

66- Musicoterapia e Coping: possíveis relações entre o método utilizado e o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento ao estresse. Fernanda O. Silva/GO¹ e Leomara Craveiro de Sá/GO.²

Resumo: Este estudo trata-se de uma pesquisa qualitativa em Musicoterapia, tendo como referenciais teóricos a Complexidade e o Pensamento Sistêmico. O adolescente portador de câncer vivencia demandas psicofisiológicas e emocionais que contribuem para o surgimento do estresse, requerendo que o paciente mobilize um conjunto de estratégias de enfrentamento ao estresse. Objetivou-se com esta averiguar as possíveis relações entre experiência musical aplicada e a estratégia de enfrentamento. A coleta de dados constituiu-se de 5 etapas: 1) triagem dos pacientes adolescentes; 2) assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido; 3) entrevista semi-estruturada realizada com os adolescentes participantes da pesquisa; 4) atendimentos musicoterápicos; 5) entrevista semi-estruturada realizada com a equipe de enfermagem. A pesquisa de campo teve duração de três meses, com um total de 16 sessões grupais. Fizeram parte do estudo 28 pacientes de 12 a 19 anos e 4 membros da equipe de enfermagem. Foi possível constatar os efeitos benéficos da Musicoterapia no desenvolvimento de estratégias de enfrentamento ao estresse e estabelecer correlações entre a experiência musical aplicada e a estratégia em si.

Palavras-chave: Musicoterapia, coping e câncer.

Abstract: This study treats of a qualitative research in Music Therapy, tends as reference the Complexity and the Systemic Thought. The adolescent with cancer lives demands psychophysiology and emotional that contributes for the appearance of the stress and consequently coping. It was aimed at with this research to discover the possible relationships between applied musical experience and the coping. The collection of data was constituted of 5 stages: 1) selection of the adolescent patients; 2) signature of the Term of Free and Illustrious Consent; 3) semi-structured interview accomplished with the participant adolescents of the research; 4) services music therapeutics; 5) semi-structured interview accomplished with the nursing team. The field research had duration of three months, with a total of 16 session's group. 28 patients were part of the study from 12 to 19 years and 4 members of the nursing team. It was possible to verify the beneficial effects of Music Therapy in the development of coping and to establish correlations between the applied musical experience and the coping.

Keywords: Music Therapy, coping, cancer.

¹ Musicoterapeuta. Mestre em Música pelo Programa de Pós-Graduação em "Música na Contemporaneidade" da Escola de Música e Artes Cênicas da UFG. Graduada em Musicoterapia, pela EMAC/UFG. Professora Substituta da EMAC/UFG. Presidente da Sociedade Goiana de Musicoterapia, Gestão 2007-2009. E-mail: feortins@yahoo.com.br

Currículo Lattes:

<http://buscatextual.cnpq.br/buscatextual/visualizacv.jsp?id=K4735460D4>

² Doutora em Comunicação e Semiótica/PUC-SP; Professora-pesquisadora vinculada ao Programa de Pós-Graduação em Música; Conselheira no Conselho Estadual de Educação do Estado de Goiás; Musicoterapeuta Clínica. E-mail: leomara.craveiro@gmail.com

Currículo Lattes: <http://buscatextual.cnpq.br/buscatextual/visualizacv.jsp?id=K4708886E6>

1. Introdução

O ser humano, ao vivenciar um processo de adoecimento, poderá perceber a realidade de forma diferente e singular. Diversas emoções, sensações, sentimentos, dores e incertezas passam a integrar a sua existência, bem como novas relações e inter-relações.

O câncer exige do indivíduo, muitas vezes, sacrifícios para adequar-se ao tratamento, que tanto pode ser em seu próprio domicílio quanto em hospitais, caracterizando diferentes tipos de intervenções, algumas menos e outras mais invasivas. Cada organismo reage de maneira singular frente às diversas situações, ora adaptando ou sendo acometido de estresse. Lipp (1996) defende que o estresse é uma reação do organismo, tanto física como psicológica, que ocorre quando a pessoa se confronta com uma situação que irrite, amedronte, excite, confunda ou que, simplesmente, a deixa feliz. Não há como negar, portanto, que o paciente internado para o tratamento de câncer encontra-se frente a uma situação estressora e sujeito a experimentar altos níveis de estresse.

