

#### 41- Desafios e possibilidades na musicoterapia com idosos. Ana Maria L. de Souza Delabary/RS<sup>1</sup>

##### RESUMO

O presente trabalho mostra aspectos de processo musicoterápico realizado com idoso maior de noventa anos. Na interação com o cliente as atividades da musicoterapia apresentam-se como elementos prazerosos e ao mesmo tempo desafiadores. Os resultados que apontam grandes possibilidades em termos de qualidade e ressignificação de vida envolvendo o idoso, os familiares e a terapeuta são observados à luz da teoria da musicoterapia relacionada com subsídios fornecidos pela neurociência. Palavras-chave: Idoso. Musicoterapia. Possibilidades. Qualidade de vida.

##### ABSTRACT

The herein enclosed work presents some facets on the music therapy process performed with above-ninety elderly citizens. In the interaction with the clients, the music therapy activities present themselves as pleasant elements as much as they are challenging. Results point toward great possibilities in terms of life quality and re-attribution of significance, spanning the elderly citizens, their next of kin, and the therapist, all observed under the spotlight of music therapy theory as related with data supplied by neuroscience. Keywords: Elderly Citizens. Music Therapy. Music Possibilities. Quality of Life.

##### INTRODUÇÃO

No contexto atual, onde a população idosa cresce e a qualidade de vida é cada vez mais valorizada, música e envelhecimento unem-se em intensas tarefas, constituindo-se, muitas vezes, em desafios aos terapeutas empenhados em atender da melhor forma a demanda desta população. A musicoterapia, nesta realidade, mostra o seu poder e eficácia enquanto, progressivamente, tem contato com ricos subsídios oferecidos pela neurociência e pelos exames de imagem. Ao musicoterapeuta, na mesma medida que lhe são oferecidos dados da tecnologia e novos estudos, o que facilita em alguns aspectos a direção do tratamento, há a tarefa de descobrir e compreender uma existência encoberta pela imagem da velhice.

As práticas clínicas realizadas com essa faixa etária, quando se consegue conhecer o contexto do cliente, permitem um planejamento de trabalho com objetivos claros na utilização sistemática da música. Assim sendo, os resultados podem ser positivos em vários aspectos do desenvolvimento musical envolvendo, também, as intra e interrelações pessoais.

<sup>1</sup> Graduada em Música / Urcamp, Bagé, RS. Especialista em Musicoterapia / CBM, RJ. Mestra em Educação / PUC-RS. Sócia fundadora da AGAMUSI. Musicoterapeuta na Universidade da Região da Campanha/URCAMP e na Clínica Arte e Saúde.

O presente trabalho apresenta o processo musicoterápico vivido durante três anos, por um senhor maior de noventa anos. O objetivo geral da musicoterapia consistiu em oferecer ao cliente uma melhor qualidade de vida. Nos procedimentos a autoexpressão foi oportunizada, houve um espaço aberto para escutar o cliente e foi favorecido o autoconhecimento. Aconteceu a descoberta e o desenvolvimento de possibilidades nunca antes exploradas por este cliente. Neste processo, as atividades musicais envolveram a utilização de instrumentos, a expressão corporal e a voz falada e cantada, de acordo com o mundo sonoro deste idoso, em interações com a terapeuta, com os familiares e com a cuidadora. Na avaliação da evolução observada e dos benefícios encontrados, percebe-se que estes são frutos do enfrentamento das limitações como desafios e da persistente busca de possibilidades, de ambas as partes. Terapeuta e cliente, numa aliança plena de cumplicidade, reconstroem caminhos rumo à compreensão e aceitação da existência, quando dela já se vislumbra, próximo, o horizonte.

Autores como Bruscia, Topelberg, Izquierdo, Leinig, Lambert, Altenmüller e Bigand são citados na fundamentação teórica deste estudo.

