

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

MARIA DAYANE ALMEIDA GOMES

**O USO DA MUSICOTERAPIA COMO RECURSO NO CAMPO DA SAÚDE
MENTAL**

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2024

MARIA DAYANE ALMEIDA GOMES

O USO DA MUSICOTERAPIA COMO RECURSO NO CAMPO DA SAÚDE
MENTAL

Trabalho de Conclusão de Curso –
Artigo Científico, apresentado à Coordenação
do Curso de Graduação em Psicologia do
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em
cumprimento às exigências para a obtenção do
grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Dr. Marcus Cezar de
Borba Belmino

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2024

MARIA DAYANE ALMEIDA GOMES

O USO DA MUSICOTERAPIA COMO RECURSO NO CAMPO DA SAÚDE
MENTAL

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Data da Apresentação: 25/06/2024

BANCA EXAMINADORA

Orientador: (PROFESSOR DOUTOR MARCUS CEZAR DE BORBA BELMINO)

Membro: (PROFESSORA MESTRE MOEMA ALVES MACÊDO)

Membro: (PROFESSOR MESTRE ALEX FIGUEIREDO DA NÓBREGA)

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2024

O USO DA MUSICOTERAPIA COMO RECURSO NO CAMPO DA SAÚDE MENTAL

Maria Dayane Almeida Gomes¹
Marcus Cezar de Borba Belmino²

RESUMO

O objetivo desse artigo, é compreender o uso que se faz da musicoterapia como manejo terapêutico. Foram pesquisados artigos, livros, revistas e documentos afins que pudessem contribuir com os resultados desejados. Uma vez escolhidos os materiais a serem utilizados, foi feito um compilado das informações obtidas, a fim de responder a pergunta da pesquisa. A musicoterapia tem sido uma ferramenta importante que se utiliza da música como meio para obter fins terapêuticos, em seus contextos de utilização e pode ser utilizada em diversos cenários. O presente estudo bibliográfico traz informações acerca do tema abordado, afinando suas principais características para melhor compreensão dele. A musicoterapia auxilia na expressão dos sentimentos, emoções e pensamentos de pessoas que muitas vezes podem não conseguir expressar muito bem esses aspectos. O atual contexto, contribui para a expansão desse método nos consultórios, escolas, hospitais, empresas e ambientes em geral que se utilizam a música.

Palavras-chave: Música. Saúde mental. Psicologia. Musicoterapia.

ABSTRACT

The aim of this article, is to understand the use of music therapy as a therapeutic approach. Articles, books, magazines, and related documents that could contribute to the desired results were researched. Once the materials to be used had been chosen, the information obtained was compiled to answer the research question. Music therapy has been a valuable tool that uses music to achieve therapeutic ends, in its contexts of use and can be used in a variety of settings. This bibliographical study provides information on the subject, focusing on its main characteristics for a better understanding. Music therapy helps to express the feelings, emotions and thoughts of people who often cannot express these aspects very well. The current context contributes to the expansion of this method in practices, schools, hospitals, organizations, and environments in general that use it. Music therapy has recently had its profession regulated by law.

Keywords: Music. Mental health. Psychology. Music therapy.

¹Maria Dayane Almeida Gomes. Email: mariadayaneag@gmail.com

²Marcus Cezar de Borba Belmino. Email: marcuscezar@leaosampaio.edu.br

1 INTRODUÇÃO

É fato conhecido que a música faz parte do cotidiano da grande maioria das pessoas, seja como hobby ou na vida profissional. Ouvir música produz alterações no humor e na forma como as pessoas percebem o mundo. Isso pode ser notado de forma clara especialmente nos contextos de utilização das redes sociais. A música pode ser utilizada para facilitar a expressão de emoções e sentimentos muitas vezes difíceis de expressar da forma convencional. Muitas pessoas vivenciam experiências em meio à expressão da arte, se traduzindo em vários momentos da vida como aspectos únicos e sem explicações (Siqueira; Lago, 2012). A arte em geral pode expressar complexamente conceitos que normalmente não seriam bem entendidos em outros tipos de expressões.

Partindo da experiência que muitas pessoas vivenciam através da música, esta foi escolhida para este artigo como ponto de partida para exploração de diversos aspectos terapêuticos presentes no meio artístico. Foi escolhida ainda, por causa do seu uso a partir da musicoterapia como método utilizado para melhorar a saúde em aspecto geral em muitas áreas. Não somente pelo fato de que as pessoas comumente gostam de música, mas considerando o que ela pode trazer de contribuição significativa para o campo da saúde em vista da grande demanda e necessidade de cuidado mental, diante do grande número existente de pessoas que sofrem em algum nível com algum tipo de doença mental, e buscando compreender as possibilidades de se obter alternativas para os tratamentos que visem sanar essas demandas (OMS, 2022).

Nesse contexto, a musicoterapia é um método utilizado como recurso terapêutico, que tem a música como sua ferramenta principal, servindo-se dos sentimentos causados por meio dela, para tratar de questões psicológicas do sujeito a ela submetido. É do interesse deste artigo, conhecer melhor esse método e como ele pode ser aplicado aliado à psicologia, nos processos terapêuticos dos pacientes. Conheceremos também suas contribuições ao longo dos anos para a ciência, e como ela vem sendo introduzida no Brasil até a sua presente conquista com a aprovação de regulamentação da profissão (Brasil, 2024).