Diante das situações estressoras, o indivíduo poderá criar diversos mecanismos para enfrentar a hospitalização, a doença e o tratamento. Os múltiplos fatores que permeiam a hospitalização requerem que o paciente mobilize um conjunto de estratégias de enfrentamento ao estresse. Lazarus e Folkman (apud Carvalho, 1999) afirmam que estas estratégias são esforços cognitivos e comportamentais utilizados pelo indivíduo na interação dele com o ambiente. São recursos de enfrentamento utilizados para lidar com as demandas internas e externas, a fim de manter o equilíbrio emocional, a auto-estima e seu relacionamento com familiares, amigos e, em alguns casos, com a equipe médica e terapêutica.

Nesse sentido, seria possível a Musicoterapia contribuir no desenvolvimento de estratégias de enfrentamento ao estresse? A musicoterapia poderia auxiliar no sentido de conhecer e compreender cada vez mais o processo dinâmico que vivencia o ser humano hospitalizado durante o tratamento de uma doença?

Constata-se que estudiosos musicoterapeutas estão desenvolvendo pesquisas no âmbito hospitalar, entre eles: Chagas (2004), Delabary (2006), Ferreira (1999), Ferreira (2002), Gallicchio (2001), Petersen (2005), Silva (2005), em nível nacional; e Bogopolsky (2007); Cassileth, Vickers & Magill (2003); Dijkstra & Hakvoort (2004); Gaertner & Seidel (2003); McKinney (2005); McKinney, et al (1997), em nível internacional.

Apesar dos estudos voltados para a área hospitalar, esta pesquisa justifica-se pela existência, no Brasil, de poucos estudos desenvolvidos sobre a temática 'Musicoterapia, Câncer e Estresse'. Também, outro fator importante é que nesta pesquisa concebe-se a valorização da dimensão humana e subjetiva do ser como algo que deve estar presente em todo ato de assistência à saúde, tão evocado hoje como 'humanização na saúde'. Este estudo tem como objetivo discorrer as possíveis relações entre a experiência musical musicoterápica utilizada e as estratégias de enfrentamento ao estresse desenvolvidas durante a hospitalização.

2. Metodologia

Trata-se de uma pesquisa qualitativa que foi desenvolvida no Programa de Pós-

-Graduação em Música, tendo como referenciais teóricos o pensamento sistêmico e a teoria da Complexidade (VASCONCELLOS, 2002; MORIN, 1998, 2001). Uma pesquisa qualitativa voltada para o estudo das ações e das relações humanas (Minayo, 1994) e para os sentidos e as significações dos fenômenos ligados à vida do homem (TURATO, 2003). Foi realizado um estudo bibliográfico sobre os temas – música, musicoterapia, estresse, adolescente/doente, hospitalização – a fim de melhor compreender a clientela estudada e as relações que permeavam o setting musicoterápico, no diálogo entre música, adolescente, doença e estresse/coping.

O projeto de pesquisa foi encaminhado à Comissão de Pesquisa da Escola de Música e Artes Cênicas da Universidade Federal de Goiás (EMAC/UFG). Após apreciação da referida comissão, foi apresentado ao Comitê de Ética em Pesquisa da Associação de Combate ao Câncer em Goiás (CEPACCG), recebendo o parecer favorável sob o Protocolo de Nº 065/06, atendendo à Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde.

