

# Musicoterapeuta

Hoje em dia existe um tipo diferente de terapia para cada caso clínico. Mas será que a música pode ser levada como uma forma de tratamento? Então, fique ligado, pois o Antenados de hoje vai falar sobre a profissão do MUSICOTERAPEUTA. E para nos ajudar com esse assunto, convidamos...

Luzamir Rangel &ndash; Estudante de Musicoterapia

Cristina Parreira &ndash; Musicoterapeuta

Apresentação: Thiago Cruz

Raquel Siqueira &ndash; Coord. do Conservatório Brasileiro de Música

Cecília Altieri &ndash; Musicoterapeuta

Musicoterapia é a utilização da música e/ou de seus elementos constituintes, ritmo, melodia e harmonia, por um musicoterapeuta qualificado, com um cliente ou grupo, em um processo destinado a facilitar e promover comunicação, relacionamento, aprendizado, mobilização, expressão, organização e outros objetivos terapêuticos relevantes, a fim de atender as necessidades físicas, emocionais, mentais, sociais e cognitivas. A musicoterapia busca desenvolver potenciais e/ou restaurar funções do indivíduo para que ele ou ela alcance uma melhor qualidade de vida, através de prevenção, reabilitação ou tratamento.

Os musicoterapeutas trabalham com uma gama variada de pacientes. Entre estes estão incluídas pessoas com dificuldades motoras, autistas, pacientes com deficiência mental, paralisia cerebral, dificuldades emocionais, pacientes psiquiátricos, gestantes e idosos. O trabalho musicoterápico pode ser desenvolvido dentro de equipas de saúde multidisciplinares, em conjunto com médicos, psicólogos, fonoaudiólogos, terapeutas ocupacionais, fisioterapeutas e educadores. Também pode ser um processo autônomo realizado em consultório.

O uso da música como método terapêutico vem desde o início da história humana. Alguns dos primeiros registros a esse respeito podem ser encontrados na obra de filósofos gregos pré-socráticos.

A sistematização dos métodos utilizados só começou, no entanto, após a Segunda Guerra Mundial, com pesquisas realizadas nos Estados Unidos. O primeiro curso universitário de musicoterapia foi criado em 1944 na Michigan State University.

O processo da musicoterapia pode se desenvolver de acordo com vários métodos. Alguns são receptivos, quando o musicoterapeuta toca música para o paciente. Este tipo de sessão normalmente se limita a pacientes com grandes dificuldades motoras ou em apenas uma parte do tratamento, com objetivos específicos. Na maior parte dos casos a musicoterapia é ativa, ou seja, o próprio paciente toca os instrumentos musicais, canta, dança ou realiza outras atividades junto com o terapeuta. A forma como o musicoterapeuta interage com os pacientes depende dos objetivos do trabalho e dos métodos que ele utiliza. Em alguns casos as sessões são gravadas e o terapeuta realiza improvisações ou composições sobre os temas apresentados pelo paciente. Alguns musicoterapeutas procuram interpretar musicalmente a música produzida durante a sessão. Outros preferem métodos que utilizem apenas a improvisação sem a necessidade de interpretação. Os objetivos da produção durante uma sessão de musicoterapia são não-musicais, por isso não é necessário que o paciente possua nenhum treinamento musical para que possa participar deste tratamento.

O musicoterapeuta, por outro lado, devido às habilidades necessárias à condução do processo terapêutico, precisa ter proficiência em diversos instrumentos musicais. Os mais usados são o violão, o piano (ou outros instrumentos com teclado) e instrumentos de percussão.

O profissional responsável por conduzir o processo musicoterápico é chamado musicoterapeuta. A formação desse

profissional é feita em cursos de graduação em musicoterapia ou como especialização para profissionais da área de saúde (medicina ou psicologia). Em alguns países a musicoterapia também pode ser parte de uma formação em arteterapia, que envolve, além da música, técnicas de artes plásticas e dança.

A formação do musicoterapeuta inclui teoria musical, canto, prática em ao menos um instrumento harmônico (piano ou violão), instrumentos melódicos (principalmente flauta) e percussão.

Também faz parte da formação do musicoterapeuta o conhecimento da anatomia e fisiologia humana, psicologia, filosofia e noções de expressão artística, expressão corporal, dança, técnicas grupais e métodos de educação musical como o Método Orff ou o Método Kodály.

O dia do musicoterapeuta é comemorado no Brasil em 15 de setembro.

A musicoterapia é uma forma de tratamento que utiliza a música para ajudar no tratamento de problemas, tanto de ordem física quanto de ordem emocional ou mental.