A União Brasileira das Associações de Musicoterapia (UBAM), nos traz um panorama de informações importantes sobre a prática, e sobre a estrutura da musicoterapia no Brasil, facilitando sua implementação nos ambientes de saúde e buscando a unificação dos aspectos relacionados à ela para melhor organização dessa prática. A musicoterapia já era exercida por profissionais vinculados à associação, e já possuía desde 2019, um projeto de lei para aprovação

da regulamentação da profissão. Recentemente, após algumas tentativas de aprovação, a Lei 14.842 de 11 de abril de 2024 foi aprovada, e dispõe da atividade realizada pelo profissional de musicoterapia. Nesse contexto, é válida e reconhecida a importância da profissão, como aspecto contribuinte para a saúde de modo geral, dos indivíduos que optem por essa forma de enfrentamento das demandas terapêuticas. Atualmente, de acordo com e-Mec (Sistema de Regulação do Ensino Superior), algumas universidades como a Universidade Federal de Goiás (UFG), a Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), a Faculdade EST (São Leopoldo/RS), a Universidade Federal de Goiás (UFG), a FMU – Centro Universitário (São Paulo), Universidade Estadual do Pará (UNESPAR), Centro Universitário FMU, e a Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) ofertam o curso de graduação em Musicoterapia, com o título de bacharel, e muitos outros estados possuem cursos de especialização na área. A formação surgiu em meados dos anos 70 pelo Conservatório Brasileiro de Música do Rio de Janeiro. Houve grande contribuição feminina na expansão da musicoterapia em algumas cidades brasileiras, bem como na integração da prática com a psiquiatria

A musicoterapia faz parte da atuação do Sistema Único de Saúde (SUS), inserida em um contexto de direito de acesso à saúde de forma integral, que deve ser sustentada nos ambientes públicos de saúde, possibilitando a reabilitação de seus usuários através das ferramentas disponíveis e ofertadas pelo serviço (Chagas, 2022). Muitos estudos fundamentam a eficácia da musicoterapia como recurso terapêutico em diversos contextos de saúde. Além disso, é possível compreender através da ciência, os efeitos que a música produz no cérebro e como afeta o ser humano a partir de seu consumo e integração dela com aspectos emocionais da vida humana (Octaviano, 2010).

. A experiência que cada ser humano faz com a música pode ser início de diversos momentos de conexão e desconexão com a vida. A música pode servir como mediadora de emoções e sentimentos vivenciados pelos pacientes em seus muitos aspectos e contextos, e uma vez que se compreende que existe uma adesão por esse tipo de arte muito grande no meio social, pode haver uma necessidade de entender como ela pode ser usada a favor do cliente no processo terapêutico, especialmente através da musicoterapia. No intuito de entender melhor e verificar a relevância que tem na subjetividade das pessoas, no enfrentamento de problemas e como molda aspectos da personalidade humana, será discorrido sobre este tema durante todo este artigo, a fim de compreendermos de fato, essa interlocução entre a música e a psicologia. O objetivo do presente estudo é compreender o que é a musicoterapia e como ela pode ser usada como um recurso terapêutico, compreender a relação com a psicologia, entendendo também

como hoje está inserida no contexto brasileiro, e analisar os aspectos terapêuticos que estão presentes na música.

2 METODOLOGIA

A pesquisa realizada se caracteriza como pesquisa exploratória, pois se busca obter informações já existentes sobre o referido tema, bem como relacioná-lo com algumas variáveis que conversam com a psicologia, visando compreender as relações existentes entre elas, e as contribuições que podem ser articuladas a partir do que já existe publicado sobre o tema. Como procedimento será feita a coleta de dados através de pesquisa bibliográfica, que permite que seja feito um compilado de informações acerca de determinado tema, se utilizando de textos, artigos, publicações e livros que abordam o tema pretendido, e que fundamentam a pesquisa, que possam contribuir com o resultado esperado (Gil, 2002). A busca será realizada através dos mecanismos de base de dados como o google acadêmico e materiais literários.

A análise dos dados acontecerá mediante relevância do material coletado, verificando se possui características de contribuição para os resultados esperados, visto que somente será possível a utilização dos materiais necessários aos objetivos da pesquisa (Gil, 2002).

Os descritores foram escolhidos com base nos objetivos da pesquisa, no intuito de se obter os dados mais relevantes sobre o tema, que pudessem ser articulados entre si, filtrando o máximo de informações especificamente sobre ele, que de fato fossem essenciais para a construção da pesquisa. Os resultados esperados, pretendem enfatizar e expandir o uso da musicoterapia como um recurso terapêutico alternativo, e sua possível contribuição para a psicologia, entendendo a arte como parte importante da vida humana. Foram utilizados os seguintes descritores: musicoterapia; musicoterapia e psicologia; musicoterapia e saúde.

A pesquisa retornou resultados bastante significativos para esse artigo, onde foram encontrados cerca de quatorze artigos relacionados ao tema de pesquisa, e três livros especificamente relacionados à musicoterapia e seus principais aspectos. Também foram encontrados materiais que contribuíram para a pesquisa, por meio de sites e revistas em que a musicoterapia é o assunto principal em discussão. Para que se chegasse à escolha desse material, foi pensado em como cada um contribuiria para os tópicos abordados no presente artigo, dessa forma os materiais encontrados traziam informações de diversas perspectivas sobre musicoterapia e seus campos de atuação, porém, apenas os que foram mencionados neste artigo, foram os de maior relevância e interesse diante do que seria discutido.