A coleta de dados, realizada na Onco-Pediatria, constituiu-se de cinco etapas: 1) triagem dos pacientes adolescentes; 2) assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido; 3) entrevista semi-estruturada realizada com os pacientes adolescentes; 4) atendimentos musicoterápicos; 5) entrevista semi-estruturada realizada com a equipe de enfermagem. A pesquisa de campo teve duração de três meses, com um total de 16 sessões grupais. Fizeram parte do estudo 28 pacientes (entre 12 e 19 anos) e 4 membros da equipe de enfermagem. As entrevistas e as sessões musicoterápicas foram gravadas em áudio, com o intuito de registrar as produções sonoras e musicais dos adolescentes participantes da pesquisa, visando uma análise musicoterápica posterior e a possível correlação entre as experiências musicoterápicas e o coping. Além das gravações, relatórios de cada atendimento foram utilizados como forma de registro dos fenômenos ocorridos no setting musicoterapêutico. Encontros com a musicoterapeuta/supervisora de campo foram realizados, buscando-se compreender e discutir os fenômenos manifestos no decorrer dos atendimentos.

3. Resultados e Discussão

As estratégias de enfrentamento ao estresse serão correlacionadas com as experiências musicais musicoterápicas utilizadas (Composição Musical, Re-criação Musical), bem como com os conteúdos emergidos em cada sessão. Neste trabalho, somente duas estratégias de enfrentamento ao estresse (Reavaliação Positiva e Apoio social) serão discutidas, devido ao fato destas apresentarem-se com maior frequência nas sessões grupais de musicoterapia.

3.1 A Reavaliação Positiva

A Reavaliação Positiva, segundo Lazarus (2006), é entendida como uma mudança ou crescimento em um caminho melhor; a pessoa acha uma nova fé e sai da experiência melhor que quando entra na mesma (DELL'AGLIO & HUTZ, 2002; LAZARUS & FOLKMAN, 1984; LAZARUS, 2006; MURTA, 2005).

A Composição Musical é um processo de construção, edificada com base em desafios, que necessitam ser superados e vencidos, por meio da concentração e da

imaginação. Geralmente, uma composição musical tem, à princípio, temas que flutuam e soam dispersos no setting musicoterápico, sobre um continuum de idéias caóticas. Compor uma canção é expor algo que vem de dentro de si, numa lógica que apresenta começo, meio e fim.

Ao comporem e entoarem suas composições, os pacientes tiveram a oportunidade de desvelar e reconhecer seus sentimentos e sensações significativas naquele momento, através do musical. Transformar palavras em música, nem sempre expressas pelo verbal, denotava, geralmente, um constante contraponto entre razão e emoção. Entretanto, a letra, a melodia, o ritmo e a harmonia da canção, desvendavam, ao final do atendimento, conteúdos que mereciam ser analisados e, muitas vezes, reavaliados. Dessa forma, de maneira auto-projetiva, as falas, as sensações e os sentimentos transformados em melodias e cantos, juntamente com a intervenção das musicoterapeutas, conduziam os pacientes a uma reavaliação do contexto vivenciado, ressignificando o caos antes estabelecido.

Os elementos que mais apareceram no musical e no verbal apontavam no sentido de que eles, os adolescentes, buscavam apoio na fé, no amor, na força, na esperança e em suas religiões, como meios de superar a situação vivenciada. Procuravam ressignificar o que estavam vivendo, buscando fortalecimento para suas ações e pensamentos, num acreditar em si mesmo ("Eu posso"). Puderam reavaliar positivamente a situação vivenciada, reforçando a importância da fé, da luta, da esperança, da força, da vontade de viver cada segundo, confiando sempre em uma possível saída.

3.2 O Apoio Social

No Apoio Social, a pessoa conversa com outras para saber mais sobre a situação, pede conselhos para alguém que respeita e/ou dialoga com alguém que pode fazer algo de concreto em relação ao problema. Ainda, podem buscar outra pessoa com um comportamento não agressivo, pedindo conforto, desabafando e/ou falando sobre seus problemas emocionais (DELL'AGLIO & HUTZ, 2002; LAZARUS, 2006). Duas experiências musicais musicoterápicas estiveram diretamente ligadas a esta estratégia: a Re-criação Musical e a Composição. Logo, quais seriam as possíveis relações existentes entre estas e os conteúdos emergidos no decorrer dos atendimentos musicoterápicos?

