



Trabalho 276

GRUPO DE IDOSOS E MUSICOTERAPIA: PROMOVENDO O BEM-ESTAR MENTAL E ESPIRITUAL

CASTRO, A. P. R. DE (1); DANTAS, M. N. L. (2); PEREIRA, M. M. (3); ANTÃO, J.Y.F. DE L. (4); BEZERRA, I. M. (5)

(1) FACULDADE LEÃO SAMPAIO; (2) Faculdade de Juazeiro do Norte - FJN; (3) Faculdade de Juazeiro do Norte - FJN; (4) Faculdade de Juazeiro do Norte - FJN; (5) Faculdade de Juazeiro do Norte - FJN

Apresentadora:

ANA PAULA RIBEIRO DE CASTRO (apccastro@yahoo.com.br)

FACULDADE LEÃO SAMPAIO (PROFESSORA)

Sabe-se que o envelhecimento é um processo contínuo durante o qual ocorre um declínio progressivo de todos os processos fisiológicos. Doenças relacionadas a este processo, como as doenças crônicas-degenerativas (AVC, diabetes, osteoporose, hipertensão arterial, demências), aumentam os custos assistenciais de saúde, já que, geralmente a presença dessas patologias exige uma maior utilização dos serviços de saúde com frequentes intervenções custosas envolvendo exames, assistência médica e uso de medicamentos, além de importante repercussão social com grande impacto na economia dos países¹. No entanto, mantendo-se um estilo de vida ativo e saudável podem-se retardar as alterações morfofuncionais que ocorrem com a idade e, desta forma, melhorar a qualidade de vida dessa população. Para atender a estas perspectivas, as transformações do modo de organizar a atenção a saúde vem sendo considerada indispensável, tendo em vista a necessidade de qualificar o cuidado através de inovações produtoras de integralidade, diversificação das tecnologias de saúde e da articulação das práticas de diferentes profissionais e esferas da assistência², destacando, pois, as ações de educação em saúde como instrumentos capazes de transformar hábitos de vida, contribuindo para o bem-estar e qualidade de vida da população. Considerando que os idosos necessitam de uma assistência mais especializada, visando, especialmente a melhoria da qualidade de vida, uma vez que fisiologicamente, as alterações decorrentes desta faixa etária já os deixam susceptíveis a várias complicações, é pertinente que se efetivem ações de promoção da saúde visando uma assistência integral que atenda, acima de tudo, as necessidades desta população, sejam estas físicas, sociais psíquicas e/ou espirituais. Nesse sentido, objetivou-se promover o bem-estar mental e espiritual para um grupo de idosos do Centro Social Urbano do município de Juazeiro do Norte-CE. Trata-se de um relato de experiência realizado pelos alunos do curso de graduação em Enfermagem integrantes do projeto de extensão tecnologias leves em ações socioeducativas em enfermagem na atenção a pessoa idosa da Faculdade de Juazeiro do Norte-FJN. O projeto de extensão foi desenvolvido no Centro Social Urbano do município de Juazeiro do Norte-CE, entre março a agosto de 2012, tendo como sujeitos idosos que fazem parte das atividades desenvolvidas na referida instituição. Foram realizadas ações terapêuticas em sala de espera, envolvendo a musicoterapia a cada quinze dias antes das consultas médicas. Realizou-se a observação e utilizou-se do caderno de campo para coleta das informações. Os resultados apresentados foram analisados de acordo com a literatura pertinente. A pesquisa seguiu todos os preceitos das normas éticas da Resolução nº 196/96 do Comitê Nacional de Saúde, que regulamenta a pesquisa com seres humanos. Por meio de oficinas, os acadêmicos implementaram os momentos utilizando a música como instrumento de relaxamento e promoção do bem-estar para os idosos. Estes participaram dançando e cantando e após esse momento, foi realizada uma roda de conversa para que estes manifestassem suas emoções. Nesta roda de conversa, alguns temas foram apontados e discutidos: sinto-me cansada e não tenho momento de lazer; o estresse sempre existe; relaxar é preciso. A partir destes temas, os acadêmicos incentivaram que os idosos expressassem suas emoções e estes enfatizaram a importância destes momentos de terapia, já que se sentem estressados e fadigados em decorrência da vida que levam e que muitas vezes não tem tempo para desenvolver nenhuma atividade diferente. Em estudo realizado sobre a música no espaço do cuidado terapêutico foi evidenciado que, na educação atual, não basta uma formação que contemple somente ciências básicas e humanas, mas também a percepção da influência da arte, na expressão da criatividade para a promoção da singularidade, imprescindível no mundo globalizado de hoje, além de poder ser um recurso importante para equilibrar e humanizar o processo educacional³. Em harmonia



Trabalho 276

com essas ideias, autores salientam que nem sempre as coisas funcionam como o previsto em normas e diretrizes dos serviços de saúde, visto que sempre há reinterpretações e reinvenções por parte dos trabalhadores, que, ao exercerem suas possibilidades de autonomia, reconstróem dinâmicas e práticas no cotidiano de trabalho⁴. A música, ao se constituir como expressão artística e cultural importante e universal, produz trilhas sonoras que embalam o cotidiano da vida social, afetiva e profissional das pessoas, além de contribuir na manutenção da saúde mental, na prevenção do estresse e no alívio do cansaço físico³. Nesse enfoque, percebe-se ser necessário que os profissionais de saúde, em especial, os enfermeiros, transformem velhos por novos processos de trabalhos que busquem promover a saúde de forma dinâmica e participativa. Ficou claro, pois, que não basta utilizar de tecnologias duras na assistência a pessoa idosa, destacando ao acolhimento na sala de espera como primordial para o estabelecimento do vínculo tão necessário para efetivar a promoção da saúde. Nesse contexto, é importante destacar estratégias como a musicoterapia como essenciais para promover melhoria na qualidade de vida, sendo um instrumento capaz de alcançar resultados positivos ao poder auxiliar na minimização de sintomas depressivos, o estresse, a fadiga; situações tão presentes nesse segmento populacional. Nessa perspectiva, compreendendo que, na enfermagem, a educação em saúde é uma ferramenta fundamental para uma assistência de boa qualidade, pois o enfermeiro além de ser um cuidador é um educador, realizando orientações, é pertinente que os futuros profissionais enfermeiros no seu processo de trabalho implementem ações no sentido de dimensionar fatores de risco à saúde e executar ações preventivas, a exemplo das ações educativas, não devendo se restringir apenas à assistência curativa. Desta forma, destacam-se estratégias como a musicoterapia como essenciais para promover melhoria na qualidade de vida, sendo um instrumento capaz de alcançar resultados positivos ao poder auxiliar na minimização de sintomas depressivos e estresse, tão comuns nesse segmento populacional. Acredita-se ser necessário que atividades de extensão sejam desenvolvidas com intuito, especialmente, de contribuir para que o acadêmico perceba a importância da produção do conhecimento viabilizado por estas atividades, que conseguem aproximar a convivência com a realidade social e prática profissional, colaborando assim, para o seu crescimento acadêmico e futuro profissional; crescimento este observado durante a implementação deste projeto.