A musicoterapia como disciplina teve início no século 20, após as duas guerras mundiais, quando músicos amadores e profissionais passaram a tocar nos hospitais de vários países da Europa e Estados Unidos, para os soldados veteranos. Logo os médicos e enfermeiros puderam notar melhoras no bem-estar dos pacientes.

De lá para cá, a música vem sendo cada vez mais incorporada às práticas alternativas e terapêuticas. Em 1972, foi criado o primeiro curso de graduação no Conservatório Brasileiro de Música, do Rio de Janeiro. Hoje, no mundo, existem mais de 127 cursos, que vão da graduação ao doutorado.

O musicoterapeuta pode utilizar apenas um som, recorrer a apenas um ritmo, escolher uma música conhecida e até mesmo fazer com que o paciente a crie sua própria música. Tudo depende da disponibilidade e da vontade do paciente e dos objetivos do musicoterapeuta. A música ajuda porque é um elemento com que todo mundo tem contato. Através dos tempos, cada um de nós já teve, e ainda tem, a música em sua vida.

A música trabalha os hemisférios cerebrais, promovendo o equilíbrio entre o pensar e o sentir, resgatando a "afinação" do indivíduo, de maneira coerente com seu diapasão interno. A melodia trabalha o emocional, a harmonia, o racional e a inteligência. A força organizadora do ritmo provoca respostas motoras, que, através da pulsação dá suporte para a improvisação de movimentos, para a expressão corporal.

O profissional é preparado para atuar na área terapêutica, tendo a música como matéria-prima de seu trabalho. São oferecidos ao aluno conhecimentos musicais específicos, voltados para a aplicação terapêutica, e conhecimentos de áreas da saúde e das ciências humanas. São oferecidas também vivências na área de sensibilização, em relação aos efeitos do som e da música no próprio corpo.

Sendo inerente ao ser humano, a música é capaz de estimular e despertar emoções, reações, sensações e sentimentos. Qualquer pessoa é susceptível de ser tratada com musicoterapia. Ela tanto pode ajudar crianças com deficiência mental, quanto pacientes com problemas motores, aqueles que tenham tido derrame, os portadores de doenças mentais, como o psicótico, ou ainda pessoas com depressão, estressadas ou tensas. Tem servido também para cuidar de idosos e indivíduos com câncer. Não há restrição de idade: desde bebês com menos de um ano até pessoas bem idosas, todos podem ser beneficiados.

Particularmente são indicados no autismo e na esquizofrenia, onde a musicoterapia pode ser a primeira técnica de aproximação. A musicoterapia é aplicável ainda em outras situações clínicas, pois atua fundamentalmente como técnica psicológica, ou seja, reside na modificação dos problemas emocionais, atitudes, energia dinâmica psíquica, que será o esforço para modificar qualquer patologia física ou psíquica. Pode ser também coadjuvante de outras técnicas terapêuticas, abrindo canais de comunicação para que estas possam atuar eficazmente.

Músicas com ritmo muito marcante, não servem para o relaxamento, como por exemplo, o rock. O ritmo do rock é

constante, ao passo que no relaxamento, a tendência é diminuir o pulso e o ritmo da respiração.

Cada ritmo musical produz um trabalho e um resultado diferente no corpo. Assim há músicas que provocam nostalgia, outras alegria, outras, tristeza, outras melancolia, etc.

Alguns tipos de música podem servir de guia para as necessidades de cada pessoa. Bach, por exemplo, pode ajudar muito no aprendizado e na memória, Rossini, com *Guilherme Tell* e Wagner, com as *Walkirias*, ajudam especialmente no tratamento de pacientes com depressão. As valsas de Strauss podem contribuir e muito, para os momentos em que se necessita um maior relaxamento, estando bem indicadas para salas de parto. As marchas são um tipo de música que transmite energia, tão importante e escassa em áreas hospitalares de pacientes em convalescença.

Um bom exemplo disso tem sido o uso da musicoterapia, no auxílio do tratamento da doença de Alzheimer. Doença de caráter progressivo e degenerativo tem, entre seus primeiros sinais, o esquecimento, a dificuldade de estabelecer diálogos, as mudanças de atitude e a diminuição da concentração e da atenção. A musicoterapia ajuda a estimular a memória, a atenção e a concentração, o contato com a realidade e o esforço da identidade. Trabalha-se ainda a estimulação sensorial, a auto-estima e a expressão dos sentimentos e emoções.

A melhor ajuda que o tratamento dos pacientes, utilizando a música, pode proporcionar, é que ela, como terapia, torna os obstáculos da doença mais amenos e mais fáceis de serem ultrapassados.

