
O PAPEL DA MÚSICA NA SAÚDE E NO BEM-ESTAR HUMANO: um estudo bibliográfico

Franciane dias da Silva⁶
Daniela Moreno de Camargo⁷

RESUMO: O artigo tem como objetivo compreender o papel da música na saúde e no bem-estar humano ao longo da história, partindo da Antiguidade até o reconhecimento da musicoterapia enquanto campo de estudo científico. Levantamos algumas bibliografias alinhadas à temática, realizando inferências sobre as mesmas e destacando conceitos importantes ao esclarecimento. Desenvolvemos o conceito e a história acerca da musicoterapia que utiliza a música como meio de terapia para ajudar na promoção da saúde humana. O trabalho se justifica na medida em que há um interesse crescente pelo tema, além de compreender como a música pode afetar nossa saúde e bem-estar, ajudando a promover um maior entendimento e reflexão sobre a importância dessa arte. Os resultados evidenciaram o importante papel atribuído à música ao longo da história, o qual se reflete hoje, e o quanto ela ainda é e se faz cada vez mais fundamental em proporcionar melhoria na qualidade de vida da sociedade atual.

Palavras-chave: História da Musicoterapia. Música e Bem-Estar. Música e Saúde.

1 INTRODUÇÃO

Neste artigo, buscamos compreender o papel da música na saúde e no bem-estar humano ao longo da história, partindo da Antiguidade até o reconhecimento da musicoterapia enquanto campo de estudo científico. Traçar uma linha do percurso histórico em que música, saúde e bem-estar se relacionaram significativamente com o passar dos séculos, e refletir sobre o papel desta tríade dentro das sociedades é o ponto chave deste trabalho. Para tanto, levantamos algumas bibliografias consultadas no periódico Scielo e no Google Acadêmico, alinhadas à temática aqui proposta, realizando inferências sobre as mesmas e destacando

⁶ Mestre em Educação pela Universidade de Pernambuco, licenciada em Música pelo IFSertãoPE e com especialização em Educação Musical pela Faculdade Única de Ipatinga. E-mail: francidias.musica@gmail.com.

⁷ Professora orientadora do estudo e do artigo. Professora dos cursos de Graduação e de Pós-Graduação lato sensu da Faculdade Famart – Itaúna-MG.

conceitos importantes ao esclarecimento do assunto. Portanto, o artigo se caracteriza como uma pesquisa qualitativa e bibliográfica.

A relação entre música, saúde e bem-estar tem sido objeto de estudo em diversas áreas, como a psicologia, a medicina e a musicoterapia. É um assunto complexo e que pode ser abordado por diferentes perspectivas. A música pode ter efeitos interessantes na saúde física e mental das pessoas, por exemplo, quando utilizada como ferramenta terapêutica para tratar problemas de ansiedade, depressão e estresse. Neste sentido, desenvolvemos o conceito e a abordagem histórica acerca da musicoterapia, a qual utiliza a música como meio de terapia para ajudar na promoção da saúde física, emocional, cognitiva e social de uma pessoa, em colaboração com outras áreas de estudo.

Sendo assim, escrever um trabalho sobre o papel compreendido à música na saúde e no bem-estar das pessoas, se justifica na medida em que há um interesse crescente pelo tema atualmente, de acordo com estudos que têm mostrado os efeitos positivos da música em várias áreas. Além disso, a música é uma forma de arte que tem sido valorizada e apreciada há milhares de anos, em diversas culturas ao redor do mundo. Por isso, compreender como a música pode afetar nossa saúde e bem-estar, ajuda a promover um maior entendimento e reflexão sobre a importância dessa arte milenar em nossas vidas. Vale ressaltar ainda, que este artigo não esgota o diálogo sobre o tema em questão, mas que seja um ponto de partida para abordar outras perspectivas de estudo na área.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 Compreendendo os conceitos

A música tem sido usada para promover a saúde e o bem-estar das pessoas há milhares de anos, tendo um papel importante em muitas culturas antigas. Portanto, não é de hoje a relação existente entre música e saúde, relação esta que evoluiu e até hoje perdura.

