

A música como terapia no ambiente escolar social e hospitalar

Dentre várias pesquisas que fiz dentro do campo vasto que é a música, coloco aqui em destaque um assunto a ser abordado que é o uso da música como remédio natural para várias doenças do corpo, alma e espírito. Como a ciência já comprovou, a música pode ajudar em muito no tratamento de vários tipos patológicos de doenças, principalmente aquelas ligadas a ansiedade e stress. Além de ser de fácil acesso para quem precisa, o custo do tratamento chega a ser zero. Quero aqui destacar um artigo que li sobre o uso da música aliada ao tratamento médico;

“O efeito positivo da música na medicina em diversos artigos pesquisados, apresenta a música como importante aliada no combate dos agravos da saúde e parceira inseparável de uma medicina mais humanizada. Observou-se ainda, a ação da música de forma benéfica, em crianças em pós-operatório de cirurgia cardíaca, em alguns sinais vitais (FC e FR), bem como, de forma subjetiva, uma redução na dor”, além de combater o estresse, a ansiedade e problemas ligados a depressão infantil.

Na virada deste século surge um novo crescimento do interesse na ação da música na saúde infantil, em grande parte devido à ênfase dada à busca no auxílio em tratamentos ligados ao estresse infantil e a transtornos educacionais. Este crescimento foi definido por Leslie Bunt “*Jornal of Music therapy*”, como: “o uso da música na obtenção dos objetivos terapêuticos (de restauração, manutenção e melhora da saúde mental e física)”. Este aumento do interesse é, em certa extensão, uma redescoberta da história do efeito terapêutico da música que tem sido utilizada de forma terapêutica, por séculos e existem numerosos exemplos dos poderes curativos e preventivos da música, em vários documentos históricos de diferentes culturas. Observando-se esta premissa e pensando nos bons resultados com a introdução de técnicas musicais em unidades de terapia intensivas pediátricas, neonatais, de adultos e unidades coronarianas, já observado por outros autores. Aliados ao conhecimento e uma pesquisa realizada no Estado de Pernambuco que 8 a 10 crianças nascem com doença cardíaca em cada 1000 nascidos vivos. O efeito terapêutico da música em crianças em pós-operatório . . . de 350.000 nascimentos ao ano, o que corresponde à cerca de 3500 casos novos de cardiopatias / ano com grande potencial para correção cirúrgica, resolvemos verificar de forma objetiva o efeito da música na Frequência Cardíaca (FC), Pressão Arterial (PA), Pressão Arterial Média (PAM), Frequência Respiratória (FR), Temperatura(T) e Saturação de oxigênio (SatO2) no pós-operatório imediato de crianças submetidas à cirurgia cardíaca e avaliar de forma subjetiva a ação da música no controle da dor em uma unidade de terapia intensiva exclusiva de cardiopediatria em conjunto com ações terapêuticas já usadas na prática médica convencional, além de realizar uma revisão vasta da literatura para um maior respaldo na realização do mesmo. Na busca de tais objetivos é que esta dissertação foi estruturada em dois artigos científicos: Um artigo de revisão, onde foi realizada uma revisão da literatura sobre a música, na medicina, nos seus mais diversos aspectos, não como uma visão musicoterápica, onde o processo de criação musical com fins terapêuticos é a principal atuação, mas algo mais abrangente no ambiente de cuidado hospitalar para promoção da saúde e um segundo artigo em formato de artigo Original, onde foi realizado um ensaio clínico randomizado controlado por placebo para verificar de forma objetiva e subjetiva o efeito da música em crianças no pós-operatório imediato de cirurgia cardíaca em uma unidade de terapia intensiva exclusiva de

cardiopediatria. Estes artigos serão submetidos à publicação possivelmente nos periódicos: Jornal de Pediatria, Arquivos Brasileiros de Cardiologia e Heart and Lung.