A musicoterapia é considerada uma ciência paramédica que estuda a relação do homem com o som/música. "A influência fisiológica e psicológica do som no cérebro traz inúmeros benefícios à pessoa";

Entre as inúmeras aplicações da musicoterapia, destaca-se o trabalho com pacientes portadores de deficiências físicas, como paralisia e distrofia muscular progressiva. As deficiências sensoriais (visual e auditiva) e as síndromes genéticas (Down, Turner e Rett) também contam com essa opção como tratamento complementar. Distúrbios neurológicos (lesões cerebrais, dislexias, disfonias, entre outros) e doenças mentais, como esquizofrenia, autismo infantil, depressões e distúrbio obsessivo compulsivo também podem se beneficiar com essa terapêutica.

As principais pesquisas sobre musicoterapia têm sido feitas em países como Estados Unidos, França, Alemanha, Noruega, Inglaterra, Itália e Argentina, onde o uso terapêutico da música é amplamente difundido. No Brasil, nos últimos dois anos, os benefícios dessa terapia têm sido mais amplamente aceitos por fisioterapeutas, fonoaudiólogos e psicólogos.

Na educação, a musicoterapia pode auxiliar no desenvolvimento psicopedagógico e em dinâmica de grupo em sala de aula. É o que vem ocorrendo com os alunos da Escola Municipal de Educação Especial de Barueri, voltada para a alfabetização de crianças e adolescentes com deficiência mental leve e moderada. Desde o início deste ano, a disciplina Educação Musical passou a contar com recursos de musicoterapia. "Procuro sociabilizar o grupo através da música. A resposta das crianças é uma coisa incrível. Dentro de suas capacidades, elas cantam e dançam", explica Fernanda Rodrigues dos Santos, formada em Educação Artística, com habilitação em música, e pós-graduada em Musicoterapia.

Além da utilização da música como processo terapêutico, há correntes de estudiosos no assunto que voltam seus interesses para a ação curativa de determinado som. No livro *O Poder Terapêutico da Música*, do norte-americano Randall McClellan, o autor trata os efeitos da música sobre o indivíduo como um todo. Segundo ele, "toda música pode alterar de algum modo nosso estado de consciência. O que não foi ainda determinado é que tipo de música afeta nossa consciência e de que modo e, particularmente, que tipo de música é mais útil para provocar os estados mais desejáveis para fins de cura". As indagações de McClellan, doutor em Filosofia em Composições Musicais pela Eastman School of Music e também graduado no Cincinnati College Conservatory of Music, têm sido temas de inúmeras pesquisas realizadas principalmente nos Estados Unidos.

No Brasil, o interesse pelo assunto não é menor. Segundo levantamento realizado pela Apemesp, o país conta com cerca de 1500 profissionais com formação em musicoterapia.

De acordo com a definição da World Federation of Music Therapy, musicoterapia é a utilização da música e/ou dos

elementos musicais (som, ritmo, melodia e harmonia) pelo musicoterapeuta e pelo cliente ou grupo, em um processo estruturado para facilitar e promover a comunicação, o relacionamento, a aprendizagem, a mobilização, a expressão e a organização (física, emocional, mental, social e cognitiva) para desenvolver potenciais ou recuperar funções do indivíduo de forma que ele possa alcançar melhor integração intra e interpessoal e conseqüentemente uma melhor qualidade de vida.

Segundo a Canadian Association for Music Therapy a musicoterapia é &ldquo;a utilização da música para auxiliar a integração física, psicológica e emocional do indivíduo e para o tratamento de doenças ou deficiências. Ela pode ser aplicada a todos os grupos etários em uma grande variedade de settings. A música possui a qualidade de ser não-verbal, mas oferece muitas oportunidades para a expressão oral e verbal. Como membro de uma equipe terapêutica, o musicoterapeuta participa da avaliação das necessidades do cliente, da formulação da abordagem e do programa terapêutico, desenvolvendo então atividades musicais específicas para alcançar os objetivos. A natureza da musicoterapia enfatiza uma abordagem criativa no trabalho terapêutico, possibilitando uma abordagem humanista e viável que reconhece e desenvolve recursos internos geralmente reprimidos do cliente. Os musicoterapeutas desejam ajudar o indivíduo a mover-se em direção a uma maior autoconsciência e, em um sentido mais amplo, a levar cada ser humano ao seu maior potencial&rdquo;.

É importante enfatizar que a música não é um curativo eficaz em si mesmo, mas que seus efeitos terapêuticos resultam de uma aplicação profissional durante um processo terapêutico.