A Re-criação Musical tem como particularidade a reprodução de algo já conhecido ou existente, ou seja, um modelo pronto é re-criado (BRUSCIA, 2000). Nas sessões grupais de musicoterapia, em que a re-criação musical era utilizada, não havia, entre os adolescentes, uma empatia musical. Os adolescentes, no setting musicoterápico, apresentaram preferências musicais diferentes, tais como: pop rock versus sertanejo. A identificação musical entre seus pares, geralmente, era inexistente. Se não havia uma empatia musical entre os pacientes participantes da pesquisa, não havia, por conseguinte, um ISO Grupal (BENZON, 1985), que identificasse este grupo. Como poderia a Re-criação Musical possibilitar o desenvolvimento do Apoio Social então, já que necessita de empatia, confiança?

Nesta pesquisa, o compartilhar do grupo através da Re-criação Musical somente foi possível quando pequenos trechos musicais, com temas comuns a todos os pacientes,

foram re-criados. A partir desses pequenos trechos musicais comuns, os pacientes conseguiram dividir, desabafar e comunicar seus anseios uns com os outros, estabelecendo, em seguida, possíveis diálogos com o grupo. Caso contrário, a Re-criação Musical ficava no campo da distração ou do isolamento, sem partilhas. Ao cantarem juntos os trechos musicais, os pacientes puderam compartilhar a dor e a esperança, criando um espaço de ressonância entre eles. Após a re-criação de trechos musicais, temas como deserto, solidão, o estar longe da família, a hospitalização e o silêncio foram discutidos e compartilhados entre os pacientes, numa rede imbricada de processos intra e interpessoais, desencadeando uma ajuda mútua.

Já o apoio social, por meio da Composição Musical, foi favorecido pelo fazer juntos. No momento em que a Composição Musical era proposta, ocorria um entrelaçar de idéias, fatos, vontades e desejos dos pacientes envolvidos no ato de compor, em um mesmo espaço. Quanto mais informações fossem trocadas entre eles sobre suas preferências, gostos, vontades, mais colocariam no papel algo coerente, que pudesse representar aquele momento, na canção. Ao expor suas idéias e compartilhar aspectos de suas vidas, deveriam estar abertos para receber críticas e, principalmente, respeitar os espaços e idéias dos outros. Um trabalho cheio de trocas, partilhas e descobertas mútuas.

Ao finalizar a canção, os adolescentes mostravam-se realizados e, ao mesmo tempo, afoitos para sair da sessão e compartilhar com sua família o resultado da sessão – suas músicas. Os pacientes puderam repartir com o grupo de musicoterapia e com a família não só os problemas, mas também suas alegrias e suas conquistas.

4. Algumas considerações

A música aparece como um potente canal de expressão e comunicação dos sofrimentos e perdas, podendo auxiliar os adolescentes a desenvolverem um melhor enfrentamento aos agentes estressores e se fortalecerem durante a hospitalização. A própria música proporciona ritmo, movimento e vida para que estes pacientes continuem lutando, mesmo na iminência de morte. Enfim, mesmo perdendo / morrendo a cada dia, os adolescentes puderam (e podem ter), através das experiências musicais musicoterápicas, momentos de reflexão sobre a própria vida e a própria morte como uma extensão natural do viver. Além disso, desenvolveram estratégias, ou seja, diversas maneiras de enfrentar o estresse com o auxílio da musicoterapia.

5. Referências

BENZON, Roland. Manual de Musicoterapia. Rio de Janeiro: Enelivros, 1985.
BOGOPOLSKY, Helena. Music and stress in children during general anesthesia and surgery. In: Music Therapy Today Vol.VIII (3) December, 2007. Disponível em: <http://musictherapyworld.net>. Acesso em 07 de março de 2008.
BRASIL. Ministério da Saúde. HumanizaSUS: Política Nacional de Humanização: a humanização como eixo norteador das práticas de atenção e gestão em todas as instâncias do SUS/Ministério da Saúde, Secretaria-Executiva, Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização. Brasília: Ministério da Saúde, 2004.

