

A UTILIZAÇÃO DA MUSICOTERAPIA NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS

Vanessa Dantas de Macena⁽¹⁾; Carla Aparecida Leite Bandeira⁽¹⁾; Franciclébia Ferreira Bezerra e Silva⁽²⁾; Ane Iara Nonato de Souza⁽³⁾; Francisco Fábio Marques da Silva⁽⁴⁾.

^{1,2,3} Acadêmicas do Curso de Bacharelado em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande – UFCG. E-mail: vanessa_bj12@hotmail.com; calalbandeira_40@hotmail.com; clebiaferreira2014@gmail.com; aneyaranonato@gmail.com; ⁴ Professor Adjunto III da Universidade Federal de Campina Grande – Farmacêutico, Doutor em Biologia Celular e Molecular pela Faculdade Medicina de Ribeirão Preto/SP. E-mail: fabiomarques@cfp.ufcg.edu.br.

INTRODUÇÃO

A depressão é um transtorno psiquiátrico considerado como um problema sério de saúde pública a nível mundial, isto devido a sua alta taxa de morbimortalidade (STRAWBRIDGE et al., 2002). Trata-se de uma enfermidade caracterizada principalmente pela perda de sono e peso, sentimento de culpa, ideação suicida, queixa de dores e, esporadicamente, alguns sinais e sintomas compatíveis com uma psicose. Estes sintomas são bem mais frequentes em idosos do que em pessoas jovens (MORAES et al., 2007).

Em idosos, a depressão não é vista apenas como uma doença, mas sim como uma síndrome, pois engloba diversos aspectos clínicos, etiológicos e conseqüentemente de tratamento. Esta quando possui um início tardio, está relacionada a outras doenças clínicas ou anormalidades cerebrais. Dentre as principais causas da depressão em idosos encontram-se fatores genéticos, eventos vitais, doenças incapacitantes, dentre outros (STELLA et al., 2002).

Quanto antes for confirmado o diagnóstico de depressão, mais rápido será o início do tratamento; este por sua vez é de fundamental importância para que o sofrimento psíquico e o risco de suicídio sejam diminuídos, assim como seja estabelecido uma melhora no estado físico geral e no estilo de vida do idoso. O tratamento da depressão em idosos é bastante delicado e requer intervenções específicas e especializadas (STELLA et al., 2007).

Os fármacos antidepressivos são bastante utilizados no tratamento da depressão por apresentarem resultados satisfatórios, porém várias terapias podem ser usadas como coadjuvantes e surtem efeitos positivos. Dentre elas, encontra-se a musicoterapia que consiste na utilização da música como uma forma de melhorar o sistema imunológico, aliviar a dor, reduzir os níveis de stress e ansiedade e melhorar o estado de ânimo (CARDOSO, 2010).

Em pacientes que apresentam pouca ou nem uma interação social, sintoma este encontrado na depressão, a música tem a capacidade de refazer identidades, integrar pessoas, diminuir a ansiedade e proporciona a construção de uma autoestima positiva (ANDRADE, PEDRÃO, 2005).

A musicoterapia possui uma fundamental importância, pois ela é capaz de fazer com que o paciente que se encontra isolado socialmente e com dificuldade de comunicar-se com as pessoas ao seu redor, produza música, sons, movimente-se, se expresse e com isso consiga encontrar uma forma de se comunicar, liberar seus sentimentos e realizar-se (SILVA, 2008). Segundo Guimarães (1989) a música funciona como uma legítima renovação que ajuda os pacientes, cada vez mais, a desempenhar um papel mais amplo e funcional na vida. Ela também favorece a vida social, sendo, assim, um componente indispensável para a integração ao meio ambiente.

Tendo em vista a importância da utilização da música como uma terapia que auxilia na redução da maioria dos sintomas apresentados na depressão, principalmente a melhora na interação social, viu-se a necessidade de comprovar a efetividade e os benefícios da musicoterapia na redução dos sintomas da depressão em idosos institucionalizados no município de Cajazeiras-PB. Sendo assim, o objetivo deste estudo consiste em identificar a efetividade e os benefícios da música em idosos que apresentam depressão e uma consequente diminuição da interação social.

METODOLOGIA

O trabalho em questão possui uma abordagem qualitativa, sendo que para alcançar seus objetivos possui caráter exploratório e intervencionista. A pesquisa qualitativa está voltada para a realidade e aspectos desta que não podem ser representada por uma expressão numérica, mas consiste no entendimento e explicação da singularidade do indivíduo como também das relações sociais (GERHARDT; SILVEIRA, 2009). O estudo exploratório consiste na detecção de novas informações sobre um determinado assunto em um ambiente onde não se tem muito conhecimento sobre este, o que é fundamental para que o pesquisador possa elaborar falhas que potencialmente estejam ligadas a realidade estudada (GIL, 1999).