A música é uma das mais antigas e sublimes artes que o ser humano pode sentir e expressar seus sentimentos. O significado da palavra música surge da expressão grega *musiké téchne*, ou seja, “arte das musas”, uma alusão às personagens femininas da mitologia grega, as

quais dominavam habilidades artísticas⁸. Para Franciane Dias (2022), desde a antiguidade, o homem primitivo sentiu necessidade de manifestar as emoções por meio da música, seja confeccionando instrumentos com materiais da natureza ou entoando cânticos nos rituais religiosos, e, portanto, as práticas musicais sempre estiveram presentes nas sociedades, desde os tempos antigos, sejam elas práticas individuais ou coletivas.

A música pode exercer um papel significativo na promoção do bem-estar físico e mental, assim como na melhoria da saúde em geral. Muitos benefícios e funções são atribuídos à música desde o simples ato de ouvir até mesmo as práticas de terapia e tratamentos de doenças.

Mas antes, faz-se necessário o entendimento de alguns conceitos para o desenvolvimento das reflexões a seguir, e, para tanto, utilizamos as definições trazidas pelo professor Kenneth E. Bruscia (2016), sobre música, terapia, musicoterapia e saúde. O autor argumenta que é muito difícil fazer tais definições, porém, com as suas reflexões, ele contribui para compreendermos melhor estes conceitos fundamentais, numa perspectiva voltada especialmente para o tema deste artigo.

Primeiramente, estamos convencidos de que a palavra música recebeu inúmeras definições de diferentes concepções ao longo dos tempos. Vejamos algumas: 1) “ciência ou arte de ordenar tonalidades ou sons em sucessão, em combinação⁹”; 2) “som organizado¹⁰”; 3) “tudo que alguém escuta com a intenção de ouvir música¹¹”; e 3) “um fenômeno dado a nós com o único propósito de estabelecer uma ordem às coisas, incluindo, e particularmente, a coordenação entre o homem e o tempo¹²”. Para Bruscia (2016), música poderia ser chamada também de experiência musical, e faz uma definição mais atual do que seja música:

A música é uma instituição humana na qual indivíduos criam significado, beleza e relações através do som, usando as artes da composição, improvisação, performance e audição. Significado e beleza são derivados (1) das relações intrínsecas criadas entre os próprios sons, (2) das relações extrínsecas criadas entre a experiência sonora e outras experiências humanas e (3) das relações interpessoais e socioculturais inerentes ao processo de fazer ou experimentar música (i.e., “musicar”). Significado e beleza podem ser encontrados na própria música (i.e., o objeto ou produto), no ato de criar ou experimentar a música (i.e., o processo de musicar), no músico (i.e., a pessoa), nas relações interpessoais e socioculturais inerentes ao fazer musical e no universo (BRUSCIA, 2016, p. 117-118).

⁸ Disponível em: <https://etimologia.com.br/musica/>. Acesso em: 27 abr. 2021.

⁹ Merriam-Webster’s Collegiate Dictionary, edição online.

¹⁰ Varese e Chou, 1996, p. 11.

¹¹ Berio, Dalmonte e Varga, 1985, p.19.

¹² Stravinski, 1962, p. 54.

Em outras palavras, podemos dizer que música envolve uma experiência musical, com elementos sonoros que despertam uma infinidade de sensações nos ouvintes, cada qual vivenciando a experiência a partir da sua perspectiva cultural, social, individual, sendo interpretada de diferentes maneiras.

Em tons poéticos, de acordo com Oliver Wolf Sacks citado por Clara Costa Oliveira e Ana Gomes (2014), podemos dizer ainda da música, em sua forma singular, como

[...] única entre as artes, é ao mesmo tempo completamente abstracta e profundamente emocional. Não tem o poder de representar seja o que for de concreto ou de exterior, mas tem um poder único no que se refere à expressão de estados internos ou de sentimentos. A música é capaz de nos tocar directamente, o coração; não requer mediações (SACKS *apud* OLIVEIRA; GOMES, 2014, p. 759).