BRUSCIA, K. Definindo Musicoterapia. São Paulo: Enelivros, 2000.
CARVALHO, M. Margarida. M. J. de. (Org.). Dor: um estudo multidisciplinar. São Paulo: Summus, 1999.
CASSILETH, Barrie R., VICKERS, Andrew J. & MAGILL, Lucanne A.. Music Therapy for Mood Disturbance during Hospitalization for Autologous Stem Cell Transplantation: A Randomized Controlled Trial. In: CANCER. December 15, 2003 / Volume 98 / Number 12, p. 2723–2729.
CHAGAS, Marly. Musicoterapia em Psico-oncologia. In: Revista Brasileira de Musicoterapia. Ano VI, Número 7, 2004.
DELABARY, Ana Maria Loureiro de Souza. A música em uma Unidade de Terapia Intensiva. In: Revista Brasileira de Musicoterapia. Ano X, n.8, p. 26-41. 2006.
DELL'AGLIO, Débora Dalbosco & HUTZ, Cláudio Simon. Estratégias de Coping de Crianças e Adolescentes em Eventos Estressantes com Pares e com Adultos. Psicol. USP, 2002, vol.13, no.2, p.203-225. ISSN 0103-6564. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/epsic/v7n1/10949.pdf> Acesso em 25 de janeiro de 2008.
DIJKSTRA, Irene & HAKVOORT, Laurien. How to deal music? Enhancing coping strategies in music therapy with clients suffering from addiction problems. In: Music Therapy Today (online). Vol. V (5) November, 2004. Disponível em: <http://musictherapytoday.net>. Acesso em 07 de março de 2008.
FERREIRA, Daise Luci Barsotti. Musicoterapia e câncer infantil: resultado de uma experiência. Monografia de conclusão do curso de Bacharelado em Musicoterapia, da Universidade Federal de Goiás: Goiânia, 2002.
FERREIRA, Eliamar Ap^a de B. Fleury e. Musicoterapia e câncer: o canto da dor. Monografia de Especialização em Musicoterapia – Área de concentração: Saúde Mental, da Escola de Música e Artes Cênicas da Universidade Federal de Goiás: Goiânia, 1999.
GAERTNER, B. & SEIDEL, Almut. Music Therapy in Psycho-oncology - A Gender Comparison Research Project. In: Music Therapy Today (online) Vol IV, Issue 4, 2003. Disponível em: <http://musictherapyworld.net>. Acesso em 07 de março de 2008.
GALLICCHIO, Maria Helena S. S. Pedro e o Lobo – Musicoterapia com crianças em quimioterapia. In: Revista Brasileira de Musicoterapia. Ano VI, Número 5, 2001.
LAZARUS, R. S. & FOLKMAN, S. Stress, appraisal and coping. New York: Springer, 1984.
LAZARUS, Richard S. Stress and Emotion: a new synthesis. New York: Springer Publishing, 2006.
LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. Pesquisas sobre Stress no Brasil: saúde, ocupações e grupo de risco. Campinas, SP: Papirus, 1996.
McKINNEY, Cathy H. Guided imagery and music helps cancer patients. In: Digging in the Dirt. Appalachian Exploration: Research and Creative Endeavors at Appalachian State University, 2005, p. 15.
McKINNEY, Cathy H.; ANTONI, Michael H.; KUMAR, Mahendra; TIMS, Frederick C. & McCABE, Philip M.. Effects of Guided Imagery and Music (GIM) Therapy on Mood and Cortisol in Healthy Adults. In: Health Psychology. Vol 16, n. 4, 1997. p. 390- 400. The American Psychological Association, Inc 0278 6133/97/.

MINAYO, C. de S. (org.). Pesquisa Social: Teoria, método e criatividade. 22ª ed. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 1994.

MORIN, Edgar. Ciência com consciência. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1998.

MORIN, Edgar. O Método 4. As idéias: habitat, vida, costumes, organização. Trad. Juremir Machado da Silva. Porto Alegre: Sulina, 2001.

MURTA, Sheila Giardini. Planejamento, Implementação e Avaliação de um Programa de Manejo de Estresse Ocupacional. Tese de Doutorado. Universidade de Brasília, 2005. 194f.