"A saúde é tão musical, que a doença não é outra coisa, senão uma dissonância; e esta dissonância pode ser resolvida pela música". Boethius (480-524)

O EFEITO DA MÚSICA NA DOR

Esta é uma área que vem recebendo considerável atenção. Muitos estudiosos vêm avaliando o efeito da música na dor, através de medidas fisiológicas para dor, questionários de análise verbal, consumo de analgésicos, grau de ansiedade e/ou outros graus de distração. A maioria dos estudos diz respeito ao efeito da música na dor aguda, seja durante ou após cirurgias, seja em procedimentos dentais, ou no parto . Alguns artigos falam da dor crônica, na maior parte em centros de tratamento de câncer. Updike, Heitz e Whipple e Glynn, estudaram o controle da dor através da música, mostraram uma diminuição da percepção da dor após o uso da musicoterapia . Updikemostrou que 2/3 dos pacientes admitidos tinham alguma forma de dor (emocional ou física) que após a musicoterapia todos experimentaram uma diminuição ou a ausência da dor. Heitz usava uma escala visual para medir a dor e o próprio paciente referia se tinha mais ou menos dor, de acordo com a intervenção a cada 15 minutos da terapia. Ele demonstrou que a necessidade de analgésicos era significativamente maior nos pacientes sem musicoterapia do que com musicoterapia. Estes trabalhos demonstram que o uso da música como “um audioanalgésico”, em uma variedade de situações de dor aguda e crônica, tem um efeito positivo.

A MÚSICA COMO TERAPIA NO AMBIENTE ESCOLAR

A música como recurso terapêutico para o aluno hiperativo

Um dos desafios desde século da vida escolar, tanto para quem ensina como para quem aprende, são alunos diagnosticados com hiperatividade: alunos que não conseguem ficar quietos e tumultuam o ambiente, prejudicando a sua aprendizagem e a da turma. A partir da vivência com alunos hiperativos, percebeu-se a possibilidade da utilização da música com fins terapêuticos, centrada no auxílio à aprendizagem. As técnicas musicoterápicas utilizadas combinam o agir-fazer musical com a terapia, pois tal como é definido pela literatura, o campo de atuação da musicoterapia envolve a combinação dinâmica de muitas disciplinas destas duas áreas do conhecimento, que devem misturar-se para chegar-se a um objetivo profissional (BRUSCIA, 2000). Tem-se, de um lado, o fazer musical consciente e competente, com a devida noção do poder da música sobre os indivíduos, e por outro, técnicas de terapia.

A HIPERATIVIDADE EM CRIANÇAS

Os estudos apontam a hiperatividade como um transtorno neurobiológico de origem genética. Atualmente é catalogado na medicina sob o CID-10, com a denominação de Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDA/H). É mais comum entre crianças e adolescentes do sexo masculino, e os seus sintomas podem estender-se até à

vida adulta, porém mais brandamente. As características principais são: impulsividade e desatenção. Há pessoas que apresentam apenas a desatenção (Transtorno do Déficit de Atenção: TDA) e outras, cerca de 50%, demonstram também agressividade, comportamento mentiroso e oposição. Uma pessoa com TDA/H influencia o ambiente em que vive, geralmente negativamente: na família é sempre o responsável por situações embaraçosas; na escola é inicialmente bem aceito por ser agitado e brincalhão, porém, como também é competitivo e por não saber compartilhar, vai aos poucos perdendo as amizades (PHELAN, 2005). Algumas das consequências das citadas características é a baixa tolerância à frustração e a tendência ao isolamento, o que faz das pessoas com TDA/H seres humanos com baixa autoestima.

O diagnóstico e tratamento para este transtorno devem ser feitos por uma equipe multidisciplinar que envolve a família, a escola, psicólogos, médicos e terapeutas. Atualmente, combina-se o uso de medicação (Psico estimulantes, que paradoxalmente agem aumentando a atividade cerebral, mas criando condições para que o cérebro do hiperativo mantenha um controle sobre a impulsividade, vigilância e atenção) com terapias comportamentais, arteterapias e a musicoterapia.