3 O QUE É MUSICOTERAPIA

A música vem perpassando a história há milhares de anos servindo como meio de escape do ser humano, para lidar com as questões existenciais mais profundas ou até mesmo de entretenimento e sociabilidade em múltiplos contextos da vida (AMTA, 2021). Ela pode proporcionar momentos de reflexão, conexão e integralidade, sendo capaz de contribuir para o desenvolvimento humano, visto sua habilidade em transportar o ouvinte à diversas experiências que podem transformar quem ele é, trazendo novas ou desconhecidas percepções sobre si e sobre o outro no mundo, não percebidas até então. A música facilita a expressão do ser, contribuindo para a catarse de pensamentos e sentimentos experimentados por ele, estes muitas vezes difíceis de serem nomeados de forma tradicional. As emoções humanas em sua complexidade, podem muitas vezes não serem compreendidas interiormente, sendo de difícil compreensão e elucidação para o indivíduo (Siqueira; Lago, 2012). Ter conhecimento disso, é primordial para o entender o processo vivenciado por ele.

É necessário conhecer e compreender esses aspectos de manejo terapêutico em vista do grande consumo das artes, especialmente da música, visto a grande facilidade de acesso atualmente. Além disso, o terapeuta precisa adentrar no mundo do cliente, e muitas vezes isso envolve estar a par dos conhecimentos sobre as ferramentas que este utiliza para lidar com seus sofrimentos e trazer para as sessões partes da realidade de vida do dele, ajudando-o a se sentir confortável e a construir confiança em se abrir para os processos. (Queiroz, 2017).

Quase todo mundo adora música [...] ela nos acalma e nos estimula; nos acompanha na alegria e na tristeza; ela brinca conosco e nos ajuda a brincar; ela nos move para dentro e para fora de cada emoção humana. A maioria das pessoas reconhece o poder que a música tem de confortar e curar, e muitos já descobriram seus benefícios terapêuticos através de suas próprias experiências (Bruschia, 2017, p. 28).

Não é novidade nenhuma que a música foi e é utilizada nos contextos de saúde com fins terapêuticos. Essa conexão, na verdade, existe há bastante tempo, e foi utilizada nos ambientes de saúde, como no período crítico de pós primeira guerra mundial, onde os veteranos da guerra se recuperavam dos traumas vivenciados (AMTA, 2021). A conexão existente entre o ser humano e a música pode ser observada no cotidiano. Grande parte do mundo hoje em dia possui não só um, mas dois, três, quatro ou até mais gêneros musicais preferidos, e é muito raro se deparar com alguém que diga não gostar de nenhum tipo de música. Dessa forma, o fenômeno mundial da música presente no cotidiano é observável e inegável, possibilitando estudos sobre a música e a inclusão desta nos meios terapêuticos, como através da musicoterapia, e nos contextos de saúde ao longo dos tempos.

Compreendendo essa importância que o ser humano dá à música, e às memórias que ela cria, é possível entender a influência que ela tem sobre o bem-estar físico e psíquico, bem como a modulação de sentimentos, emoções e percepções sobre o mundo através dela. Recorrentemente, alguns comportamentos podem ser inferidos considerando a leitura pessoal que se faz de algumas composições e ritmos musicais (Oliveira; Gomes, 2014). A música possui influência desde os comportamentos até convicções sobre determinados tipos de assuntos, por causa do que se pode expressar e absorver por meio dela (AMTA, 2021). É sabendo disso, que surge o movimento de terapeutas que se utilizam dessa ferramenta, para promover uma intervenção única nos processos terapêuticos do ser humano.

Musicoterapia é um processo sistemático de intervenção em que o musicoterapeuta ajuda o cliente a promover a saúde utilizando experiências musicais e as relações que se desenvolvem através delas como forças dinâmicas de mudança (Bruschia, 2017, p. 20).

Dito isso, a musicoterapia pode ser entendida como um recurso terapêutico que tem a música como principal ferramenta de trabalho que proporcionará a expressão das emoções, sentimentos, comportamentos e pensamentos, dentro do ambiente terapêutico, provocando reflexões, reações e trazendo à tona uma gama de percepções sobre o sujeito e como ele funciona no mundo, que ao serem trabalhados no contexto dele, contribuirão para um possível quadro de melhora e desenvolvimento do sujeito. É igualmente importante falar sobre a habilidade comunicativa que a musicoterapia proporciona aos indivíduos participantes, tornando possível o desenvolvimento não só de uma nova forma de se comunicar, mas até da própria fala. É através da fala que se dá a comunicação no ambiente terapêutico, mas não só ela, pois indivíduos com dificuldade de linguagem, fala ou comunicação, podem se utilizar da música para expressar o que está internamente presente em si. Além disso, os relacionamentos são desenvolvidos como consequência dessa nova comunicação, e as dificuldades passam a ser trabalhadas promovendo esse espaço de contínua expressão do interior (Oliveira; Gomes 2015).

Podemos falar ainda da capacidade de curar e reabilitar que a musicoterapia tem, auxiliando diversos aspectos transformadores do sujeito. A música tem propriedades que produzem mecanismos de enfrentamento diante das angústias e do sofrimento humano, bem como do sofrimento físico, tornando inclusive, a experiência da dor um processo suportável a resignificando. Os aspectos emocionais envolvidos são diversos, pois a música é quase parte daquele que entra em contato com sua ação, passivamente atrai o sujeito para áreas de sua vida que em muitos momentos não foram de possível acesso, isso porque esses aspectos emocionais são extraídos de forma natural, sem que se veja ou se saiba como isso acontece, a depender de como o indivíduo lida com tais emoções. A terapia por meio da música, acaba por ser um

processo tocante, que produz saúde e bem-estar psíquico, além do comprometimento consigo e com o outro, vivenciando nos processos aquilo que podem vivenciar em suas relações ao longo da vida (Oliveira; Gomes 2015).