##### 2 DESENVOLVIMENTO

Mário, viúvo duas vezes, com quatro filhos, dois homens e duas mulheres, todos do primeiro casamento, já perdera, também, o filho mais velho. Depois da morte da segunda esposa permaneceu um tempo morando só, até que as filhas resolveram cuidá-lo em suas casas. Ficava um tempo com cada uma e ambas as casas possuíam um espaço adaptado para ele. Tinha cuidadoras para o dia e para a noite. Uma fratura na perna, sofrida um pouco antes dos noventa anos, o impedia de andar. Alguns anos antes, tivera um câncer no aparelho urinário. Apresentava uma osteoporose avançada e diabete. Estava com 92 anos quando começou a musicoterapia. Foi uma opção das filhas como alternativa para melhorar sua qualidade de vida, uma vez que o percebiam calado, desinteressado e apresentando perda de memória.

##### 2.1 O processo musicoterápico

O primeiro encontro com Mário aconteceu com a presença das filhas, de um neto e da cuidadora, na casa da filha mais velha onde estava morando. Houve apresentação da musicoterapeuta e as filhas explicaram que se ele quisesse, todas as semanas poderia ter uma sessão de música. Instrumentos de percussão e violão estavam colocados à disposição dos presentes que os experimentaram convidando-o a tocar. No primeiro momento não quis nenhum. Perguntado se gostaria de cantar algo, disse não lembrar nada. Após várias tentativas com canções que supostamente pudessem interessá-lo, sorriu e procurou acompanhar quando se cantou Taí (marcha-canção de Joubert de Carvalho, 1930). Iniciava um interessante resgate provocado pela música, com desafios e conquistas, em encontros semanais durante os três últimos anos de sua vida. A cuidadora participou de todas as sessões e as filhas, filho e netos, eventualmente.

Nas sessões seguintes, falou de suas preferências musicais: marchas carnavalescas, sambas de Martinho da Vila e músicas gaúchas. Escolheu o pandeiro sem pele ou meia-lua como o seu instrumento, utilizando-o em todas as sessões. O

canto era afinado apesar de lembrar apenas algumas partes de cada música cantada. O ritmo do pandeiro era perfeito. Aos poucos foi lembrando as letras das músicas. A cuidadora, Rosa, teve importante participação neste aspecto. Quando ele lembrava e queria cantar alguma música, ela pedia que deixasse a letra escrita para que estudassem até a próxima sessão. Mário, satisfeito com o próprio desempenho, apesar de nunca antes ter tocado ou cantado, começou a falar de si, de sua origem mais rural que urbana, de seus hábitos da vida do campo, da preferência pelo som da gaita. Passou-se a escutar Cds de música regionalista tocada com gaita, acompanhando-a com o violão e o pandeiro e, também, o mesmo procedimento com alguns do Martinho da Vila.

Com o acompanhamento de percussão e de violão, nas músicas que já cantava toda a letra, passou a acrescentar uma movimentação corporal e gestos, numa verdadeira coreografia, mesmo sentado em sua poltrona. Assim acontecia quando cantava Cachaça (Mirabeau Pinheiro-Lucio de Castro- Heber Lobato), Vamo Maruca Vamo (Juca Castro e Paixão Trindade) e Pára Pedro (José Mendes).

A música passou a fazer parte de seu cotidiano. No segundo mês de trabalho comunicou que estivera pensando e, nunca tendo gostado de beber, numa noite em que perdeu o sono resolveu fazer outra letra para o final da Cachaça e cantou: pode me faltar o amor/ disso até acho graça/ só não quero que me falte/ o leitinho da vaquinha de raça.

Recriava e improvisava letras, também de outras músicas que cantava. O interesse e as respostas de Mário sinalizavam para que se avançasse na busca de mais informações sobre as músicas e os instrumentos que lhe interessavam, oferecendo-lhe novas oportunidades. A procura de diferentes interações musicais, para manter vivos o interesse e o desenvolvimento do cliente, constituía-se desafio permanente para a musicoterapeuta. Foi adquirida uma gaita botoneira<sup>2</sup> de oito baixos e a sessão, algumas vezes, contava com dois violões. Mário, deixando um pouco o pandeiro, às vezes tocava violão. Tocava com cordas soltas, então elas eram afinadas em um acorde da música que estava cantando.

É inesquecível a imagem de satisfação demonstrada por ele, no primeiro dia que a gaita foi levada para a sessão. Acompanhava com o pandeiro o toque da musicoterapeuta e fazia caretas quando saía alguma nota errada no novo instrumento.