Partindo-se da verificação de que o aluno com TDA/H possui importante capacidade criativa e espontaneidade nas suas ações e que tais características são de grande valia no meio artístico, planejamos e desenvolvemos vivências musicais direcionadas à interação entre os participantes, à observação e avaliação de seus comportamentos, estimulando a sua participação e vibrando com os seus progressos, a fim de elevar a sua autoestima.

ATIVIDADES TERAPÊUTICAS MUSICAIS

Em uma sala com almofadas, aparelho de som, instrumentos musicais (violão, teclado e percussão variadas), material de desenho e pintura podem-se formar grupos com três alunos cada (Sugestão), trabalhando-se por uma hora com cada grupo, uma vez por semana. As atividades musicais são realizadas visando a melhorar a atenção e a concentração dos alunos e a promover a socialização de todos

É necessário um planejamento de aula para realização de atividades, e jogos com instrumentos de percussão onde se procure despertar sincronia, pulsação, interatividade e leitura de partituras alternativas. As combinações sonoras levam à formação de parcerias entre instrumentos diferentes como forma de estimular a interação entre o grupo: chocalhos e tambores de diferentes timbres devem comunicar-se entre si, de forma a buscar a compreensão de que, tal como os instrumentos musicais, as pessoas também devem saber se comunicar.

Desenvolver a escuta atenta e direcionada de trechos de músicas selecionadas, a fim de sensibilizá-los musicalmente, é também uma atividade essencial dentro da musicalização. Em cada aula se propõem focar um ponto, uma análise da letra, uma melodia a ser estudada, porém com atividades variadas de curta duração (10 a 15 minutos) respeitando a pouca tolerância que o portador de TDA/H tem para se concentrar. A avaliação sobre estas atividades é feita durante todo o processo em que os pais, professores e orientadores são consultados sobre o desempenho e comportamento do aluno em sala de aula e no ambiente familiar.

São consideradas observações feitas com base nos trabalhos desenvolvidos por eles para a formulação da prática de musicalização, ou seja, o trabalho em conjunto com os pais e professores de outras disciplinas é primordial para que a criança consiga se desenvolver no ambiente educacional de acordo com seu ritmo de aprendizagem, podendo assim alcançar um extraordinário desempenho escolar e social com o auxílio da música como ferramenta terapêutica.

Ao se trabalhar com atividades de terapia musical e musicalização com as crianças, é fato constatado e cientificamente comprovado o quanto esta ferramenta lúdica contribui para desenvolvimento escolar: na medida em que o aluno se interessa pelas atividades ele fica entusiasmado, começa a seguir comandos, e a cada acerto torna-se mais motivado, e assim, como num espiral ascendente a sua autoestima vai-se fortificando.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BENZON, Rolando. Teoria da Musicoterapia. 3ª ed. São Paulo: Ed. Summus, 1988.
BRUSCIA, Kenneth E. Definindo Musicoterapia. 2ª ed. RJ: Enelivros.
CONDEMARIN, M.; GOROSTEGUI, M; MILICIC, N; TDA: Estratégias para o diagnóstico e a intervenção psico-educativa. 1ª ed. São Paulo: Ed. Planeta, 2006.
JEANDOT, Nicole. Explorando o universo da música. 2ª ed. SP: Editora Scipione, 1997.
LELONG, Jean-Jacques S. Guy. As Obras-Primas da Música. 1ª ed. SP: Martins Fontes, 1992.
NOVARTIS BIOCÍENCIAS S.A. Com Desatenção e Hiperatividade não se Brinca. Livreto TDAH, SP.
PAIN, Sara. Diagnóstico e tratamento dos problemas de aprendizagem. 4ª ed. Porto Alegre, RS: Ed. Metrópole S.A, 1992