A musicoterapia pode ser aplicada como recurso terapêutico através de mecanismos de som, ritmo e melodia, que agem no corpo humano, fazendo com que reaja a estes, produzindo os efeitos esperados da terapia. São utilizadas técnicas que envolvem esses componentes para a expressão dos sentimentos que serão trabalhados com o sujeito. Pode-se perceber ainda, que através desses aspectos, existe uma conexão do ser humano com as próprias características da música, como o pulsar do coração, o bater das palmas, a respiração, tudo isso fazendo ligação entre o que acontece no corpo com os componentes musicais. (Oliveira; Gomes 2015). Além disso, a música utilizada em terapia, não diz respeito somente à música como é entendida comumente, letra e melodia, mas também e especialmente, diz respeito a esses sons que somos capazes de produzir em nós mesmos, inclusive a ausência de sons.

Segundo (Benenzon, 1988), é importante ressaltar que a musicoterapia teve sua origem na medicina, com pretensão de obter fins terapêuticos, buscando produzir efeitos positivos que possibilitariam o desenvolvimento da comunicação e integração do ser humano no mundo. Apesar de se atribuir à música características de lazer, ela não só é vista dessa forma em terapia, como também faz parte do campo da neurociência. É necessário que se compreenda isso, para não entender a musicoterapia como uma extensão da arte, mas como o que de fato ela é, um meio que se utiliza da música para se obter fins terapêuticos (Rocha; Boggio, 2013).

4 ATUAÇÃO DO MUSICOTERAPEUTA

A musicoterapia vem sendo utilizada em diversas áreas com possibilidades de atuação, dentre elas a área clínica, organizacional, saúde pública, educacional, hospitalar, e na área de gestão. É utilizada já há algum tempo nos serviços de saúde, como nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS). Ela se utiliza de componentes musicais, como os instrumentos para a mediação do tratamento, dessa forma, não somente sons reconhecidos no senso comum como música podem ser utilizados, mas até mesmo o próprio silêncio, pode ser ferramenta nesse contexto (Oliveira; Gomes, 2014)

Sobre as possibilidades de atuação, os campos possuem diferentes demandas, e por isso a atuação é adaptada de acordo com o perfil do espaço que está inserida. É possível que hoje se trabalhe a musicoterapia em quase todas as áreas em que a psicologia também atua. Como descrito no site da UBAM (União Brasileira das Associações de Musicoterapia), responsável

por reunir as informações referentes à essa prática, a musicoterapia pode ser trabalhada nas seguintes áreas: social, gerontologia, educacional, hospitalar, organizacional, marinha, entre outras.

Os serviços profissionais de um musicoterapeuta são definidos e delimitados por aquelas questões de saúde do cliente que possam ser abordados através da música. Embora isso possa parecer óbvio ou redundante de se dizer, o objetivo primário do musicoterapeuta é fornecer aos clientes experiências musicais com o intuito de promover sua saúde (Bruschia, 2017, p. 80).

No contexto educacional, a atuação pode ser realizada tendo como um dos principais objetivos, promover o desenvolvimento de habilidades, facilitando a aprendizagem. Isso porque, através das atividades envolvendo a música, o aluno pode desenvolver mais facilmente aspectos cognitivos e de socialização, que sempre são de caráter essencial nas idades desde a infância, para um bom crescimento, desenvolvimento pessoal e adaptativo (Sargiani; Maluf, 2018). Toda e qualquer ferramenta utilizada nos contextos escolares que visem o desenvolvimento do aluno nesses espaços, desde que utilize de conhecimentos validados pela ciência, pode ser utilizada para maior expressividade e desenvolvimento do seu ser no mundo. A escola é o ambiente onde o aluno passará grande parte da vida. Nesse aspecto, a musicoterapia pode ser de grande valia para facilitar a expressão do “eu” no mundo de cada aluno, possibilitando novos aprendizados que podem servir como flexibilização de outros aspectos relacionados à própria realidade (UBAM, 2024)

É possível trabalhar esse recurso através da estimulação da criatividade, cognição, e autoestima, desenvolvendo essas habilidades e considerando o contexto em que os alunos estão inseridos (Santos, 2014). A música inserida como ferramenta terapêutica, pode juntamente com as outras artes, fornecer estratégias de enfrentamento das dificuldades encontradas nesses ambientes. Os aspectos emocionais também são apresentados, já que a música tem esse efeito de produzir e promover a catarse de sentimentos enraizados que muitas vezes não é possível identificar em um primeiro momento, especialmente no cenário da educação de crianças e adolescentes.

No ambiente ambulatorial ou hospitalar, o uso da musicoterapia pode facilitar a vivência do cotidiano de quem está inserido nesses espaços, especialmente quando se lida com os aspectos emocionais da dor. Existe certo tipo de sofrimento nesses locais que em outros não existe e assim a música pode ser inserida proporcionando acolhimento, e sensação de bem-estar, mesmo considerando as realidades de cada paciente. Tendo a música, esse aspecto terapêutico, é extremamente válido, que se transmite algumas mensagens de enfrentamento ou aceitação das condições atuais, para se ter uma estadia mais humanizada (UBAM, 2024).

