

OFICINA DE MÚSICA: facilitadora de relatos e histórias

**ISABELLA MACIEL HEEMANN¹; TALITA GONÇALVES MONTEIRO²; BRUNA
APARECIDA KAPPER²; JOSÉ RICARDO KREUTZ²;
MARIA TERESA DUARTE NOGUEIRA³;**

¹*Universidade Federal de Pelotas – isabella.heemann@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – talitagmonteiro@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – brukapper@hotmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – jrkreutz@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – mtdnogueira@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

O Projeto de Extensão Pensão Assistida: Por uma Saúde integrada é patrocinado pelo PROEXT 2015 e nele atuam 10 bolsistas extensionistas. Os mesmos conduzem diversificadas atividades com os moradores do abrigo. Estes possuem doença ou deficiência mental e são abrigados por estarem em situação de vulnerabilidade social. Recentemente a casa foi dividida em dois grupos e não é mais denominada Pensão Assistida. Com isto existem, então, a Residência Inclusiva I e II, com 17 e 06 habitantes, respectivamente.

Entre as diversas atividades desenvolvidas, está a Oficina de Música, realizada uma vez por semana. A musicoterapia analisa o ser humano não apenas em sua individualidade, mas também a partir das relações que estabelece com o seu ambiente e com quem o compõe. Entretanto, mesmo existindo há séculos, apenas recentemente é vista como ciência e profissão (FONSECA et al, 2006). Os moradores das Residências ficam muitas vezes enclausurados nas casas, sem a possibilidade de realizarem atividades de recreação. A oficina tem como objetivo trazer bem estar momentâneo para estes, visto que a música, desde a época de filósofos como Aristóteles e Platão, é vista como benéfica para a saúde, incluindo a Saúde Mental. A música é uma linguagem universal, presente em todas as culturas. (OLIVEIRA et al, 2012).

Além disto, a oficina tem também a intenção de trazer à tona sentimentos e emoções guardados e esquecidos pelos moradores. Isto dá a eles a possibilidade de reviverem e compartilharem experiências há muito tempo perdidas.

A música possui fatores culturais que são capazes de religar o indivíduo adoecido aos valores culturais de seu meio e, portanto, a si mesmo, reconstruindo a sua história. (ANDRADE E PEDRÃO, 2005, p. 739)

A atividade com violão e música foi pensada como facilitadora, mais sensível e discreta, para desabafos e relatos de histórias, já que a intervenção a partir da música é vista como um método mais humanizado de tratar pessoas (FONSECA et al, 2006). A música tem o poder de diminuir a ansiedade, reinserir pessoas em contextos sociais, reconstruir a autoestima e, por tais fatores, pode ser vista como um dos melhores tratamentos para doentes mentais. (ANDRADE E PEDRÃO, 2005).

A proposta da oficina, então, é fazer os moradores refletirem sobre sua realidade atual, de uma forma menos dolorida e que, a partir de relatos, os façam ter alívio. Também tem a finalidade de propiciar um ambiente descontraído e de felicidade, onde os moradores possam se sentir a vontade para serem eles mesmos, se descobrirem e descobrirem aos outros.

2. METODOLOGIA

Os participantes foram convidados a irem ao pátio da casa para a oficina. Após de todos estarem acomodados em roda, deu-se inicio às atividades. Em cada encontro foi levada uma música para reflexão, escolhida pela bolsista responsável. As músicas selecionadas foram tocadas no violão no inicio de cada oficina. Todos os participantes da roda foram convidados a cantarem junto, para posteriormente ser realizada uma reflexão sobre as letras e conteúdos das músicas que foram interpretadas. Após este momento, tocaram-se músicas escolhidas pelos próprios moradores, em um momento de integração, canto e, algumas vezes, dança.

No intervalo entre as músicas foi aberto um espaço para conversa. Neste momento a fala foi livre, mas incentivou-se que os participantes revelassem os sentimentos e pensamentos que foram despertados pelas músicas. A partir disto buscou-se uma troca de histórias, onde todos tiveram sua vez de desabafar e, até mesmo, relacionar a música a momentos de suas vidas.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A oficina teve elevada adesão, sendo que os encontros iniciaram com dois ou três moradores e, à medida que a oficina continuava acontecendo, outros se reuniram ao grupo. Os resultados nem sempre são visíveis a primeira vista, mas o agradecimento pelo comparecimento ao final e a espera dos moradores pela oficina na outra semana mostram que esta atende ao objetivo de trazer bem estar e alívio momentâneo para os usuários, mostrando resultado semelhante a uma psicoterapia de apoio.

Para realização desta oficina é necessário paciência e motivação. Os moradores nem sempre estão dispostos a participar e, quando não aderem por muito tempo à oficina, são necessárias alternativas de atividade e conversação para o momento. Assim, posteriormente, consegue-se voltar para as atividades de música. Pretende-se que a oficina prossiga, nas Residências Inclusivas I e II, para que mais resultados sejam colhidos e para que se possa analisar de forma mais concreta os benefícios que a música pode trazer para portadores de doença e deficiência mental.

4. CONCLUSÕES

A partir das oficinas realizadas até o momento, conclui-se que a atividade com música atrai e traz bem estar para os moradores abrigados nas Residências Inclusivas I e II. Durante a oficina os moradores realizam insights que não realizariam sem os estímulos que recebem da música. Espera-se que, com o seguimento da oficina e com o tempo, estes insights se tornem mais frequentes e surjam, até mesmo, quando os participantes escutam músicas no rádio.

O trabalho realizado traz benefícios e suporte mental para pessoas que sofrem situação de abandono e vulnerabilidade social. A partir da música, os usuários encontram um momento de descontração, desabafo e reflexão. Desta forma podem reviver e ouvir histórias para, desta forma, se repreenderem e se reencontrarem, fato impossibilitado, muitas vezes, pelo sofrimento mental em que se encontram. Conclui-se que a oficina deve seguir, para assim, buscar, a cada dia, mais benefícios para os seus participantes.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

FONSECA, Karyne Cristine da et al. Credibilidade e efeitos da música como modalidade terapêutica em saúde. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, [S.I.], v. 8, n. 3, set. 2009. ISSN 1518-1944. Disponível em: <<http://revistas.jatai.ufg.br/index.php/fen/article/view/7078/5009>>

OLIVEIRA, Glauber Correia; LOPES, Vanessa Ramos da Silva; DAMASCENO, Maria José Caetano Ferreira; SILVA, Elizete Mello. A contribuição da musicoterapia na saúde do idoso. **Cadernos UniFOA**, n.20, Volta Redonda, dez. 2012. Disponível em <<http://web.unifoab.edu.br/cadernos/edicao/20/85-94.pdf>>.

ANDRADE, Rubia Laine de Paula; PEDRAO, Luiz Jorge. Algumas considerações sobre a utilização de modalidades terapêuticas não tradicionais pelo enfermeiro na assistência de enfermagem psiquiátrica. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto , v. 13, n. 5, p. 737-742, Out. 2005 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692005000500019&lng=en&nrm=iso>.