

REVISÃO NARRATIVA: OS EFEITOS DA MUSICOTERAPIA NA REDUÇÃO DA ANSIEDADE INFANTIL

NINA ABRANTES LEMOS¹; RITA MARIA HECK ²; TEILA CEOLIN³

¹Universidade Federal de Pelotas – ninaalemoss@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – rmheckpillon@yahoo.com.br

³Universidade Federal de Pelotas – teila.ceolin@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A música se faz presente na vida dos seres humanos desde o nascimento. É um fato que o feto consegue ouvir dentro do útero e, segundo Azevedo *et al.* (2023), ouvir uma música ou algum som específico durante a gestação e ouvir a mesma melodia após o nascimento do bebê podem acalmá-lo. Também, durante a infância a criança aprende de maneira lúdica por meio de músicas infantis (Arantes, 2021). É inegável que a música faz parte do cotidiano de muitas pessoas, especialmente na infância, mas o que poucas pessoas sabem é o poder que a música tem no contexto terapêutico.

A musicoterapia passou a integrar uma das 29 Práticas Integrativas e Complementares (PICs) ofertadas pelo Sistema Único de Saúde (SUS), por meio da Portaria nº 849, de 27 de março de 2017 (Brasil, 2017). A musicoterapia é definida como uma técnica terapêutica que integra a arte da música à saúde. Essa técnica tem como objetivo utilizar sons e melodias para obter um resultado terapêutico, possui diversos benefícios para a saúde como, por exemplo, redução dos sintomas da ansiedade, melhora do humor, estimulação da expressão e a comunicação (Souza; Neto; Pereira, 2021).

Posto isso, essa revisão tem como objetivo identificar os efeitos da musicoterapia e as manifestações clínicas da ansiedade em crianças.

2. ATIVIDADES REALIZADAS

Trata-se de uma revisão narrativa que buscou entender os principais efeitos da musicoterapia em crianças que sofrem com sintomas de algum transtorno de ansiedade, Fobia Específica, Agorafobia, entre outros.

A revisão narrativa é uma estratégia que facilita a compreensão de um determinado tema. A partir dela é possível descrever de forma ampla, considerando distintas fontes, considerando os avanços da área, identificando oportunidades de futuras investigações (Zillmer; Díaz-Medina, 2018).

Foi feita uma pesquisa no Google Acadêmico no período de fevereiro a março de 2024, identificando três artigos, nos quais foram analisados os principais sintomas da ansiedade infantil e o efeito da musicoterapia para com as manifestações clínicas do transtorno. O público-alvo dessa revisão foram indivíduos que, segundo dados do Estatuto da Criança e do Adolescente, são indivíduos de 0 até 12 anos incompletos (BRASIL, 2023).

A musicoterapia tem como objetivo fornecer desenvolvimento intelectual, comunicativo, expressivo e melhorar a qualidade de vida do usuário (Souza; Neto; Pereira, 2021). Para a observação e reflexão dos efeitos da musicoterapia na ansiedade infantil, foram utilizados 3 artigos.

Quadro 1: Artigos estudados para esta revisão.

Autores	Título	Local de publicação	Ano de publicação
ALVES; DE KÁSSIA SILVA; RIBEIRO	Musicoterapia no tratamento psicológico infantil: revisão sistemática de literatura.	Faculdade UNA de Catalão.	2021
ARPINI, F.	A música como recurso no processo terapêutico de pacientes com transtorno de ansiedade.	Faculdade Multivix, Cariacica.	2021
NOGUEIRA; SILVA; PACHÚ.	O uso da musicoterapia como ferramenta terapêutica na área da saúde.	Research Society and Development	2023

Fonte: a autora, 2024.

No primeiro artigo (Alves *et al.*, 2021) do quadro 1, é abordada a musicoterapia no tratamento psicológico de crianças. É posto que indivíduos expostos à música durante a infância tendem a ter uma maior compreensão emocional, uma vez que a música facilita a expressão de sentimentos, sejam eles de tristeza, preocupação, alegria, afeto, entre outros. Além disso, a música apresenta uma combinação de sons e melodias que pode ser utilizada para acalmar e promover uma melhora na interação social de crianças ansiosas.

No segundo artigo do quadro 1, Arpini (2021) relata que o uso da musicoterapia na área da saúde não se trata de uma prática exclusiva de musicoterapeutas. Alguns dos profissionais que podem praticá-la são médicos, enfermeiros, psicólogos, fisioterapeutas, professores de música e terapeutas ocupacionais. Dito isso, para tornar-se musicoterapeuta, o indivíduo deve formar-se por meio de um curso de nível superior. De acordo com Zanini (2006), alguns exemplos de Universidades que possuem o curso de bacharelado em musicoterapia é a Universidade Federal de Goiás.