A utilização da musicoterapia no contexto organizacional, se dá por meio de atividades que promovam a boa relação interpessoal no ambiente de trabalho, considerando os aspectos relacionados ao trabalhador e à empresa. Nesse caso, a atuação do musicoterapeuta é diferente da de outros ambientes, tendo que ser pensando na integração de um todo que respeite a individualidade e promova ferramentas para melhorar o contexto de trabalho. O musicoterapeuta deve agregar seus conhecimentos buscando uma prática ética na gestão das pessoas inseridas nesse campo e desenvolvendo suas habilidades relacionadas aos ambientes dessa gestão, sendo capaz de contribuir para retorno positivo diante das demandas apresentadas pela empresa e pelos trabalhadores (Sá; Valentin; Castro, 2015).

Em um aspecto geral, a finalidade da atuação desse profissional no contexto laboral, é o de promover atividades que visem a mudança pessoal dos componentes do quadro de funcionários de determinado local, bem como da organização de forma integral, tornando um lugar propício para a melhora da saúde mental, promovendo a comunicação e interação entres estes, de modo a contribuir para os objetivos das organizações sem deixar de olhar subjetivamente para o colaborador nela inserido (Sá; Valentin; Castro, 2015).

Para além da atuação do musicoterapeuta nesses contextos, é possível ainda encontrar grandes contribuições na utilização do recurso em outros espaços. De acordo com o DSM-V, as pessoas diagnosticadas com Transtorno do Espectro Autista (TEA), possuem em suas limitações causadas pelo transtorno, dificuldades de socialização, expressão emocional e em muitos casos dificuldades de aprendizado. Nesse sentido, a musicoterapia pode ser aplicada para ampliar o repertório comportamental dos pessoas com TEA, sendo trabalhadas atividades que ajudem a desenvolver as habilidades necessárias para a superação dessas dificuldades e facilitar a integração social, a comunicação e a linguagem, buscando obter menos prejuízo na vida desse indivíduo, e auxiliar na sua adaptação no mundo (Sampaio. Loureiro; Gomes, 2015).

Seguindo o exemplo do uso da musicoterapia em pessoas com TEA, também foi percebida a eficácia de seu uso em pessoas com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), que segundo o DSM-V tem como principais sintomas níveis alterados de desatenção, hiperatividade e impulsividade. Nesse aspecto, a musicoterapia pode ter a finalidade de promover a organização dos pensamentos e sentimentos, e ajuda no desenvolvimento ainda da cognição, concentração e aprendizado, tendo como finalidade terapêutica adjunta, o relaxamento, e encontrar através da música, dos sons e dos ritmos um meio de trabalhar os estímulos que são impulsionados excessivamente (Sampaio. Loureiro; Gomes, 2015).

Outro contexto em que a musicoterapia pode ser uma ferramenta de grande valia, é no ambiente em que idosos estão inseridos, como por exemplo, em instituições onde esses idosos estão institucionalizados. O método assim como nas outras áreas de atuação, fortalece e reafirma a possibilidade de desenvolvimento de uma comunicação saudável, fugindo da ideia de que ao se avançar na idade, não há mais muito o que ser feito por esse público, mas ao contrário, pode-se descobrir que ainda é possível a estimulação de ações que contribuam para sua saúde nesses ambientes (Araújo; *et al.*; 2016).

Os métodos e as técnicas utilizadas podem ser diversas, mas existem algumas possibilidades. De uma forma geral, estão presentes no processo terapêutico os aspectos musicais como: recriação musical, a partir de instrumentos, dança ou música, improvisação musical, contando com melodias, letra, movimento, escuta e composição musical. Através da memória, da expressão, da criação e da escuta, é possível trabalhar do paciente suas questões mais inerentes percebidas por esse meio (Barcellos; Santos, 2021). É realizada uma entrevista com o paciente, de forma bem semelhante como a anamnese na psicologia e outras profissões, para compreender melhor suas demandas. Dentro do processo terapêutico, pode ser utilizada uma técnica que possibilita através de uma pequena testagem, compreender a forma como o paciente reconhece e percebe os elementos musicais, e verificar a forma de melhor conduzi-lo no processo. (Barcellos; Santos, 2021)

Segundo (Barcellos; Santos, 2021), o musicoterapeuta é um facilitador do processo de desenvolvimento do paciente, ou seja, um agente de mudança, sendo capaz de proporcionar através das ferramentas musicais, uma alternativa terapêutica para os processos terapêuticos desenvolvidos. A interação terapeuta-paciente, é um aspecto considerado importante na condução terapêutica, pois é por meio dela que o paciente será levado a estar em contato com suas experiências e os eventos que podem vir a ser desencadeados por ela.

Dessa forma, podemos compreender que a musicoterapia é utilizada dentro de tantos contextos e paradigmas, que não poderia deixar de ser uma grande ferramenta para o manuseio no tratamento de pacientes com diversas demandas psicológicas. Compreender a existência dessas ferramentas que podem estar disponíveis para uso visando a melhoria da saúde, pode nos fazer participar melhor dos processos de terapia dos pacientes.