SILVA, Fernanda Ortins. Musicoterapia na prevenção e/ou diminuição do estresse psicofisiológico durante a hospitalização: um estudo com pacientes entre 10 e 21 anos. 2005. 100 f. Monografia de conclusão de curso (Específico da profissão, em Musicoterapia) – Escola de Música e Artes Cênicas, Universidade Federal de Goiás, 2005.

PETERSEN, Elisabeth Martins. Music Therapy and Oncology at the National Institute of Cancer. In: Voices: A World Forum for Music Therapy. Vol 5(3), November 1, 2005. Disponível em <http://www.voices.no/mainissues/mi40005000195.html>. Acesso em 29 de outubro de 2006.

TURATO, E. R. Tratado da metodologia da pesquisa clínico-qualitativa: construção teórico-epistemológica, discussão comparada e aplicação nas áreas da saúde e humanas. Petrópolis, RJ: Vozes, 2003.

VASCONCELLOS, Maria José Esteves de. Pensamento sistêmico: o novo paradigma da ciência. Campinas: Papirus, 2002.

67- O Efeito da Intervenção Musicoterápica no Tratamento do Paciente Hipertenso . Claudia Regina de Oliveira Zanini/GO¹ e Paulo César Brandão Veiga Jardim/GO.²

RESUMO

A Hipertensão Arterial (HA) é uma doença de massa, com conseqüências para o aparelho cardiocirculatório, podendo gerar elevação das taxas de morbi-mortalidade. Controlar a pressão arterial (PA) diminui complicações e pode preservar a qualidade de vida (QV). Estudos têm evidenciado os efeitos positivos da música como coadjuvante no tratamento de diversas patologias. OBJETIVO: Avaliar o efeito da musicoterapia na QV e no controle da PA de pacientes hipertensos. MÉTODOS: Projeto aprovado por um Comitê de Ética. Ensaio clínico controlado que avaliou pacientes maiores que 50 anos, HA estágio 1, medicados e matriculados em serviço multiprofissional para tratamento da HA. Divididos em grupos experimental (GE) e controle (GC). O GE, além do tratamento convencional, participou de sessões musicoterápicas semanais por doze semanas. O GC permaneceu sob tratamento padrão do serviço. Antes e após a intervenção foi aplicado nos dois grupos o questionário SF-36 e verificada a PA. A voz, importante elemento da comunicação, reflexo do estado físico, psíquico e emocional, foi o principal recurso utilizado. Estatística: testes T-Student e Wilcoxon (significantes $p < 0,05$). RESULTADOS: Grupos inicialmente semelhantes quanto a sexo, idade, escolaridade e QV avaliada. Na comparação inicial e final dos pacientes do GE observou-se melhora significativa na QV e no controle da PA ($p < 0,05$). CONCLUSÕES: A Musicoterapia contribuiu para melhora da QV e do controle da PA. Esta atividade pode representar importante terapêutica em programas de atendimento multidisciplinar ao paciente hipertenso.

Palavras-Chave: Musicoterapia, Hipertensão, Qualidade de Vida, Tratamento, Terapia Complementar.

¹ Doutora em Ciências da Saúde/Universidade Federal de Goiás - UFG, Mestre em Música/Escola de Música e Artes Cênicas - EMAC/UFG, Especialista em Musicoterapia em Educação Especial e em Saúde Mental/EMAC/UFG, Graduada em Piano/UFG e em Administração de Empresas/UCG - Universidade Católica de Goiás. Pesquisadora e Professora do Curso de Musicoterapia da EMAC/UFG, Ex-coordenadora do Curso, dos Estágios e do Laboratório de Musicoterapia da UFG, Líder do NEPAM - Núcleo de Musicoterapia (Grupo de Pesquisa do CNPq). Email: mtclaudiazanini@gmail.com

² Doutor em Cardiologia/Universidade de São Paulo - USP, Especialização em Cardiologia e Graduação em Medicina/USP. Professor e ex-diretor da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Goiás - UFG, Coordenador da Liga de Hipertensão Arterial/UFG, Diretor Executivo da Fundação de Apoio ao Hospital das Clínicas/UFG.