



MÚSICA COMO TERAPIA ALTERNATIVA NA SAÚDE DO IDOSO.

Taís Cardoso Braga e-mail: Braga.tais@gmail.com;

Centro Universitário Tiradentes¹/Medicina/Alagoas, AL.
(UNIT AL Maceió Alagoas)

RESUMO: Introdução: Com o aumento da expectativa de vida da população mundial, o cuidado e atenção de saúde do idoso ganha novas estratégias. Uma dessas é a música, utilizada como recurso terapêutico, de prevenção, reabilitação e até cura de doenças. Configura-se em uma modalidade de intervenção que foge do modelo biomédico curativista, por se tratar de uma tecnologia de cuidado que facilita a comunicação, expressão de emoções, além de focalizar aspectos saudáveis para os idosos como melhora do humor, aumento da autoestima e estímulo do cérebro. **Métodos:** Revisão da literatura, com consulta às bases de dados do PubMed, Scielo e Google Acadêmico, em artigos publicados entre 2006 e 2016. Foram utilizados, para busca dos artigos, os seguintes descritores e suas combinações nas línguas portuguesa e inglesa: “Música”, “Terapia”, “Idosos”. Os critérios de inclusão usados para a seleção dos artigos foram: artigos publicados em português, inglês; artigos na íntegra que projetassem a temática referente à revisão de literatura e artigos publicados e indexados nos referidos bancos de dados nos últimos doze anos. **Resultados e Discussão:** A musicoterapia visa o tratamento global do sujeito, ajudando no desenvolvimento de aspectos psicomotores, que consiste em mobilizar a afetividade e estimular a expressão das emoções através da comunicação não-verbal ou analógica. Ela age diretamente na região do cérebro responsável pelas emoções, gerando motivação e afetividade, além de aumentar a produção de endorfina, substância naturalmente produzida pelo corpo gerando sensação de prazer. Isso acontece porque o cérebro responde de forma natural quando ouve uma canção, e emite sensações maiores que lembranças. Na área da geriatria e gerontologia, o uso da música vem se sobressaindo por proporcionar efeitos significativos nas esferas psicoemocionais, físicas e sociais, repercutindo na melhora da sociabilização e da autoestima. Com efeitos significativos em pacientes acamados, cadeirantes, moradores de casa de repouso, portadores de doenças crônicas e neurodegenerativas. Além de atuar como um poderoso estimulante para imaginação e proporcionar a evocação de lembranças e sentimentos. **Conclusão:** A música é uma terapia complementar valiosa, que exerce influência sobre os aspectos neurocognitivos, emocionais, psíquicos e sociais do idoso. Desempenhando assim, papel importante nos processos da plasticidade cerebral, atua na manutenção e melhora da qualidade de vida e propicia maior interação deste com o meio social e familiar. Além de ser um método alternativo de baixo custo, fácil acesso e que requer recursos mínimos, **Palavras-chave:** música, terapia, idosos.



ABSTRACT: Introduction: With the increasing life expectancy of the world population, the elderly care and health care gains new strategies. One of these is music, used as a therapeutic resource, for prevention, rehabilitation and even cure of diseases. It is configured in an intervention modality that runs away from the curative biomedical model, because it is a care technology that facilitates communication, expression of emotions, and focuses on healthy aspects for the elderly, such as mood improvement, increased self-esteem and stimulation of the brain. **Methods:** Review of the literature, with reference to the PubMed, Scielo and Google Academic databases, in articles published between 2006 and 2016. The following descriptors and their combinations were used to search for articles in Portuguese and English: "Music "" Therapy "," Elderly ". The inclusion criteria used to select the articles were: articles published in Portuguese, English; articles in full that projected the theme regarding the revision of literature and articles published and indexed in the referred databases in the last twelve years. **Results and Discussion:** Music therapy aims at the overall treatment of the subject, helping to develop psychomotor aspects, which involves mobilizing affectivity and stimulating the expression of emotions through nonverbal or analog communication. It acts directly on the region of the brain responsible for the emotions, generating motivation and affectivity, as well as increasing the production of endorphins, a substance naturally produced by the body generating a sensation of pleasure. This is because the brain responds naturally when it hears a song, and it emits sensations that are greater than memories. In the area of geriatrics and gerontology, the use of music has been emphasized by providing significant effects in the psycho-emotional, physical and social spheres, repercussions in the improvement of socialization and self-esteem. With significant effects in bedridden patients, wheelchair users, nursing home residents, patients with chronic and neurodegenerative diseases. In addition to acting as a powerful stimulant to imagination and provide the evocation of memories and feelings. **Conclusion:** Music is a valuable complementary therapy, which influences the neurocognitive, emotional, psychic and social aspects of the elderly. Thus, playing an important role in the processes of cerebral plasticity, it acts in the maintenance and improvement of the quality of life and allows greater interaction of this with the social and family environment. In addition to being an alternative method of low cost, easy access and requiring minimal resource.

Keywords: music, therapy, elderly.



Referências/references:

Albuquerque MCS, Nascimento LO, Lyra ST, Figueredo Trezza MCS, Brêda MZ. Os efeitos da música em idosos com doença de Alzheimer de uma instituição de longa permanência. Rev. Eletr. Enf. [Internet]. 2012 abr/jun;14(2):404-13. Available from: <http://dx.doi.org/10.5216/ree.v14i2.12532> em abril de 2018.

Glauber Correia de Oliveira, Vanessa Ramos da Silva Lopes, Maria José Caetano Ferreira Damasceno, Elizete Mello da Silva

SALES, Catarina Aparecida et al . Music in human terminality: the family members' conceptions. Rev. esc. enferm. USP, São Paulo , v. 45, n. 1, p. 138-145, Mar. 2011 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342011000100019&lng=en&nrm=iso>.accesson 09 Apr. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342011000100019>.

ABREU, Simone Feliciano de. GRUPO MUSICAL: UMA ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE PARA O ENVELHECIMENTO ATIVO: contribuições para a Enfermagem Gerontogerátrica; Rio de Janeiro; s.n; dez. 2013. 103 p. Available from: <https://goo.gl/ZXHUHK>. Acesso em 02 de abril de 2018.

PIMENTEL, Adriana de Freitas; BARBOSA, Ruth Machado; CHAGAS, Marly. A musicoterapia na sala de espera de uma unidade básica de saúde: assistência, autonomia e protagonismo. Interface (Botucatu), Botucatu , v. 15, n. 38, p. 741-754, Sept. 2011 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832011000300010&lng=en&nrm=iso>. access on 10 Apr. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-32832011000300010>.