

Promoção em Saúde e Práticas Integrativas

SARAL MUSICAL: A MUSICOTERAPIA COMO PRÁTICA TERAPÊUTICA NA INTEGRAÇÃO E SOCIALIZAÇÃO DE PACIENTES EM UMA AMA/UBS INTEGRADA DE SAÚDE DE SÃO PAULO

Cicero Vicente Alves 1, Bruno Rodrigues Machado 1, Márcia Dos Santos Tavares 1

1 Pmsp/Secretaria Municipal De Saúde De São Paulo - Pmsp/Secretaria Municipal De Saúde De São Paulo

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

Tratando-se de uma prática terapêutica que utiliza -se de uma linguagem universal verbal ou não verbal, com histórico de aparecimento antes da escrita e de outras manifestações humanas, de fácil acesso a todos, disponível para diversos gostos e ouvidos, a música mostra-se como uma ferramenta poderosa de tratamento para diversas doenças e condições prévias de sofrimento do ser humano.

A ideia de que a música afeta a saúde e o bem-estar das pessoas já era conhecida por Aristóteles e Platão. Somente na segunda metade do século 20, porém, os médicos conseguiram estabelecer uma relação entre a música e a recuperação de seus pacientes. No final da Segunda Guerra Mundial, músicos foram chamados para tocar em hospitais como forma de auxiliar o tratamento dos feridos. Como a experiência surtiu resultados positivos, as autoridades médicas dos Estados Unidos decidiram habilitar profissionais para utilizar criteriosamente a música como terapia. O primeiro curso de musicoterapia foi criado em 1944, na Universidade Estadual de Michigan. A musicoterapia é um tratamento alternativo que surgiu em 1944, nos EUA, embora evidências em papíros médicos egípcios datados de 1500 a.C, encontrados pelo antropólogo francês Vlande Petkie no século 19, mencionassem os efeitos benéficos que a música pudesse provocar na fertilização da mulher. A musicoterapia é uma modalidade que pode ser usada individualmente, em família ou em grupo. Por meio dos sons, podemos tocar outras instâncias. É o que mostra a musicoterapia, ao buscar desenvolver potenciais, restaurar funções de saúde do indivíduo através de reabilitação, prevenção ou tratamento. “É uma modalidade de trabalho que se utiliza da música e de elementos constituintes da música numa relação terapêutica para ajudar a pessoa a atender as suas necessidades. Destina-se a pessoas que têm alguma deficiência, algum distúrbio psíquico como depressão, autismo, esquizofrenia, assim como a atendimentos geriátricos ou pessoas que buscam autodesenvolvimento. Pesquisas revelaram que as ondas sonoras provocam movimento do protoplasma celular; sementes estimuladas musicalmente possuem traços aprimorado. A música afeta o nível de vários hormônios, inclusive o cortisol (responsável pela excitação e pelo stress), testosterona (responsável pela agressividade e pela excitação) e a oxitocina (responsável pelo carinho). Assim como as endorfinas, a serotonina (neurotransmissor que faz a comunicação entre os neurónios). - O treino musical favorece o desenvolvimento cognitivo, atenção, a memória, a agilidade motora, assim como cria uma experiência unidade entre linguagem, música e movimento. Pitágoras dava à terapia pela música o nome de purificação. A sua música curativa propunha-se a equilibrar as quatro funções básicas do ser humano: “Pensar, sentir, perceber e intuir”. A musicoterapia como modalidade terapêutica atua essencialmente como técnica psicológica, identificando os problemas emocionais buscando a mudança de atitudes, que será o esforço para qualquer patologia física ou psíquica. A Musicoterapia pode:

- Melhorar a expressão corporal
- Aumentar a capacidade respiratória
- Estimular a coordenação motora
- Controlar a pressão arterial
-

Aliviar as dores de cabeça • Melhorar os distúrbios do comportamento • Auxiliar em doenças mentais • Melhorar a qualidade de vida • Ajudar a tolerar o tratamento contra o câncer • Ajudar a suportar dores crônica

OBJETIVOS

Criação de espaços propícios a socialização e integração dos pacientes da unidade através da musicoterapia. Promover melhor qualidade de vida, saúde global, maior desempenho e competências, autoconfiança, amor a si mesmo e satisfação pessoal. Entendimento de como os diferentes papéis que "representamos" se inter-relacionam e se influenciam. Prover benefícios como diminuição do stress, ansiedade, depressão, doenças psicossomáticas, insegurança e desânimo entre outros.

METODOLOGIA

Realização de sarais musicais com frequência mensal abertos a participação dos pacientes que integram os grupos da unidade. Utilização da música folclórica regional cantada pelos pacientes e acompanhada por violões e instrumentos de percussão.

RESULTADOS

Maior adesão dos pacientes aos grupos e ações coletivas com redução de absenteísmo e geração de credibilidade com o serviço de saúde. Construção de relações de apoio entre os pacientes fortalecendo os vínculos pessoais e de comunidade. O paciente entra em contato com as forças curativas da sua voz e, através dela, experimenta a realização e o crescimento individual. Apropriação do serviço de saúde pelos pacientes que se sentem parte integrante.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando a falta de espaços de socialização e integração no bairro da vila Silvia e respeitando a cultura regional e os hábitos dos pacientes que frequentam a unidade, observa-se uma melhora nas relações interpessoais dos mesmos, aflorando um despertar para o diálogo e a descontração. Nota-se redução de condições de isolamento e redução nas crises de depressão, com melhora significativa da resposta aos estímulos de interação pessoal e comunitária.