

## A terapia da música

**S**om, ritmo, melodia, harmonia... De diferentes formas, a música está ligada a todos os momentos de nossa vida. Logo após a Segunda Guerra Mundial, nos Estados Unidos e na Europa, quando começaram as primeiras experiências de levar música a hospitais, na tentativa de amenizar a dor e o sofrimento vividos em meio ao horror da guerra, os resultados surpreenderam. Surgia assim uma nova disciplina, que passaria a ganhar cada vez mais importância na medicina: a musicoterapia. Diversos hospitais hoje no Brasil utilizam a terapia para melhorar a qualidade de vida de pacientes, funcionários e profissionais de saúde. Assim como o médico faz a prescrição de um remédio, o musicoterapeuta utiliza os sons de acordo com cada pessoa e sintoma.

No Instituto Nacional de Câncer (INCA), foi iniciado, em 2002, um programa de musicoterapia, em parceria com o Conservatório Brasileiro de Música – Centro Universitário (CBM-CEU) – e em consonância com o Programa Nacional de Humanização e As-

sistência Hospitalar. O atendimento inicialmente era feito para adultos nos serviços de Ginecologia e Oncologia Clínica do Hospital do Câncer II (HC II). Um trabalho pioneiro, na época, chamado de Projeto Encanto. Hoje, o programa continua como Projeto Musicoterapia em Oncologia e foi ampliado para o Hospital do Câncer I, que concentra o maior número de serviços do INCA, na pediatria e no CTI.

Estudos comprovam que, no aspecto fisiológico, a música é capaz de interferir na batida cardiovascular, no sistema respiratório e na tonicidade muscular. Marly Chagas, psicóloga e supervisora do Projeto Musicoterapia em Oncologia, no INCA, defende os benefícios da atividade para os tratamentos clínicos.

Em relação à questão emocional, por exemplo, a utilização terapêutica da música é capaz de diminuir a ansiedade, o desconforto e mesmo a dor. “Entre a dor e a música, o cérebro prefere a música”, afirma Marly, acrescentando que pode haver até diminuição no tempo de internação, além de um melhor entrosamento do paciente com seus familiares e com as equipes profissionais.

Já no Hospital do Câncer IV – unidade de apoio para os pacientes em cuidados paliativos, atendidos em casa pelas equipes do INCA –, o programa tem caráter voluntário. É desenvolvido, desde 2006, pelo homeopata e músico Eduardo Moreira Barbosa. “Contamos com um grupo de 50 voluntários, todos músicos também. Conseguimos até a doação de um piano e fazemos concertos virtuais, levando a todo o hospital repertórios erudito e popular”, conta Eduardo.

### PARA ENGANAR A DOR

Mas o que é a musicoterapia? Em uma definição simples, é a terapia através da música, utilizando todos os seus elementos – ritmo, som, melodia, timbres e harmonia. Qualquer uma dessas partes pode ser usada para terapia, prevenção ou reabilitação de pacientes. O ritmo, por exemplo, induz ao movimento, mesmo em pessoas com deficiências físicas”, explica Marly Chagas. Cada doença tem uma “fórmula” em sons que podem colaborar com o processo de melhora. “Podemos utilizar técnicas de audição (ouvir a música), de recreação (cantar), além de tocar, compor e improvisar”, comenta. Os resultados dependem da resposta de cada um aos estímulos. Para os idosos, a música ajuda a recuperar a memória, desgastada com o tempo.

Mesmo experiente na área de musicoterapia, Marly ainda se emociona com as sessões semanais nas unidades I e II do INCA, em que os dois estagiários que coordena usam instrumentos de percussão, violão e violino. “Percebemos que existe dor que pode ser chorada pelas canções. É como se a música fosse capaz de fazer uma cama para a gente chorar e sair depois”, imagina. Com os funcionários e a equipe médica, a terapia promove a integração dos profissionais. De maneira muito sutil, o programa preenche o hospital com sons e novas emoções.

Paciente do HC II, Analice Xavier do Nascimento, de Campina Grande, na Paraíba, mora sozinha no Rio e aguardava uma cirurgia quando recebeu a visita dos estagiários do programa de musicoterapia. O humor de Analice logo mudou e ela pediu músicas de Leonardo, seu cantor favorito. Acompanhou a sessão e, no fim, declarou, com um leve sorriso: “Só vocês para me fazer rir.”

Maria Célia da Costa, paciente da mesma unidade, elogiava a iniciativa. “Eu amo quando eles vêm aqui”.

### A ALMA CANTA

No Brasil, há uma média de 2 mil musicoterapeutas qualificados. “Contamos, aqui em São Paulo, com um dos três centros de formação em musicoterapia do mundo, o Centro Benenson Brasil, local em que muito se tem feito pela área, com a criação de parcerias”, ressalta Maristela Smith, fundadora e coordenadora dos cursos de Graduação e Pós-Graduação e da Clínica-Escola de Musicoterapia das Faculdades Metropolitanas Unidas (FMU), em São Paulo.

Associada à humanização do ambiente hospitalar, a musicoterapia traz benefícios comprovados. Na opinião de Leticia Silva, chefe do Serviço Social do HC II, a disciplina já tem seu espaço estabelecido nas instituições de saúde. A terapia hospitalar ajuda



pacientes e familiares a enfrentarem a doença, a não desistir do tratamento. Como explica Luzamir Rangel, graduanda em musicoterapia pelo CBM-CEU e estagiária do INCA, os benefícios do trabalho com a música são importantes. “A canção toca a alma, alcança lugares aonde a palavra não chega”, observa.

Luiz Fernando Bentes, também estagiário do INCA e formado em violino, acrescenta que a terapia auxilia no tratamento do câncer, atingindo o paciente de uma maneira diferente, em níveis de profundidade e intimidade em curtíssimo espaço de tempo. “Assim, criamos um canal de comunicação com o paciente, ajudando-o a lidar com a doença e o tratamento”, afirma. No HC I, conta Luiz Fernando, também há um coral com os funcionários. Além disso, eles desenvolvem um grupo de estudos sobre a musicoterapia no tratamento do câncer.

### ÂNIMO NO TRATAMENTO INFANTIL

Quando se unem as canções às crianças, o objetivo é proporcionar um retorno ao ambiente aconchegante de casa. Além de promover o desenvolvimento psicomotor, a expressão de sentimentos, enfim, de voltar a ser criança, de brincar e gastar a energia. A musicoterapia tem resultados surpreendentes no atendimento infantil, de acordo com a psicóloga Marly Chagas. “Crianças que não demonstravam ânimo ou alegria, com a terapia, esquecem o sofrimento e a dor e ultrapassam os seus limites, cantando e tocando instrumentos improvisados”, exemplifica.

Os bons resultados são confirmados também pela chefe do Serviço de Oncologia Pediátrica do INCA, Sima Ferman. Segundo ela, a musicoterapia é considerada atualmente parte integrante do tratamento oncológico pediátrico. “A utilização da música e seus elementos tem sido importante para amenizar a hospitalização da criança”, ressalta. A música também promove bem-estar, auxiliando na recuperação e no enfrentamento da doença. O trabalho também tem sido realizado com profissionais de saúde, harmonizando a equipe, mesmo com as dificuldades comuns no cotidiano da enfermagem de pediatria. |