Já a musicoterapia é uma forma de terapia e é um processo sempre focado na saúde, ou seja, em otimizar a saúde do paciente, assim como está centrada no som, na experiência sonora, seja ela auditiva ou tátil por natureza (BRUSCIA, 2016). O autor, no entanto, acredita que a musicoterapia seja muito diversa e complexa para ser definida ou delimitada apenas nos termos de uma única área, única teoria ou nível de prática.

Para a União Brasileira das Associações de Musicoterapia (UBAM), o campo recebe a seguinte definição:

Musicoterapia é um campo de conhecimento que estuda os efeitos da música e da utilização de experiências musicais, resultantes do encontro entre o/a musicoterapeuta e as pessoas assistidas. A prática da Musicoterapia objetiva favorecer o aumento das possibilidades de existir e agir, seja no trabalho individual, com grupos, nas comunidades, organizações, instituições de saúde e sociedade, nos âmbitos da promoção, prevenção, reabilitação da saúde e de transformação de contextos sociais e comunitários; evitando dessa forma, que haja danos ou diminuição dos processos de desenvolvimento do potencial das pessoas e/ ou comunidades.¹³

A terapia, por sua vez, sempre vai envolver um terapeuta que tem por meta alcançar as necessidades do paciente. E no caso do musicoterapeuta, se trata de um agente que vai ajudar o paciente no tratamento da saúde através da música.

Sobre a definição de saúde, Bruscia (2016) explica que é uma condição de estar bem de corpo, mente e espírito, ou seja, não somente o corpo físico é levado em consideração mas também todas as nossas partes. E ainda, a saúde envolve as interações dentro do indivíduo, das relações com a sociedade, a cultura e o meio ambiente. Entendemos, portanto, que saúde é

¹³ UNIÃO BRASILEIRA DAS ASSOCIAÇÕES DE MUSICOTERAPIA. **Definição Brasileira de Musicoterapia**. 2018. Disponível em: <https://ubammusicoterapia.com.br/definicao-brasileira-de-musicoterapia/>. Acesso em: 10 jun. 2023.

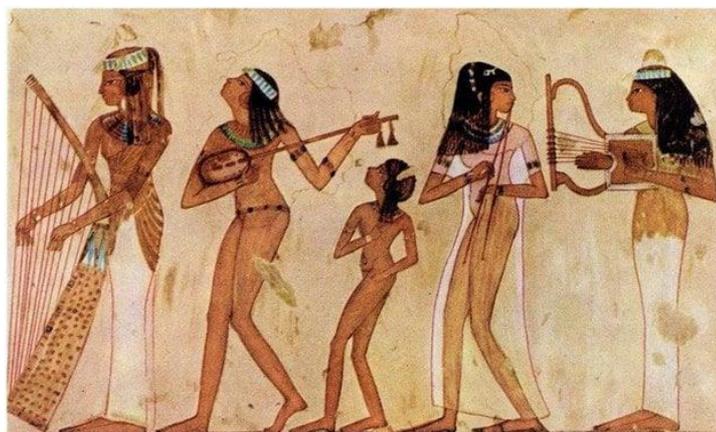
um estado de completo bem-estar, não apenas a ausência de doença, englobando vários aspectos da vida de um indivíduo desde a capacidade de realizar atividades físicas de forma satisfatória, a lidar e gerenciar emoções e a manter o equilíbrio psicológico.

Em suma, partindo das colocações de Bruscia (2016) sobre as definições conceituais que envolve o campo da musicoterapia, podemos compreendê-la como um processo terapêutico no qual envolve a criação de ambiente seguro e acolhedor entre terapeuta e paciente, com experiências musicais, tendo a música como comunicação não verbal promotora da expressão, da interação, da improvisação musical, entre outros aspectos, a fim do progresso do paciente.