5 QUAL É O PANORAMA NO BRASIL

O cenário da musicoterapia no Brasil, passou a ser montado de fato, a partir da criação da União Brasileira de Musicoterapia (UBAM), que passa a existir no ano de 1996, e possuía

ainda um campo bastante restrito, contando com apenas dois cursos de graduação e formação (Barcellos; Santos, 2021). Atualmente a área vem sendo difundida e modificada através da oferta de mais cursos que possibilitem a atuação. A criação da própria UBAM e sua manutenção ao longo dos anos, bem como a existência de novas associações e projetos criados, tornando vasta a possibilidade de produção de material para que a prática seja expandida no território brasileiro (Barcellos; Santos, 2021)

Hoje, o cenário da musicoterapia está bastante solidificado e expandido em muitos estados, embora ela ainda seja pouco conhecida em outros locais. Além disso, a utilização dessa forma de terapia pode possuir diversas ramificações, considerando as abordagens seguidas, e pensando em finalidades específicas que cada terapeuta desenvolverá no campo. A musicoterapia é parte integrante do SUS, mas foi bastante utilizada nos contextos clínicos anteriormente (Oselame, 2013), e ganhou bastante espaço na ciência, o que contribuiu ainda mais com o parecer favorável da sua eficácia possuindo fins terapêuticos. Assim, um fato importante que foi de grande contribuição para a musicoterapia, foi a relação que passou a existir entre ela e a ciência (Oselame, 2013). Houve essa necessidade para que o campo fosse expandido e pudesse ser uma nova forma de manejar os pacientes em processo terapêutico (Oselame, 2013).

Ao longo desses anos todos, o número de musicoterapeutas cresceu e evidenciou a realidade dessa prática, pois, embora já se conversasse com a ciência e fosse reconhecida como prática terapêutica, ainda era uma área pouco discutida, o que possivelmente poderia ocasionar em uma dificuldade de se fazê-la de fato conhecida (Oselame, 2013).

Cada dia mais, a musicoterapia tende a possuir um campo maior de atuação, com mais pacientes à procura do serviço e mais profissionais adeptos da técnica. A permanência e consolidação da área do Brasil, mostra que a grande tendência é que de fato, a musicoterapia ganhe espaço ainda maior tanto em clínica, como nos ambientes em que já possui atuação. A UBAM, traz em seu acervo de informações em que a musicoterapia vem sendo utilizada em múltiplos contextos, para além dos consultórios, e tem sido desenvolvida em várias temáticas da vida dos indivíduos. Ela não deixa de ser exercida nos contextos de saúde pública, e por isso ainda é muita atual, já que sua dinâmica proporciona descontração entre aqueles presentes nas sessões ou grupos.

Além da regulamentação da profissão, que é o que se tem de mais recente no atual cenário da musicoterapia, fato que por si só já nos fala muito sobre o crescimento da área, é possível perceber essa expansão através da criação das várias associações de musicoterapeutas ao redor do Brasil, o que gerou preocupação e tornou necessária a criação da UBAM. Muitas

instituições têm sido de extrema importância para o desenvolvimento da musicoterapia, os cursos ofertados estão espalhados por alguns lugares como: Rio de Janeiro, Paraná, São Paulo, Minas Gerais, dentre outros (Barcellos; Santos, 2021). Toda essa expansão foi o que contribuiu para que hoje a musicoterapia tivesse seu espaço e práticas reconhecidas

Até o ano de 2021, foram realizados vários eventos que também tiveram grande aspecto contributivo para tornar a musicoterapia conhecida. Contando com simpósios, congressos, encontros nacionais e internacionais, Barcellos e Santos (2021) citam ao todo treze eventos realizados, com o intuito de promover e desenvolver o cenário da musicoterapia, e integrar profissionais ou interessados na área, tornando possível uma maior visibilidade dela. Ainda em 2021, o mercado de trabalho para esses profissionais havia crescido bastante, o que pode ter mudado ou tende a mudar recentemente com a atual regulamentação. Apesar de no passado terem sofrido com as dificuldades relacionadas à prática como a falta de recursos, a escassez de material produzido e a falta de um certo controle estatístico da unificação das associações, acredita-se em um cenário bastante produtivo para o futuro da área como um todo (Barcellos; Santos, 2021).

Com a lei de regulamentação da profissão aprovada recentemente, passa a existir uma nova fase na história da musicoterapia, e embora ela venha a ser sempre uma área nova e em constante mudança (Oselame, 2013), é possível que após esse novo período, ela ganhe espaço ainda maior dentre as terapias já existentes e concretizadas no âmbito de saúde mental. De acordo com a lei, para a atuação como musicoterapeuta, é necessário que o indivíduo obtenha diploma de graduação em instituição de ensino superior ou pós-graduação após os vinte e quatro meses da aprovação da lei de regulamentação, e esteja em conformidade com as exigências éticas da prática. Assim, os profissionais da área da saúde que tenham o desejo de utilizar a musicoterapia como técnica ou método, podem se especializar ou realizar a graduação do curso para atuarem como musicoterapeutas através desses recursos. A fim de reforçar a independência da área, conclui-se sobre a formação em musicoterapia, que qualquer pessoa que tenha o objetivo de atuar como musicoterapeuta deverá cumprir com os deveres éticos e profissionais exigentes da atuação, entendendo que a lei orienta os caminhos a serem percorridos na formação em musicoterapia.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Compreendendo até aqui as contribuições da musicoterapia para o contexto de saúde mental, se faz importante destacar para os objetivos desse artigo, o fato de que a musicoterapia

é um recurso valioso e válido para as demandas terapêuticas diversas. O ser humano em sua complexidade traz questões em si que por vezes, não são expressas da forma como estamos acostumados a perceber. Convém, que diante dos processos vivenciados por ele, os profissionais de saúde busquem formas expressivas para compreender seus sofrimentos, questionamentos e demandas através de recursos que facilitem esses processos. Com isso, a utilização da música com fins terapêuticos vem a ser uma grande ferramenta para esses objetivos. Nos contextos em que a musicoterapia está inserida, a expressividade ganha espaço, dando abertura a cenários capazes de mudar a percepção individual sobre si e sobre o mundo. São nesses espaços abertos à criação, memórias, sentimentos e emoções, que aspectos do sujeito podem vir à tona e contribuir com seu percurso de melhora e crescimento. É nesse sentido que a musicoterapia pode vir como grande alternativa terapêutica.

