

EFEITOS DA MÚSICA COMO TERAPIA COMPLEMENTAR NO CUIDADO A IDOSOS RESIDENTES EM ILPIS

PAES, Nathalia Comassetto ¹; FELIX, Luiza Dandara de Araújo ²; MÉLO, Hirley Rayane Silva Balbino De³; ANJOS, Maria Clara Mota Nobre dos⁴

RESUMO

Introdução: A vivência em uma instituição de longa permanência perpassa por diversas problemáticas na vida de seus idosos, nela eles podem enfrentar distúrbios físicos e psicológicos, como sofrimento, isolamento social e tristeza, desamparo e até depressão. Além de que o nível de conforto físico dos idosos é afetado negativamente devido a problemas como doenças crônicas, dor e sono de baixa qualidade vivenciado por idosos. Uma das alternativas de melhora deste desempenho mental é encontrada na música terapêutica, uma atividade de assistência à saúde que é definida como uma forma controlada de ouvir música que possui consideráveis efeitos nos pacientes, os afetando fisiologicamente e psicologicamente de forma que melhoram a capacidade de lidar com as pessoas, faz com que se sintam relaxadas e as afasta de estressores. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa, com busca nas bases de dados Pubmed, LILACS e Scielo, com palavras-chaves: “Music Therapy”; “Aged”; “Homes for the Aged”, cujos métodos de inclusão foram trabalhos em inglês, espanhol ou português, com data de publicação entre os anos de 2015 e 2020 e os métodos de exclusão foram artigos que não se enquadrassem nos métodos de inclusão ou que fossem uma revisão de literatura ou revisão sistemática. A priori foram encontrados 39 artigos, após restringir de acordo com o ano - sendo estipulado que seriam utilizados apenas artigos a partir de 2015 - este número diminuiu para 14 artigos, destes, por conseguinte, foram analisados aqueles que melhor se enquadram no tema abordado, restando 04 artigos para análise. **Resultados e Discussão:** Para a prática da música terapêutica, diversos aspectos devem ser considerados, entre eles o fato de que as pessoas são mais influenciadas por sua própria cultura musical e que, dependendo do tipo de doença, se beneficiam de diferentes modos. A partir disso é possível desfrutar de diversos benefícios que a música terapêutica possui como por exemplo: o aumento do conforto do indivíduo, efeito na dor, na diminuição da pressão arterial sistólica, ansiedade e até reduz a gravidade dos sintomas da quimioterapia simultaneamente ao aumento do nível de conforto destes pacientes. Algo possível devido a sua capacidade de induzir ondas alfa no cérebro, que são capazes de causar o relaxamento e com isso pode levar à diminuição dos sentimentos depressivos, também foi afirmado que a musicoterapia também pode desencadear a liberação de endorfina, causando respostas fisiológicas, como diminuição da frequência cardíaca e da pressão arterial. Além disso, pode ser benéfico para pacientes com arquitetura perturbada do sono, pois os efeitos foram comparáveis aos hipnóticos e a secreção de endorfina - analgésico natural do corpo e agente estabilizador do humor. Comprovado por um estudo experimental controlado randomizado, comum pré-teste / pós-teste e um grupo controle que avaliou o efeito da audição de música no conforto e na ansiedade em idosos residentes em instituições de longa permanência, este mostrou que houve uma diferença significativa entre as pontuações médias totais do grupo experimental em relação ao grupo controle durante semanas. **Conclusão:** Pode-se concluir que com base em seus benefícios e em seus achados, houve significativamente uma melhoria do conforto, comprovada redução na dor, na diminuição da pressão arterial sistólica, na redução da gravidade dos sintomas da quimioterapia e da ansiedade em idosos. Desta maneira fatores como: a sua facilidade de uso e a inexistência de efeitos colaterais corroboram para que esta técnica seja usada cada vez mais.

REFERÊNCIAS

² Centro Universitário CESMAC, luizadandarad@gmail.com

³ UNIT - Centro Universitário Tiradentes, hirleymelo@gmail.com

⁴ UNIT - Centro Universitário Tiradentes, claraanjosi@hotmail.com

WANG, Qun; CHAIR, Sek Ying; WONG, Eliza Mi Ling; LI, Xiaomei. The Effects of Music Intervention on Sleep Quality in Community-Dwelling Elderly. *The Journal Of Alternative And Complementary Medicine*, [S.L.], v. 22, n. 7, p. 576-584, jul. 2016. Mary Ann Liebert Inc. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1089/acm.2015.0304> . Acesso em: 13 jul. 2020.

ERGIN, Eda; YÜCEL, Şebnem Çınar. The Effect of Music on the Comfort and Anxiety of Older Adults Living in a Nursing Home in Turkey. *Journal Of Religion And Health*, [S.L.], v. 58, n. 4, p. 1401-1414, 9 abr. 2019. Springer Science and Business Media LLC. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1007/s10943-019-00811-z>. Acesso em: 13 jul. 2020.

PAVLICEVIC, Mercédès; TSIRIS, Giorgos; WOOD, Stuart; POWELL, Harriet; GRAHAM, Janet; SANDERSON, Richard; MILLMAN, Rachel; GIBSON, Jane. The 'ripple effect': towards researching improvisational music therapy in dementia care homes. *Dementia*, [S.L.], v. 14, n. 5, p. 659-679, 18 dez. 2015. SAGE Publications. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1177/1471301213514419>. Acesso em: 13 jul. 2020.

UGUR, Hacer Gök; AKTAŞ, Yeşim Yaman; ORAK, Oya Sevcin; SAGLAMBILEN, Okan; AVCI, İlknur Aydın. The effect of music therapy on depression and physiological parameters in elderly people living in a Turkish nursing home: a randomized-controlled trial. *Aging & Mental Health*, [S.L.], v. 21, n. 12, p. 1280-1286, 3 set. 2016. Informa UK Limited. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1080/13607863.2016.1222348>. Acesso em: 13 jul. 2020.

PALAVRAS-CHAVE: Idosos; Instituição de Longa Permanência para Idosos; Musicoterapia

² Centro Universitário CESMAC, luizadandarad@gmail.com

³ UNIT - Centro Universitário Tiradentes, hirleymelo@gmail.com

⁴ UNIT - Centro Universitário Tiradentes, claraanjosi@hotmail.com



1º CONGERU - Congresso Online de
**GERIATRIA
E GERONTOLOGIA**
do UNIFACIG



² Centro Universitário CESMAC, luizadandaradf@gmail.com

³ UNIT - Centro Universitário Tiradentes, hirleymelo@gmail.com

⁴ UNIT - Centro Universitário Tiradentes, claraanjos1@hotmail.com