Com as definições acima esclarecidas, podemos compreender inicialmente o quanto tudo está interligado, com o intuito de alcançar a qualidade de vida do ser humano, de maneira geral, por meio da música, pois “o equilíbrio entre corpo e espírito, conforme as culturas [veremos a seguir] era, e é, a pretensão primeira da música, como prática terapêutica de saúde” (OLIVEIRA; GOMES, 2014, p. 2).

2.3 A música nas sociedades antigas

Figura 1 – Músicos no Egito Antigo



Fonte: Página Escola Educação (2020)

Figura 2 – Conjunto grego tocando harpa, cítara e lira



Fonte: Página Música Sacra e Adoração

Partindo para um passeio pela história, na Antiguidade, as culturas egípcia, grega e romana utilizavam a música em rituais religiosos e também para tratar uma variedade de doenças. De acordo com Oliveira e Gomes (2014), ao longo da história, as práticas de cura e a música surgem ligadas, visto que a música era considerada uma de várias práticas curativas e cuidadoras. A história conta que, segundo José Davison da Silva Júnior (2015),

Entre os povos primitivos, o tratamento do doente cabia ao feiticeiro, o qual incluía danças e músicas cerimoniais, a “música de cura”. Acreditavam que a música tinha capacidade de livrar o doente da possessão de espíritos, levando-o à cura. Segundo Leinig (1977), os primeiros relatos escritos sobre a influência da música no ser humano foram encontrados em papiros médicos egípcios pelo antropólogo inglês Flandres Petrie, por volta de 1899. Esses papiros referem-se ao encantamento da música relacionado à influência na fertilidade feminina. Também encontramos o relato bíblico no qual Davi, com o toque de sua harpa, alivia a depressão do rei Saul (SILVA JÚNIOR, 2015, p. 15).

Nesse contexto, percebemos como a música sempre esteve presente na história da humanidade enquanto expressão artística e cultural, como também sendo uma ferramenta poderosa aliada à saúde e ao bem-estar das pessoas. Por exemplo, a música, também utilizada enquanto recurso de encantamento e magia, curava transtornos do corpo e do espírito, tendo surgido as primeiras referências da influência da música no organismo humano, em um papiro médico egípcio de 2.500 a.C., de acordo com Rebeca Fogaça Porto (2007).

Já na Grécia Antiga, o filósofo Pitágoras utilizava a música como forma de curar doenças mentais, enquanto na Idade Média e Renascença a música era uma terapia para o corpo e a alma. Até que, no século XX, surgiu a musicoterapia como uma maneira mais formal de utilizar a música como terapia para tratar doenças.

Na mitologia grega, Apolo era considerado o deus da medicina e da música que tinha a capacidade tanto de curar doenças quanto de atraí-las para si, a fim de livrar os homens dos males (PORTO, 2007), ou seja, ele detinha o poder da chamada “música de cura”. Vemos, então, que na cultura grega antiga, a música fazia parte da vida cotidiana, mas significativamente na esfera espiritual, considerada uma arte divina de poder curativo, sendo os gregos os primeiros a explorar e reconhecer seu potencial terapêutico.

Segundo Toro *apud* Silva Júnior (2015), grandes filósofos gregos atribuíram importante papel terapêutico à música, como por exemplo, para Platão, a música trazia serenidade; já para Aristóteles, facilitava uma catarse emocional; enquanto que, para Pitágoras, a música reestabelecia a harmonia espiritual pois era a medicina da alma. Leinig citado por Oliveira e Gomes (2014) afirma que como:

Hipócrates foi chamado o Pai da Medicina, podemos reconhecer em Platão e Aristóteles os precursores da Musicoterapia. Platão recomendava a música para a saúde da mente e do corpo, e para vencer as angústias fóbicas. Aristóteles descrevia seus benéficos efeitos nas emoções incontroláveis e para provocar a catarse das emoções (LEINIG *apud* OLIVEIRA; GOMES, 2014, p. 755).