Considero que a musicoterapia contribuiu em grande escala para a promoção de saúde com esse recurso terapêutico inserido na saúde pública, pois para além do cenário clínico, ela conseguiu se estabelecer em outros cenários, fortalecendo a crença que se tinha nas suas propriedades terapêuticas. Compreendendo que um dos principais objetivos da psicologia é a subjetividade humana, atrair o indivíduo para a terapia através da música é algo bastante significativo, pois a maioria das pessoas adeptas da música traz consigo um acervo de musicalidade em sua essência capaz de mostrar ao mundo características suas, que por outros meios poderiam ser de difícil acesso.

Diante do que foi trabalhado neste artigo, foi possível perceber uma relação cada vez mais estreita entre a psicologia e os diversos recursos existentes como técnicas terapêuticas alternativas, capazes de contribuir para a melhora, o desenvolvimento e a autonomia dos pacientes atendidos. Longe de serem práticas dependentes da psicologia, se tornam uma opção bastante valiosa para a saúde mental em tempos de fragilidade humana, e que, no entanto, se relacionam muito bem, pelo fato de buscarem objetivos semelhantes, que de alguma forma estão relacionados à intervenção no sofrimento humano. Esse sofrimento sendo bastante percebido atualmente em diversos contextos, faz com que as pessoas busquem estratégias de enfrentamento que podem ser extraídas de muitos lugares. Cada ser humano irá buscar em seu íntimo, em suas relações ou nos seus interesses, alternativas para lidar com seu sofrimento e suas questões existenciais.

Dessa forma, a musicoterapia como tantas outras terapias, é um recurso valioso que a psicologia pode se utilizar no processo terapêutico do paciente para torná-lo mais eficiente, levando em consideração a necessidade que o paciente possui e sua própria relação com a música. A arte foi introduzida no contexto terapêutico, como forma de facilitar as expressões

dos sentimentos, dos pensamentos e das angústias através da criação ou mesmo da observação da arte sendo feita. Imersos na produção de conteúdo artístico, os pacientes podem se tornar os próprios autores de suas obras, e terem seu modo de ser e existir como importantes. A música comprovadamente possuindo aspectos terapêuticos tão presentes em suas propriedades, é o alento encontrado no cotidiano que a maioria de nós pode ter acesso e usufruir quando e onde quisermos. Considerando isso, seria de grande utilidade que através dela muitos profissionais como musicoterapeutas, psicólogos, psiquiatras, terapeutas ocupacionais, dentre outros, trouxessem a técnica de se utilizar da música para compreender e trabalhar as infinitas questões humanas.

A psicologia tem seu campo há bastante tempo consolidado, e por isso, tantas práticas acabam surgindo como relacionáveis a ela, produzindo um território bastante complexo a ser estudado de teorias e métodos que produzem efeitos terapêuticos e que podem ser articulados entre si, buscando a integralidade do ser humano em sua essência. As experiências, a subjetividade, as emoções, as ações, o resultado provado pela psicologia e pela musicoterapia, se relacionam muito bem e têm seus processos semelhantes, como já mencionado, buscando trabalhar os aspectos de sofrimento e promover a saúde dos pacientes. Para que se pudesse atuar como musicoterapeuta, era necessário ter feito o curso de graduação ou um dos cursos de menor duração oferecidos pelas instituições que o ofertavam, assim os psicólogos poderiam atuar aliados a eles, mas também possuía a opção de cursar uma das alternativas. Com a regulamentação da profissão, o psicólogo que desejar atuar como musicoterapeuta pode se tornar pós-graduado e exercer a prática.

Dito isso, a experiência pessoal diante da pesquisa para este artigo, me proporciona estar em contato com um dos meios que considero mais belos dentre as artes, podendo enxergar em mim mesma os sentimentos e as emoções despertados ao se falar da terapia através dela. Enquanto estudante de psicologia, compreender e trazer para o contexto terapêutico as experiências que o ser humano vive ao se encontrar com a arte, mais especificamente a música, me traz uma sensação que não poderia ser explicada aqui. Assim, como tantas pessoas não conseguem descrever seus sentimentos ao escutarem uma música que gostam, também faço a experiência da mesma sensação ao escrever esse artigo sobre esse tema que em certa medida faz parte das características inerentes da minha personalidade. O desejo é de ampliar o conhecimento sobre a prática, mas também de me relacionar com um dos temas de meu interesse para assim o correlacionar com as minhas práticas clínicas em um futuro bem próximo.

REFERÊNCIAS

AMERICAN MUSIC THERAPY ASSOCIATION. **History of Music Therapy**. United States, 2024.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. DSM-5. 5 ed. Porto Alegre: Artmed, 2015.

ARAÚJO, L. F. *et al.* A musicoterapia no fortalecimento da comunicação entre os idosos institucionalizados. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, n. 22, p. 191-205, 2016. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/32487/22495>. Acesso em: 11 jun. 2024.

BARCELLOS, L. R. M; SANTOS, M. A. C. A Musicoterapia no Brasil. **Brazilian Journal of Music Therapy**. [S. l.], 2021. Disponível em: <https://musicoterapia.revistademusicoterapia.mus.br/index.php/rbmt/article/view/378/33>. Acesso em: 11 jun. 2024.