Após um ano de trabalho o repertório mostrava-se bastante ampliado, constituído por canções folclóricas, marchas e canções brasileiras, marchinhas de carnaval, sambas, tango, baião e músicas regionalistas gaúchas como rancheira, vanera, xote, valsa campeira e charra. A memorização das letras e o reconhecimento das músicas imediatamente após os primeiros sons utilizados como introdução, no violão ou na gaita, eram animadores e foram feitos muitos jogos neste sentido.

<sup>2</sup> Gaita de botões nos dois lados e com voz trocada: quando abre o fole é um som e quando fecha é outro. Instrumento muito comum no Rio Grande do Sul.

A precisão no acompanhamento de ritmos diversos, a satisfação de tocar e cantar com os familiares e com a cuidadora, a interpretação emocionada de determinadas frases das músicas, a presença viva da música na hora da dor, são pontos que merecem destaque. Acometido de infecção urinária com alguma frequência, quando sentia dor durante a sessão de musicoterapia, improvisava um canto queixando-se e chamando o médico.

A família começou a relatar as mudanças no comportamento de Mário, observadas com relação a autonomia nas escolhas do cotidiano e na melhoria da comunicação e relação com os demais, familiares ou não.

Para o aniversário de 94 anos, foi elaborado um programa impresso contendo uma seleção de músicas que gostaria de cantar para os convidados. De posse do programa cada pessoa podia solicitar alguma música. Num clima de muita alegria Mário cantou, tocou pandeiro, recebeu aplausos e contou com a participação dos presentes que tinham à disposição alguns instrumentos de percussão.

No último ano de atendimento, além das músicas, surgiram quadrinhas que gostava de recitar, recordando as "polcas de versos" comuns nos bailes tradicionalistas gaúchos, quando o rapaz diz um verso para a moça e ela responde com outro, tendo como principais temas declarações de amor ou desprezo. Sabia mais de uma dúzia de quadrinhas, algumas delas recriadas por ele. Durante a sessão eram reproduzidas as cenas dos bailes com a recitação dos versos pelos presentes. É interessante registrar que as pessoas presentes nas sessões sempre tiveram participação ativa na música.

## 2.2 Algumas observações

O processo vivido com a interação do cliente foi impulsionado pelo som e pela criatividade como preconiza a musicoterapia ativa. No centro do processo esteve a preocupação de oportunizar ao cliente o estabelecimento de conexões. Segundo Bruscia (2000, p.73) fazer conexões de todos os tipos, recoloca as partes em um todo harmonioso. As conexões que têm de ser feitas podem envolver corpo, mente e espírito, podem ser entre partes do corpo, entre as várias partes da psique como consciência e inconsciente, pensamentos, sentimentos, imagens, memórias ou, ainda, conexões com outras pessoas, objetos ou o universo. Diz o autor que a música é útil para fazer essas conexões porque ela requer e envolve todos os tipos de conexões. Afirma que a música como modelo de harmonia, nos fornece o mapa e os caminhos para conectarmos as várias partes de nossa existência e de nossa experiência.

Durante o atendimento receberam atenção as manifestações musicais e o seu contexto, como sinalizadores das próximas interações a serem propostas, valorizando as vivências do cliente já percebidas ou conhecidas. Com relação a este aspecto diz Topelberg (2008, p.327) que "as significações musicais não são universais e na análise do discurso musical é imprescindível levar em conta a subjetividade e o laço social que o envolvem". Fala ainda a autora, que para poder transformar a realidade é necessário percebê-la.

A memória e a criatividade são elementos relevantes no processo terapêutico vivido por Mário. Izquierdo(2002), explica que na idade adulta ocorre uma diminuição do número de neurônios que podemos denominar fisiológica. Essa diminuição é gradativa, acontece em todas as regiões cerebrais, desenvolve-se ao longo de décadas, e, raras

vezes, ocorre um déficit funcional dela resultante antes dos 80-85 anos de idade. Mário, com 92 anos, apresentava esse déficit e respondeu positivamente ao estímulo recebido através da música, acrescentando parcelas de criatividade às suas ações musicais. Izquierdo assim a explica:

*A criatividade tem sido definida por Jaime Vaz Brasil como a conjunção de duas ou mais memórias. Não se cria a partir do nada: cria-se a partir do que se sabe, e o que sabemos está em nossas memórias. Não creio que exista alguma definição possível para o ato criativo. Certa vez escrevi que ele se assemelha a tropeçar com alguma coisa e que bem-aventurados são aqueles que se dão conta disso e a partir daí elaboram algo novo. (Izquierdo, 2002, p.91)*

No processo vivido pelo cliente, em alguns momentos a música foi também utilizada para amenizar a dor. Goldman (apud LEINIG, 2008, p.527) diz que "quando sentimos dor, emitimos sons, e esses ajudam a aliviá-la". O autor diz ter conhecido pessoas que conseguiam eliminar completamente dores crônicas valendo-se da entoação como sons de alívio que precisam sair do corpo. Leinig (ibidem) fala de uma explicação possível que é o fato do cérebro poder criar endorfinas através dos sons. A endorfina é substância analgésica neuroquímica cem vezes mais poderosa do que a morfina.

Observando-se a evolução de Mário é interessante fazer mais algumas relações da música com o cérebro. Bigand (2008), fala que as imagens cerebrais mostram que a música é capaz de ativar certas zonas do cérebro tanto quanto estímulos biológicos fortes, como ingestão de alimentos, consumo de drogas ou ainda relações sexuais. Afirma, também, que a música tem capacidade para reduzir a ativação das áreas cerebrais implicadas em emoções negativas. Altenmüller (2008, p.68) diz que "os vários aspectos da música passam por regiões cerebrais diferentes que, às vezes, se sobrepõem" e, também que "pesquisadores estão compreendendo melhor onde o cérebro 'ouve' música. Sabemos que ambos os hemisférios estão envolvidos, embora de forma assimétrica". Lambert (2008), diz que o bem-estar psíquico após algum esforço pode transformar-se em ferramenta evolutiva capaz de ajudar na manutenção do homem saudável. Afirma, também que a realização de atividades consideradas como significativas estimulam centros neurais refletindo-se nos estados de ânimo. Essas colocações podem esclarecer as respostas dadas pelo paciente ao ter recebido os estímulos musicais, como igualmente, entender os reflexos que produziram no seu cotidiano familiar.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Especificamente neste caso relatado, a prática foi se apresentando com sucessivos desafios ao cliente e à terapeuta, oferecendo oportunidade de superação para ambos. Se para o cliente representou ganhos na qualidade de vida, para a profissional, o processo vivido foi estímulo para novas e permanentes buscas. Este é um modesto trabalho, mas pode somar-se aos demais, ajudando na constatação de que, os processos que têm a música como o principal elemento de trabalho, estão cada vez mais disponíveis e crescem em credibilidade. São alternativas para reconstruir caminhos e

embalar a vida, com benefícios tanto para o cliente como para seus familiares e/ou cuidadores mais próximos. É a musicoterapia, cada vez mais, mostrando-se capaz de vencer obstáculos e criar possibilidades. Estima-se que, com crescente intensidade assim será, não só para os idosos mas para todos os casos em que pode ser utilizada, com o respaldo do avanço dos estudos e da tecnologia, ao longo deste século XXI.

### REFERÊNCIAS

- ALTENMÜLLER, Eckart O. Acordes na cabeça. *Mente e Cérebro*, Edição Especial, São Paulo, N°17, p.67-71, 2008.
- BIGAND, Emmanuel. *Ouvindo Afinado*. *Mente e Cérebro*, Edição Especial, São Paulo, N°17, p.72-7, 2008.
- BRUSCIA, Kenneth E. *Definido musicoterapia*. Rio de Janeiro: Enelivros, 2000
- IZQUIERDO, Ivan. *Memória*. Porto Alegre: Artmed, 2002
- LAMBERT, Kelly. *Tão fácil que até deprime*. *Mente e Cérebro*, N°190, São Paulo, p.39-45, novembro 2008.
- LEINIG, Clotilde E. *A música e a ciências se encontram: um estudo integrado entre a música, a ciência e a musicoterapia*. Curitiba: Juruá, 2008.
- TOPELBERG, Alicia. *Contextos de la Musicoterapia um desafio em la clínica* In: CONGRESO MUNDIAL DE MUSICOTERAPIA, XII, 2008, Buenos Aires, Anais. Buenos Aires: Akadia, 2008.325-328