Durante a Idade Média, a música como fins terapêuticos se apropriou dos ensinamentos gregos e houve uma estagnação no domínio da medicina, resultando na ênfase da música em seu caráter místico e religioso, como por exemplo, as doenças de natureza mental serem caracterizadas como influência de demônios (PORTO, 2007). Para o cristianismo, nesta época, de acordo com a autora, a utilização da música estava ligada à prática de canto conhecida como cantochão, na qual o ser humano podia se aproximar do céu, atingir a elevação espiritual e obter a purificação, ao ouvir, por exemplo, o toque da campainha nas missas católicas, que favorecia essa proximidade com Deus.

[...] empregavam-se todas as forças espirituais, internas e externas, com a finalidade de combater o mal, a enfermidade ou o sofrimento. Entre essas forças estava a música considerada como capaz de afastar transitoriamente, a sensação de dor e ansiedade e com isso trazer uma maneira de alívio. Suspeitavam alguns investigadores, que certos sons, como os dos sinos das igrejas podiam, em princípio, haver servido para fins exorcísticos, isto é, expulsar do templo os espíritos do inferno (LEINIG *apud* OLIVEIRA; GOMES, 2014, p. 756).

Assim, neste período da história, percebemos que a compreensão da música como terapia era amplamente baseada em ideias religiosas, ligadas à Igreja, o que deu origem a uma abordagem holística à cura, tendo a música como importante elemento.

Entretanto, a partir do Renascimento houve uma importante mudança, pois a doença mental deixou de ser considerada sobrenatural e passou a ser abordada como científica, e “entre os processos de tratamento pela recreação, a música se impôs como um dos meios mais eficazes” (LEINIG *apud* SILVA JÚNIOR, 2015, p. 17). À medida que a abordagem científica ganhava espaço, eram explorados os efeitos terapêuticos da música no bem-estar emocional e mental dos pacientes. No entanto, embora a música tenha sido inicialmente reconhecida como ferramenta de terapêutica no Renascimento, uma perspectiva científica da musicoterapia ainda estava por desenvolver, pois as práticas da época eram alimentadas ainda em teorias e crenças subjetivas, e não havia um conhecimento cientificamente consolidado sobre o assunto.

2.4 Surgimento e outras concepções da musicoterapia

A história da musicoterapia remonta ao antigo Egito, onde a música era usada para curar doenças e aliviar a dor. No entanto, foi somente no século XX que a musicoterapia se tornou uma prática clínica reconhecida, desenvolvendo métodos e teorias específicas.

A musicoterapia moderna começou a se desenvolver durante e após a Primeira e a Segunda Guerra Mundial, quando a música foi usada para ajudar a reabilitar os soldados feridos e também para tratar os veteranos com transtorno de estresse pós-traumático. Essas experiências revelaram os benefícios terapêuticos da música recuperação física e emocional dos pacientes. Por exemplo, nos hospitais dos Estados Unidos, segundo Silva Júnior (2015), a música foi utilizada por músicos profissionais que tocaram para os doentes da Primeira Guerra, causando efeitos sedativo e relaxante com a audição musical.

Figura 3 – Soldados ouvindo música durante a guerra



Fonte: Página Sociedade dos Psicólogos (2023)

Desde então, a musicoterapia tem sido amplamente utilizada em hospitais, escolas e outras instituições para diversas condições humanas. E hoje a musicoterapia é uma prática estabelecida em todo o mundo, utilizada em conjunto com outras formas de tratamento para promover a saúde e o bem-estar dos pacientes.

Ao final do século XX, a utilização da música com fins terapêuticos cresceu em termos de importância na maior parte do mundo, tendo em vista que o conceito de música enquanto terapia seja tão antiga quanto a nossa civilização, essa prática do uso terapêutico nunca esteve tão difundido e diferenciado desde então (RUUD *apud* OLIVEIRA; GOMES, 2014).