A investigação intervencionista é aquela capaz de, ao mesmo tempo em que realiza um estudo, intervir na realidade estudada buscando não apenas identificar e explicar a realidade, mas de interferir de forma direta na resolução de problemas (MORESI, 2003).

A localidade onde foi realizado este estudo foi o lar de idosos Luca Zorn, que está localizado na cidade de Cajazeiras- PB. Nesta instituição é desenvolvido um projeto de extensão que usa a musicoterapia como uma forma de cuidar, e isto favoreceu o desenvolvimento da pesquisa. Tendo a instituição de longa permanência como cenário para realização do presente estudo, logo a população e amostra da pesquisa são compostas pelos idosos que residem no lar.

Os indivíduos que poderão participar serão aqueles que residem na instituição, possuem idade igual ou superior a 60 anos e que concordem em participar. Os que não possuem condições de expressar reações que interessem a pesquisa e que não apresentam os critérios de inclusão supracitados serão excluídos do estudo.

A análise dos dados se deu pela avaliação da interação social dos idosos que é fundamental para definir a eficiência da música como terapia para a depressão. Esta interação foi avaliada pela frequência com que os idosos compareciam as apresentações musicais e a participação direta destes durante as apresentações. A pesquisa respeita os princípios éticos presentes na resolução N° 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS). O estudo foi submetido ao comitê de ética em pesquisa da Universidade Federal de Campina Grande, campus de Cajazeiras-PB, com parecer favorável CAAE N° 39138414.9.0000.5575.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A música subdivide-se em três elementos básicos que são a melodia, harmonia e ritmo; esta constituição possui um grande potencial no que diz respeito a induzir alterações, fisiologicamente falando, em um indivíduo (OLIVEIRA et al., 2012). A musicoterapia é a utilização da música como uma terapia que proporciona ao indivíduo submetido a ela o aumento da autoestima, interação em grupo auxilia no tratamento de doenças e, conseqüentemente, oferece uma melhor qualidade de vida (PADILHA, 2008).

A utilização da musicoterapia vem ganhando cada vez mais espaço ao longo do tempo, pelo fato de possibilitar conforto, facilitar a interação, como também diminuir a dor e ansiedade (BERGOLD et al, 2006).

Os idosos, pessoas consideradas como as que estão no fim da vida ou fora de possibilidades terapêuticas, na maioria das vezes sofrem pelo abandono dos familiares e também da sociedade.

Este abandono contribui para que haja o aumento da solidão, o esquecimento, a angústia, que faz com que eles sofram um estancamento biológico (OLIVEIRA et al, 2012).

Diversos fatores contribuem para que desencadeiem um isolamento do indivíduo idoso; dentre eles podemos encontrar a institucionalização e aposentadoria como também o fato de deixarem de ser saudáveis e de produzirem (CORTELLETTI et al, 2004). Todos esses fatores que promovem o isolamento influenciam de forma direta para o desenvolvimento da depressão em idosos; e esta doença foi bastante encontrada nos idosos do lar Luca Zorn.

Antes de iniciar o projeto de extensão que utiliza a música como terapia, era notório o isolamento, desânimo e infelicidade da maioria dos idosos que vivem na instituição. Este fato não era apenas comprovado pela observação das expressões faciais, mas também por relatos verbais dos idosos que chegavam ao ponto de afirmar que não sobreviveria até o dia do próximo encontro, o que deixava mais evidente a instalação de um quadro de depressão.

A música atua de forma fascinante como um apoio espiritual, psicoemocional, e permite que os pacientes enfrentem da melhor forma possível a doença (SALES et al, 2011). Todos estes benefícios da música puderam ser comprovados no decorrer das visitas. Notou-se que a cada semana, pois os encontros eram semanais, os idosos apresentavam uma melhora significativa do quadro de depressão, diagnóstico este comprovado pelo médico da instituição e constando no prontuário.

Além de ser notória a elevação da autoestima, alegria, esperança e interação social dos idosos, os mesmos afirmavam verbalmente se sentirem melhores desde o início do projeto. Pôde-se avaliar também que os idosos faziam questão de estarem presentes em todos os encontros, e gradativamente foram participando de forma ativa juntamente com a banda compositora do projeto; sendo que esta participação consiste em: tocar algum instrumento, cantar, pedir músicas e dançar.

A música favorece a criação de uma atmosfera de troca, que proporciona ao idoso o poder de ouvir, cantar, falar, andar, dançar, e por meio disto recompor capacidades funcionais esquecidas como também a interação com os outros idosos (MOURA, 2015). Foi exatamente isto que aconteceu com os idosos do lar Luca Zorn; e como principal consequência da musicoterapia para eles tem a melhora significativa do quadro de depressão resultando em uma melhor qualidade de vida.

