

O USO DA MUSICOTERAPIA COMO FERRAMENTA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM SITUAÇÃO DE PANDEMIA

Virna Suyane Pontes Duarte¹

Alissan Karine Lima Martins²

Alana Costa Silva³

Helvis Eduardo Oliveira da Silva⁴

Vinicius Alves de Alencar Oliveira⁵

No atual cenário pandêmico, o mundo se encontrou em situação de isolamento social, o que pode ser um grande estressor para muitas pessoas em sofrimento psíquico. Além de lidar com o medo de contrair o vírus, o indivíduo também pode ter dificuldade em ajustar sua rotina de acordo com o lockdown estabelecido pelas autoridades. A musicoterapia é uma ferramenta muito útil e pode auxiliar na reabilitação e tratamento de vários transtornos mentais, melhorando também a qualidade de vida da população de um modo geral, configurando-se como uma estratégia de prevenção de adoecimento psicológico. Nesse sentido, o trabalho objetiva analisar na literatura como a musicoterapia pode auxiliar na promoção da saúde mental da população em contexto pandêmico. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada no mês de junho de 2021. As buscas de dados foram realizadas nas bases LILACS, SciELO e Medline (via PubMed) e no Google acadêmico, utilizando-se os seguintes descritores: musicoterapia, saúde mental, Covid-19, associados entre si com o booleano AND, como chave de busca em todas as bases referidas. Foram usados como critérios de inclusão: textos completos disponíveis em português, inglês e espanhol, e que estivessem dentro do intervalo referente à pandemia da Covid-19 de 2020 até o presente momento. Após exclusão dos estudos que não se adequaram à temática, elegeram-se nove artigos para a amostra final. Identificou-se que os profissionais de saúde atuantes nas comunidades e unidades hospitalares têm implementado atividades remotas envolvendo a música, destacando aquelas preferidas pelo público, utilizando-se também da criação de vídeos e áudios, com o intuito de gerar ritmo para que os participantes possam dançar e cantar

¹ Graduanda em Enfermagem da Universidade Regional do Cariri. Bolsista do Projeto de Extensão Arte, Música e Esperança (AME). E-mail: virna.suyane@urca.br

² Professora Adjunta do Departamento de Enfermagem. Doutora e Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Ceará. E-mail: alissan.martins@urca.br

³ Enfermeira pela Universidade Regional do Cariri. Especialista em Assistência e Gestão em Saúde da Família e Formação de Professores Para o Ensino Superior. Mestranda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri. Bolsista Funcap. Membro do Grupo de Pesquisa Clínica, Cuidado e Gestão em Saúde – GPCLIN. Membro Voluntária do Projeto de Extensão Arte, Música e Esperança (AME) E-mail: alana.costa@urca.br

⁴ Graduando em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri. Monitor da Disciplina Enfermagem no Processo de Cuidar em Saúde Mental. Bolsista Voluntário do Projeto de Extensão Arte, Música e Esperança (AME). Membro do Grupo de Pesquisa Clínica, Cuidado e Gestão em Saúde (GPCLIN/CNPq/URCA). Bolsista PIBIC/URCA/FECOP. E-mail: helvis.eduardo@urca.br

⁵ Graduando em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri. Membro do Programa Ambulatório de Enfermagem de Estomatoterapia da URCA. Bolsista Voluntário do Projeto de Extensão Arte, Música e Esperança (AME). Membro do Grupo de Pesquisa Laboratório de Tecnologias e Inovações Farmacológicas – LATIF e da linha de pesquisa Laboratório de Enfermagem em Estomatoterapia – LENF. Bolsista do Projeto de Extensão Coral da URCA. E-mail: Vinicius.enfoliveira@urca.br

(quando há possibilidade) e se autoexpressar. Nesse sentido, os estudos mostraram a exteriorização dos sentimentos pelos participantes, uma vez que a música gera a partilha de emoções, sensações, bem como traz benefícios mentais e físicos, tanto no sentido de prevenção das angústias e sofrimento gerado pelo distanciamento necessário, como no enfrentamento do quadro clínico já estabelecido de Covid-19. Na atual conjuntura da pandemia, o emprego da musicoterapia favorece a melhora do sono e o relaxamento físico. A aplicação da música com finalidade terapêutica, seja no campo da promoção da saúde mental da população, seja na melhora da qualidade da saúde psicológica dos pacientes afetados pela Covid-19 tem sido relatada pelos estudos como válida e pertinente.

Descritores: Musicoterapia; Saúde Mental; Pandemia Covid-19

¹ Graduanda em Enfermagem da Universidade Regional do Cariri. Bolsista do Projeto de Extensão Arte, Música e Esperança (AME). E-mail: virna.suyane@urca.br

² Professora Adjunta do Departamento de Enfermagem. Doutora e Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Ceará. E-mail: alissan.martins@urca.br

³ Enfermeira pela Universidade Regional do Cariri. Especialista em Assistência e Gestão em Saúde da Família e Formação de Professores Para o Ensino Superior. Mestranda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri. Bolsista Funcap. Membro do Grupo de Pesquisa Clínica, Cuidado e Gestão em Saúde – GPCLIN. Membro Voluntária do Projeto de Extensão Arte, Música e Esperança (AME) E-mail: alana.costa@urca.br

⁴ Graduando em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri. Monitor da Disciplina Enfermagem no Processo de Cuidar em Saúde Mental. Bolsista Voluntário do Projeto de Extensão Arte, Música e Esperança (AME). Membro do Grupo de Pesquisa Clínica, Cuidado e Gestão em Saúde (GPCLIN/CNPq/URCA). Bolsista PIBIC/URCA/FECOP. E-mail: helvis.eduardo@urca.br

⁵ Graduando em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri. Membro do Programa Ambulatório de Enfermagem de Estomatoterapia da URCA. Bolsista Voluntário do Projeto de Extensão Arte, Música e Esperança (AME). Membro do Grupo de Pesquisa Laboratório de Tecnologias e Inovações Farmacológicas – LATIF e da linha de pesquisa Laboratório de Enfermagem em Estomatoterapia – LENF. Bolsista do Projeto de Extensão Coral da URCA. E-mail: Vinicius.enfoliveira@urca.br