Durante as décadas seguintes, a musicoterapia continuou a evoluir e se expandir, com o desenvolvimento de métodos, técnicas e abordagens respaldadas em pesquisas científicas. Assim, diversas instituições de ensino e programas acadêmicos foram criados, a fim de formar profissionais capacitados na área. No Brasil, a musicoterapia teve sua evolução durante a década de 1960, influenciada pelo desenvolvimento dessa prática nos Estados Unidos e na Europa. A introdução da musicoterapia no país foi impulsionada por profissionais que estudaram e se formaram em outros países, trazendo consigo os conhecimentos e experiências na área. Oliveira e Gomes (2014) faz um comentário nesse contexto:

Ainda durante o século XX, e após a utilização de musicoterapia em hospitais americanos, foi criada em 1950 a Associação Nacional de Musicoterapia nos EUA, no sentido de promover o uso progressivo da música na medicina, fomentar a formação de profissionais qualificados de modo a implementar do curso superior de musicoterapia em muitas

universidades, em parceria com escolas médicas e instituições hospitalares (LEINING *apud* OLIVEIRA; GOMES, 2014, p. 758).

Para Suzanne Liselee Schulz Romão (2015), mesmo havendo relatos sobre a utilização da música com objetivos terapêuticos anteriores aos anos 1970, foi nesta década que a musicoterapia no Brasil começou a ganhar espaço, a partir da fundação de cursos de graduação e centros de formação para músicos que desejavam outra finalidade para o seu fazer musical, como por exemplo a criação de duas associações de musicoterapia – a Associação Brasileira de Musicoterapia e a Associação Sul Brasileira de Musicoterapia, em 1968. Lia Rejane Mendes Barcellos e Marco Antonio Carvalho Santos (2021) apontam que, três estados brasileiros se destacaram neste sentido de desenvolvimento do campo, sendo eles, Rio Grande do Sul, Paraná e Rio de Janeiro.

Nestes períodos de 1970 e 1980 no Brasil, os cursos de musicoterapia em instituições superiores ofereceram bases teórica e prática para a formação de musicoterapeutas, capacitando-os a trabalhar em diversos contextos clínicos e educacionais. A exemplo, temos a Faculdade de Educação Musical no Paraná (hoje, Faculdade de Artes do Paraná), que iniciou em 1970 a primeira especialização em Musicoterapia, e logo mais em 1972 criou-se o primeiro curso de graduação da área no Conservatório Brasileiro de Música, no Rio de Janeiro (SMITH *apud* SILVA JÚNIOR, 2015).

Em 1996, a Federação Mundial de Musicoterapia (*World Federation of MusicTherapy*) propôs uma definição do conceito de musicoterapia para padronizar o entendimento, diante da expansão da área:

Musicoterapia é a utilização da música e/ou seus elementos (som, ritmo, melodia e harmonia) por um musicoterapeuta qualificado, com um cliente ou grupo, num processo para facilitar e promover a comunicação e outros objetivos terapêuticos relevantes, no sentido de alcançar necessidades físicas, emocionais, mentais, sociais e cognitivas. A Musicoterapia objetiva desenvolver potenciais e/ou restabelecer funções do indivíduo para que ele/ela possa alcançar uma melhor integração intra e/ou interpessoal e, conseqüentemente, uma melhor qualidade de vida, pela prevenção, reabilitação ou tratamento¹⁴.

É importante ressaltar que, a musicoterapia não é uma área autossuficiente, mas que interage interdisciplinarmente com outros campos. Bruscia (2016) nos confirma que a musicoterapia não é isolada de si mesma e que se trata de um híbrido entre música e terapia,

¹⁴ Disponível em: <https://amtpr.com.br/musicoterapia/>. Acesso em: 14 jun. 2023.

agrupando ou se sobrepondo com outras disciplinas, por exemplo, como artes, saúde, medicina, educação, psicologia, ciências humanas, dentre várias. Silva Júnior (2015) afirma que o uso da música no campo da saúde não é uma prática exclusiva de musicoterapeutas, mas também utilizada por médicos, dentistas, fonoaudiólogos, psicólogos, terapeutas ocupacionais, enfermeiros e outros, como mais um recurso em suas práticas profissionais.