CONCLUSÃO

Sendo a música uma forma importante de promover uma melhor qualidade de vida quando utilizada na forma de terapia, pôde-se observar por meio do desenvolvimento do presente estudo, que esta terapia possui o potencial de minimizar os sintomas da depressão, pois foi o que aconteceu com os idosos institucionalizados no lar de idosos Luca Zorn.

A música atuou de forma que houve uma melhora na relação dos idosos para com os outros e consigo mesmo, como também proporcionou a elevação da autoestima e autocuidado mostrando aos idosos que é possível restabelecer seu bem estar.

Com isto, o presente estudo confirma que a musicoterapia é eficaz como um coadjuvante no tratamento da depressão em idosos institucionalizados, isto pelo fato desta possuir a capacidade de reavivar um potencial anteriormente perdido durante o processo de envelhecimento.

Sendo assim, verifica-se a importância da execução de atividades deste tipo, pois estas são capazes de promover uma melhor vitalidade em todos os aspectos em relação ao idoso promovendo a este um envelhecimento digno, saudável e uma vida com maior qualidade.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BERGOLD, L.; ALVIM, N. A. T.; CABRAL, I. E. O lugar de música no espaço do cuidado terapêutico: sensibilizando enfermeiro com a dinâmica musical. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, 15(2): 262-9, abr-jun 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v15n2/a09v15n2.pdf> Acesso em 05 de Ago. 2016

CARDOSO, A.J.S. **A utilização da musica como coadjuvante terapêutico na saúde mental e psiquiátrica**. Trabalho de conclusão de curso (TCC) – Licenciatura em Enfermagem, Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade Fernando Pessoa (UFP), Porto, 2010. Fls. 90. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd174/danca-no-tratamento-da-depressao-em-idosos.htm> Acesso em: 03 de Ago. de 2016.

CORTELLETTI, I.A.; CASARA, M.B.; HERÉDIA, U.B. (Org.) **Idoso asilado: um estudo gerontológico**. Caxias do Sul: EDUCS, 2004

GERHARDT, T.E.; SILVEIRA, D.T. **Métodos de Pesquisa**. Universidade Aberta do Brasil – UAB/UFRGS. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2009.

GIL, A.C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 3°. Ed. São Paulo: Atlas, 1999.

MORESI, E. **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.

NOVIKOFF, C.; OLIVEIRA, J.S.; TRIANI, F. A influência da dança no tratamento da depressão em idosos. **EFDeportes.com, Revista Digital**, Buenos Aires, Ano 17, N° 174, Novembro de 2012. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd174/danca-no-tratamento-da-depressao-em-idosos.htm> Acesso em: 04 Ago. de 2016.

OLIVEIRA, G. C.; LOPES, V.R.S.; DAMASCENO, M.J.C.F.; SILVA, E.M. **A contribuição da musicoterapia na saúde do idoso.** Cadernos UniFOA. Edição nº20 – Dezembro/2012.

PADILHA, M.C.P. **A musicoterapia no tratamento de crianças com perturbação do espectro do autismo.** 2008.113 f. Dissertação (Mestrado em Medicina) - Faculdade de Ciências da Saúde. Universidade da Beira Inferior. Covilhã, PT, 2008. Disponível em: <http://www.fcsaude.wbi.pt/thesis/upload/118/763/marisapadilhadissert.pdf> Acesso em: 04 de ago. 2016.

SALES, C. A.; SILVA, V. A.; PILGER, C.; MARCON, S. S. A música na terminalidade humana: concepções dos familiares. **Rev. Esc. Enferm. USP.** 2011; 45 (1): 138-45. Disponível em: https://www.scielo.br/pdf/reusp/v45n1/19.pdf&ved=OahUKEwizwf_T0rDOAhXHiJAKHepTDWs_QFggfMAE&usg=AFQjCNEtj7n7_E7E7KdOPdB27nkFZ-AZxQ&sig2=kYr1w5QIq-XHhO3egC9EFQ Acesso em 04 de Agosto de 2016.

SILVA, FFM; DUARTE DE FARIAS, MC; FILHO, AF; OLIVEIRA, FB; OLIVEIRA BEZERRA, ML; CASTRO, A; MOURA JGP e cols. Music Use as Therapy for Institutionalized Elderly. **International Archives of Medicine.** Vol. 8 No. 253. 2015.

STELLA, F.; GOBBI, S.; CORAZZA, D. I.; COSTA, J.R.L. Depressão no idoso: diagnóstico, tratamento e benefícios da atividade física. **Motriz.** V. 8, n. 3, p. 91-98, Dez 2002. Disponível em: <<https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2544.pdf>> Acesso em: 02 Ago. de 2016.

STRAWBRIDGE, W.J.; DELEGER, S.; ROBERTS, R.E.; KAPLAN, G.A.. Physical activity reduces the risk of subsequent depression for older adults. **Am J Epidemiol.** 156(4): 328-34, 2002. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd174/danca-no-tratamento-da-depressao-em-idosos.htm> Acesso em: 03 de Ago. de 2016.