



Principais vantagens da musicoterapia

- Ajuda no desenvolvimento do foco, atenção e criatividade.
- Ajuda a aliviar sintomas de ansiedade e depressão.
- Desenvolve habilidades pessoais e autoestima.
- Diminui processos de insônia.
- Atua na reabilitação motora, na motricidade fina e ampla.
- Promove movimentação das articulações e diminuição de dores crônicas.

Musicoterapia on-line

- No Hospital da Criança de Brasília, onde Ângela Fajardo atua, existem três linhas de cuidado, a clínica, a onco-hemato e a cirúrgica. Em cada uma delas, a musicoterapia pode ser aplicada de uma forma diferente. Com a pandemia e a necessidade de isolamento social, buscaram-se alternativas para que os pacientes não ficassem sem a terapia.
- A equipe dividiu as crianças em perfis semelhantes e formou dois grupos on-line, que acabaram se unindo depois. Mesmo após o retorno das sessões presenciais, muitas crianças e famílias optaram por continuar no

grupo on-line. “Foi muito positivo e eu me surpreendi. Acredito que essa interação entre eles foi mais uma vantagem. Vimos crianças que não interagiam tanto no presencial começarem a ter relação com os colegas”, observou Ângela.

- O projeto também permitiu a implementação de uma oficina de instrumentos musicais com material reciclável de fácil acesso. Criar instrumentos com garrafas pet, sementes, grãos, entre outros objetos, promoveu ainda mais estímulos para as crianças e famílias envolvidas.

improvisação musical, que é trabalhar uma composição instantânea com o paciente, estimulando a mencionar os assuntos e temas que o levaram à terapia. A improvisação pode usar palavras e melodias ou somente o ritmo dos instrumentos escolhidos. “Nesse diálogo, forma-se um vínculo sonoro e uma comunicação entre paciente e terapeuta. Até mesmo o instrumento escolhido pode dizer muita coisa sobre a personalidade e o que traz a pessoa para aquele teste terapêutico”, acrescenta.

Musicoterapia passiva

No caso de pacientes acamados e que sentem muita dor, a musicoterapia receptiva também é uma alternativa. Por meio da escuta e da vibroacústica, o paciente recebe a estimulação sonora. O estímulo da vibração cria um

campo sonoro de relaxamento que alivia dores musculares, fadiga, náuseas e até mesmo os efeitos de uma sessão de quimioterapia. O método também costuma ser muito usado como um cuidado paliativo, melhorando a qualidade de vida dos pacientes.

A vibroacústica auxilia na organização celular, promovendo uma espécie de equalização do corpo, auxiliando no ritmo dos batimentos cardíacos e melhorando a pressão arterial. O uso das frequências do som de taças tibetanas também é um método valioso na musicoterapia. Cada frequência equivale a uma região do corpo e, a depender do que precisa ser tratado, é feito o estímulo de som.

Sarah acrescenta que a musicoterapia promove o ganho de novas habilidades. “A neurociência tem mostrado que a exposição à música afeta o funcionamento do cérebro, o ajudando a se desenvolver e ativar determinadas regiões.”

incentivado a explorar os sons que é capaz de produzir. Já no caso de um paciente tratando a psicomotricidade, ele é estimulado a tocar e explorar os instrumentos.

Por meio dessas expressões, o terapeuta consegue atingir conteúdos internos daquele paciente e trabalhar com as técnicas mais convenientes. Sejam elas guiadas, sejam exploradas livremente por parte do paciente.

Entre as técnicas, Ângela menciona a