BENZON, R. **Teoria da Musicoterapia**. 3. ed. São Paulo: Summus, 1998

BRASILIA. **Lei nº 14.842 de 11 de abril de 2024**. Dispõe sobre a atividade profissional de musicoterapeuta. Brasília: Presidência da República, [2024]. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2024/lei/114842.htm. Acesso em: 11 jun. 2024.

CASTRO, A. A. G; VALENTIN, F; DE SÁ, L. C. Atuação e perfil do musicoterapeuta organizacional. **Revista Brasileira de Musicoterapia**, ano 17, n. 19, p. 34-51, 2015. Disponível em: <https://musicoterapia.revistademusicoterapia.mus.br/index.php/rbmt/article/view/103/88>. Acesso em: 11 jun. 2024.

CHAGAS, M. **A musicoterapia no cenário brasileiro: reconhecimentos e impasses**. [S. l.], 2022. União Brasileira das Associações de Musicoterapia. Disponível em: <https://ubammusicoterapia.com.br/wp-content/uploads/2022/11/Musicoterapia-no-cenario-brasileiro.pdf>. Acesso em: 11 jun. 2024.

BRISCIA, K. E. **Definindo Musicoterapia**. 3. ed. Dallas: Barcelona Publishers, 2016.

GIL, A. C. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.
GODOY, D. A. Musicoterapia, Profissão e Reconhecimento: Uma Questão de Identidade no Contexto Social Brasileiro. **Brazilian Journal of Music Therapy**. [S. l.], n. 16. 2014. Disponível em: <https://www.musicoterapia.revistademusicoterapia.mus.br/index.php/rbmt/article/view/223>. Acesso em: 11 jun. 2024.

GOMES, C. M. A; LOUREIRO, C. M. V; SAMPAIO, R. T. A Musicoterapia e o Transtorno do Espectro Autista: Uma abordagem informada pelas neurociências para a prática clínica. **Per Musi**, Minas Gerais, n. 32, p. 137-170, dez. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pm/a/zhKMfm3Q5VJ5dGfQYtD9gBC/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 11 jun. 2024.

OCTAVIANO, C. Os efeitos da música no cérebro humano. **ComCiência**, Campinas, n. 116. 2010. Disponível em: http://comciencia.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-76542010000200005&lng=es&nrm=iso#:~:text=A%20m%C3%BAstica%2C%20assim%20como%20outras,perceber%C3%A1%20de%20um%20modo%20diferente. Acesso em: 11 jun 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **OMS destaca necessidade urgente de transformar saúde mental e atenção**. Genebra: OMS, 2022.

OLIVEIRA, C. C.; GOMES, A. Breve história da musicoterapia, suas conceptualizações e práticas. **CEHUM**, Portugal, 2014. Disponível em: https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/39982/3/S%20livro%20SPCE%202015%20PCE2_EIXOS_BOOK%20CC%20%282%29.pdf. Acesso em: 09 abr. 2024.

OSELAME, M; CARVALHO, F. **A Pesquisa em Musicoterapia no Cenário Brasileiro**. Revista Brasileira de Musicoterapia, Brasil, 2014. Disponível em: <https://musicoterapia.revistademusicoterapia.mus.br/index.php/rbmt/article/view/252>. Acesso em: 11 jun. 2024.

ROCHA, V. C; BOGGIO, P, S. A música por uma óptica neurocientífica. **Per Musi**, Belo Horizonte, n. 27, p. 132-140, jun. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pm/a/4MYkTmWFfsG4P9jfRMdmh4G/?lang=pt#>. Acesso em: 11 jun. 2024.

SAMPAIO, R. T; LOUREIRO, C. M. V; GOMES, C. M. A. A Musicoterapia e o Transtorno do Espectro do Autismo: uma abordagem informada pelas neurociências para a prática clínica. **Per Musi**, Belo Horizonte, n. 32, p. 137-170, dez. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pm/a/zhKMfm3Q5VJ5dGfQYtD9gBC/?lang=pt#>. Acesso em: 11 jun. 2024.

SANTOS, C. F. Musicoterapia na educação: convergências e divergência no contexto escolar. **InCantare: Rev. do Núcleo de Estudos e Pesquisas Interdisciplinares em Musicoterapia**, Curitiba, v. 5, p. 58-72, 2014. Disponível em: https://web.archive.org/web/20180506091959id_/http://periodicos.unespar.edu.br/index.php/incantare/article/viewFile/262/pdf_10. Acesso em: 11 jun. 2024.

SARGIANI, R. A; MALUF, M. R. Linguagem, Cognição e Educação Infantil: Contribuições da Psicologia e das Neurociências. **Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, ano 22, n 3, p. 477-484, 12 dez. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/RC9yqjQXGG9qVGzJScqYnvN/?lang=pt>. Acesso em: 11 jun. 2024.

SIQUEIRA, J. L. D; LAGO, A. M. C. V. Coletivo da música: um estudo sobre relações entre arte e saúde mental. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, Londrina, ano 3, n. 1, p. 93-111, jun. 2012. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072012000100007. Acesso em: 11 jun. 2024.

QUEIROZ, E. W. S. A Construção do Vínculo Terapêutico: Uma reflexão sob a perspectiva gestáltica. **IGT na Rede**. Rio de Janeiro, ano 14, n. 26, p. 109-126, jun. 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-25262017000100007. Acesso em: 11 jun. 2024.

UNIÃO BRASILEIRA DAS ASSOCIAÇÕES DE MUSICOTERAPIA. **Regulamentação da Profissão de Musicoterapeuta**. [S.l.], 2024.