia, observou-se que os idosos apresentavam-se participativos, inclusive alguns são integrantes da banda como músicos. Além disso,

observou-se melhora na locomoção dos idosos, expressões de alegria, criação de laços afetivos durante o momento da terapia, o que mostra que a utilização dessa ferramenta pode contribuir para minimizar os agravamentos das suas incapacidades de ordem física e mentais.



Figura 1. PROBEX/UFCG



Figura 2. PROBEX/UFCG

Os idosos apresentaram participação ativa nas atividades de musicoterapia, cantaram músicas que relembram o seu passado, além de terem apresentado a capacidade de aprender músicas atuais, o que mostra que a música tem influência na memória, pois segundo Gomes e Amaral (2012), a música intervém diretamente na recuperação da memória do idoso e dessa forma, é uma terapia que promove a estimulação de diversas áreas do cérebro, gerando mudanças físicas, mentais, sociais e emocionais no idoso institucionalizado, ajudando-os a compreender essa nova fase da vida, evitando doenças crônicas relacionadas à memória possibilitando assim, o envelhecimento ativo e saudável.

A música é um importante meio de contribuição para o desenvolvimento da coordenação motora e reestabelecimento da memória. Assim, a terapia com a música é capaz de auxiliar na reinserção do idoso na sociedade, visto que além de recuperar a capacidade motora de alguns movimentos, passa também a se sentir útil para a sociedade e para si próprio, proporcionando assim mais autonomia e menos solidão, o que pode evitar doenças depressivas, o que é uma característica do envelhecimento patológico (OLIVEIRA et al, 2012).

Nessa perspectiva, durante a realização das atividades houve um notório envolvimento dos idosos, mostrando uma interação com os músicos e com os seus cuidadores. Mostrou-se assim, que a música pode atuar reestabelecendo a capacidade de comunicação que é perdida devido ao processo de institucionalização.



Figura 3. PROBEX/UFCG



Figura 4. PROBEX/UFCG

A ausência das relações sociais segundo descreve os autores Fernandes; Falcone; Sardinha (2012) pode ser considerada um fator de risco a saúde, tanto quanto a hipertensão arterial, o tabagismo, a obesidade e a inatividade física, além das incapacidades funcionais e depressão.

Carmona e Melo (2000) afirmam que uma pessoa que participa de atividades lúdicas é capaz de desenvolver relações sociais de apoio e dessa forma possuem mais chances de reestabelecer suas capacidades funcionais que foram perdidas, além de prevenir problemas de saúde mental.

Os distúrbios da marcha e do equilíbrio estão presentes nas ILPs em virtude do aumento da idade, os idosos apresentam dificuldades na postura e locomoção. Desse modo, a música e os movimentos corporais que a mesma provoca favorecem a manutenção de habilidades físicas que são fundamentais para a realização de atividades diárias, bem como a prevenção do surgimento de incapacidades funcionais (MOURA, 2015).

Nesse contexto, um dos fatores que está associado à diminuição da capacidade funcional é a inatividade física, algo que está presente nas ILP. Dessa forma, é de fundamental importância à implantação de terapias alternativas como a música, no intuito de proporcionar atividade física por meio da dança e assim atenuar ou reverter à perda de massa muscular nos idosos (CIANCIARULLO, et al 2002).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir deste relato, foi possível perceber que música mostra-se como terapia que é capaz de minimizar os agravos gerados pelo processo de institucionalização, uma vez que permitiu a socialização dos idosos, além de contribuir para diminuir os impactos das doenças

que são comuns ao processo de envelhecimento.

Desse modo, é emergente o desenvolvimento de atividades lúdicas como a música, uma vez que esta permite a interação social, bem como o desenvolvimento de novas relações, atuando no reestabelecimento de capacidades funcionais de ordem física, social e psicológica e conseqüentemente da qualidade de vida de idosos institucionalizados, visando assim, o bem-estar biopsicossocial.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Envelhecimento e saúde da pessoa idosa / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica – Brasília : Ministério da Saúde, 2006.

BUENO, M. R. A musicalização na terceira idade com a utilização da flauta doce: abordagens para uma melhor qualidade de vida. **XVII encontro nacional da ABEM**. São Paulo, 8 a 11 de outubro de 2008.

CAMARANO, A. A.; KANSO, S. As instituições de longa permanência para idosos no Brasil. **Revista brasileira de estudos de população**, v. 27, n. 1, p. 232-235, 2010.

CIANCIARULLO, T. I, et al. **Saúde na família e na comunidade**. São Paulo: Robe Editorial; 2002.

CARMONA, C. G. H., & Melo, N. A. Comunicação interpessoal: **Programa de treinamento em Habilidades Sociais**. Santiago, Chile: Ediciones. Universidade Católica do Chile. 2000.

DA FONSECA, K.C. et al. Credibilidade e efeitos da música como modalidade terapêutica em saúde. **Revista eletrônica de Enfermagem**, v. 8, n. 3, p. 398-403, 2009.

DE OLIVEIRA, GC & Colaboradores; **A contribuição da musicoterapia na saúde do idoso**. Cadernos UniFOA. Edição nº 20 - Dezembro/2012.

ENGELHARDT, E. et al. O tratamento da doença de Alzheimer: Recomendações e sugestões do Departamento Científico de Neurologia Cognitiva e do Envelhecimento da Academia Brasileira de Neurologia **Arquivos de Neuro-Psiquiatria**, v 63, n. 4, p. 1104-1112, 2005.

FERNANDES, C. S.; FALCONE, E. M. O.; SARDINHA, Aline. Deficiências em habilidades sociais na depressão: estudo comparativo. **Psicol. teor. prat.**, São Paulo, v. 14, n. 1, p. 183-196, abr. 2012.

FREITAS, Mariana Ayres Vilhena De; SCHEICHER, Marcos Eduardo. Qualidade de vida de idosos institucionalizados. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, p. 395-401, 2010.

GIL, C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5 ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GOMES, L & AMARAL, J. B. os efeitos da utilização da música para os idosos: revisão Sistemática. **Revista Enfermagem Contemporânea**. Salvador, v.1, n.1. p.103-117. dez. 2012.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 10^a.ed. São Paulo: Hucitec--Abrasco, 2007.

MORESI, Eduardo; **Metodologia da Pesquisa**. Universidade católica de Brasília – UCB. Brasília, 2003.

MOURA, J.G.P. A utilização da música como terapia para idosos institucionalizados. Trabalho de conclusão de curso (TCC) – Unidade Acadêmica de Enfermagem (UAENF), Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), Cajazeiras, 2015. Fls.65.

PADILHA, M. C. P. A musicoterapia no tratamento de crianças com perturbação do espectro autista. 2008. 113f. **Dissertação de Mestrado**– Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade da Beira Interior, Portugal, 2008.

OLIVEIRA, Cláudia Clarindo et al. A dor e o controle do sofrimento. **Rev Psicofisiol., Belo Horizonte**, v. 1, n. 1, p. 1-26, 1997.

SANTOS, Silvana Sidney Costa. Theoric-phylosophic conceptions about aging, old age, aged and gerontogeriatric nursing. **Revista brasileira de enfermagem**, v. 63, n. 6, p. 1035-1039, 2010.

SILVA, L. L; PIAZZETTA, C. M. F. A institucionalização do idoso. **Anais do XV Fórum Paranaense de Musicoterapia nº 15**. Paraná 2013.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Envelhecimento ativo: uma política de saúde / World Health Organization; tradução Suzana Gontijo. – Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005. 60p.: il.