Inúmeros são os benefícios da musicoterapia para a melhoria na qualidade de vida e bem-estar das pessoas, especialmente no modelo atual em que estão vivendo as pessoas, com rotinas intensas, por vezes desgastantes, exigindo um equilíbrio mental e físico constantemente perante a corrida contra o tempo das atividades diárias. Sabemos que cada pessoa é única e a musicoterapia é adaptada às necessidades individuais, levando em consideração seus interesses e objetivos terapêuticos específicos. Por exemplo, a musicoterapia ajuda a reduzir o estresse e a ansiedade, auxilia no tratamento da depressão, estimula habilidades cognitivas como memória e concentração, melhora o humor e bem-estar emocional, promove melhoria na interação social, além de ser um recurso importante atuando como estímulo distrativo da dor, desviando a atenção da pessoa da sensação dolorosa e proporcionando alívio temporário.

Nesta linha, para Todres *apud* Silva Júnior (2015), os efeitos da música na redução da dor são explicados pela teoria do portal do controle da dor, a partir de estudos de imagem do cérebro que mostraram atividades nos condutos auditivos, no córtex auditivo e no sistema límbico, em resposta à música, comprovando que ela é capaz de baixar níveis elevados de estresse, distraindo o paciente, modulando o estímulo doloroso, e que certos tipos de música, como a clássica, reduzem os marcadores neuro-hormonais de estresse. Oliveira e Gomes (2014) também afirma que as músicas clássicas causam este mesmo efeito, em especial, as obras de Mozart ou Bethoveen. Vale destacar que, nesta perspectiva médica exemplificada acima, podemos dizer que a música está relacionada à objetivos terapêuticos, e, no entanto, a musicoterapia “é a única área que utiliza a música como terapia, ou seja, a música aparece como principal instrumento de trabalho do musicoterapeuta [...] e as questões surgem da música e com a música” (SILVA JÚNIOR, 2015, p. 25).

O musicoterapeuta, por sua vez, é o profissional especializado na aplicação da musicoterapia como uma abordagem terapêutica, com conhecimentos teóricos e práticos sobre a música, trabalhando de forma individualizada, adaptando técnicas e intervenções

musicais de acordo com as necessidades de cada pessoa, e possuindo a habilidade de escuta ativa, empatia e sensibilidade para estabelecer uma relação terapêutica de confiança com os pacientes. Dessa forma, segundo Romão (2015), o trabalho de terapia através da música deve conter um planejamento que envolva uma avaliação inicial, anamnese, um processo terapêutico e uma nova avaliação que indicará continuidade ou não do tratamento, podendo a musicoterapia ser integrada à outras práticas em saúde, a compor um tratamento multidisciplinar com o objetivo de melhorar a qualidade de vida das pessoas.

Contudo, alguns fatores existentes num contexto clínico devem ser observados, de acordo com Porto (2007), como, por exemplo, as habilidades e aquisições musicais do paciente são sempre aceitas sem julgamento; ter em vista que o paciente é a prioridade da terapia e não a música; e a experiência musical possui significado para os pacientes e que os mesmos podem usar a música para realizar mudanças significativas em suas vidas.