No último artigo, Nogueira *et al.* (2023) realizaram um estudo no qual as crianças que usaram da musicoterapia apresentaram melhorias de alguns sintomas, por exemplo, diminuição da frequência cardíaca e dos níveis de estresse. Nota-se, então, que a musicoterapia possui efeitos benéficos à saúde em geral, especialmente na redução de sintomas de transtornos de ansiedade.

Além disso, segundo Franco *et al.* (2021), o uso da musicoterapia pode também ajudar na regulação emocional de crianças internadas e em cuidados paliativos, visto que alguns estudos mostram que cantar e ouvir suas músicas preferidas podem melhorar o bem-estar infantil, proporcionando um conforto adequado e significativo para essas crianças.

Em suma, conclui-se nesta revisão narrativa que a musicoterapia possui diversos benefícios para a redução de sintomas da ansiedade infantil. Reforça-se que a musicoterapia é um método não farmacológico que pode ser aliada a um tratamento medicamentoso. Portanto, é importante que esse tema seja levado à população com mais frequência por meio das Unidades Básicas de Saúde, que são a porta de entrada de indivíduos na rede de saúde. Ademais, é importante que os benefícios

anteriormente citados sejam expostos à população para que a mesma saiba da eficácia da musicoterapia e também de outras PICs na saúde.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Percebe-se que a musicoterapia apresenta diversos benefícios ao tratamento de ansiedade, no entanto, não foram encontrados malefícios dessa prática em nenhum dos artigos estudados. Além do mais, é possível notar falta de pesquisas e estudos acerca desse tema, principalmente em relação à saúde mental infantil que ainda é pouco discutida. Espera-se que com este trabalho a musicoterapia seja incentivada em locais como Universidades, Unidades Básicas de Saúde e CAPSi.

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, D.R.S.; DE KÁSSIA SILVA, L.; RIBEIRO, M.M. **Musicoterapia no tratamento psicológico infantil: revisão sistemática de literatura**. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso. - Faculdade UNA de Catalão. 14f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Curso de Graduação em Psicologia, Centro Superior UNA de Catalão. Disponível em:

<https://repositorio.animaeducacao.com.br/items/c065675f-16cc-4b45-94d0-466fb04a45f6> . Acesso em: 04 jul. 2024.

ARANTES, T.T. A música e a dança como recurso pedagógico na educação infantil e nas séries iniciais. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, v.9, p. 15-33, 2021. Disponível em:

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/artes/danca-como-recurso>. Acesso em: 04 jul. 2024.

ARPINI, F.S.M. **A música como recurso no processo terapêutico de pacientes com transtorno de ansiedade**. 2021. 19 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Psicologia) - Faculdade Multivix, Cariacica, 2021. Disponível em:

<https://multivix.edu.br/wp-content/uploads/2022/04/a-musica-como-recurso-no-processo-terapeutico-de-pacientes-com-transtorno-de-ansiedade.pdf> . Acesso em: 04 jul. 2024.

AZEVEDO et al. Benefícios do uso da musicoterapia na gestação e parto: revisão narrativa. **Revista Foco**, v. 16, n.2, 2023. Acesso em: 26 jun. 2024.

BRASIL. Estatuto da Criança e do Adolescente: **Lei nº 8.069/1990**. 6. ed. Brasília, DF: Senado Federal, Coordenação de Edições Técnicas, 2023. Disponível em:

https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/611968/Estatuto_crianca_adolescente_6ed.pdf . Acesso em: 08 jul. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 849, de 27 de março de 2017**. Brasília: Ministério da Saúde, 2017. Disponível em:

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849_28_03_2017.html . Acesso em: 04 jul. 2024.

FRANCO et al. A musicoterapia em oncologia: percepções de crianças e adolescentes em cuidados paliativos. **Escola Anna Nery**, 2021.

NOGUEIRA, A.; DO LIMA SILVA, M.K.; PACHÚ, C.O. O uso da musicoterapia como ferramenta terapêutica na área da saúde. **Research Society and Development**, 2023. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/39377> . Acesso em: 04 jul. 2024.

SOUZA, J.C.P.; NETO. C.J.F.; PEREIRA, J.C. Contribuições da musicoterapia para a psicoterapia infantil. **Brazilian Journal of Health Review**, v.4, n.3, p.10432-10445, 2021. DOI: 10.34119/bjhrv4n3-067-. Acesso em: 04 jul. 2024.

ZANINI, Claudia. A docência em musicoterapia no Brasil. **Universidade Federal de Goiás**, 2006. Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/267252303_A_DOCENCIA_EM_MUSICOTERAPIA_NO_BRASIL . Acesso em: 04 jul. 2024.

ZILLMER, Juliana Graciela Vestena; DÍAZ-MEDINA, Blanca Alejandra. Revisión Narrativa: elementos que la constituyen y sus potencialidades. **Journal of Nursing and Health**, v.8.n.1, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.15210/jonah.v8i1.13654> . Acesso em: 08 jul. 2024.