Nesse contexto, sabemos que existem vários métodos e técnicas utilizadas na musicoterapia e, para tanto, vamos recorrer mais uma vez às reflexões de Bruscia (2016) quanto aos esclarecimentos. Primeiramente, o autor esclarece que método se trata de um tipo particular de experiência musical em que o paciente se engaja com propósitos terapêuticos. Bruscia (2016), portanto, define quatro tipos de métodos, que ele vai chamar de experiências musicais, a saber: 1) improvisação; 2) recriação ou execução; 3) composição; e 4) audição. Romão (2015) complementa também que a escolha das experiências musicais vai depender da abordagem de cada terapeuta e de sua área de trabalho. Ainda, “toda experiência musical minimamente envolve uma pessoa, um processo musical específico e um contexto [e] em musicoterapia, esses componentes estão relacionados integralmente, senão inseparáveis” (BRUSCIA, 2016, p. 116).

De acordo com o autor, de maneira geral, dentro dos quatro tipos de experiência musical, vamos ter a improvisação, constituindo-se como uma criação de melodia, ritmo ou peça instrumental de modo improvisado. Já na recriação, o paciente canta, toca ou executa uma música preexistente ou reproduz algum tipo de forma musical demonstrada. Quanto a experiência musical de composição, o terapeuta auxilia o paciente a escrever canções, letras, peças instrumentais ou um produto musical de acordo com suas capacidades musicais. E por fim, no método de audição, o paciente vai ouvir uma música e responder à experiência seja em silêncio, verbalmente ou de outro modo.

Dessa forma, podemos ter uma noção da abrangência e possibilidades que estes métodos ou experiências musicais podem proporcionar dentro da musicoterapia, permitindo ao paciente explorar, criar, recriar e se conectar com a música. Cada uma dessas experiências musicais oferece uma oportunidade única para o paciente se engajar de maneira terapêutica com a música, estimulando a expressão, a comunicação, seu crescimento emocional e o bem-estar geral.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do entendimento e das reflexões trazidas sobre o papel da música na saúde e no bem-estar humano, traçando uma linha sob a perspectiva histórica e conceituando termos e expressões inerentes deste artigo, pudemos perceber sua vasta utilização, funções e relevância desde a Antiguidade até os dias atuais, sendo uma forma de expressão artística e cultural.

Inicialmente, a música desempenhava um papel central em rituais religiosos, cerimônias e celebrações, para elevar o estado de espírito, transmitir mensagens sagradas e promover interações sociais. Acreditava-se que a música tinha o poder de curar, acalmar e rejuvenescer o corpo e a mente. A musicoterapia é baseada nessa crença e se concentra em utilizar a música para ajudar a tratar uma variedade de condições de saúde mental e física, além dos benefícios na área social. Sendo assim, a música é uma parte fundamental da cultura humana e tem sido praticada ao longo da história nas sociedades.

Assim, compreendemos que música, saúde e terapia são conceitos interligados de diversas maneiras. E a musicoterapia é uma prática reconhecida que utiliza a música como ferramenta terapêutica para melhorar o bem-estar físico, emocional e social das pessoas, utilizando-se de métodos ou experiências musicais específicas para tanto, por meio da improvisação, da execução, da composição e da audição. O musicoterapeuta, portanto, é o profissional habilitado na abordagem terapêutica da música, sabendo realizar as intervenções e utilizações das experiências musicais necessárias e personalizadas para cada paciente, com o objetivo de melhoria da saúde em diferentes aspectos desejados.

Por fim, temos observado o crescente interesse pela área da musicoterapia no Brasil, não somente partindo dos profissionais do campo, mas também de outras áreas de conhecimento, que desejam realizar esse diálogo interdisciplinar em prol da reabilitação e

favorecimento da saúde do ser humano. Essa expansão pode ser notada haja vista o número significativo de profissionais formados e as crescentes pesquisas realizadas na área ultimamente, além da diversidade de contextos em que a musicoterapia pode ser aplicada de maneira qualificada e responsável. Com isso, a proposta deste artigo não esgota os debates sobre o tema, mas apenas ilumina acerca de algumas compreensões, provocando novas pesquisas e reflexões na direção da música enquanto valiosa matéria-prima de promoção de saúde e bem-estar das pessoas.

REFERÊNCIAS

BARCELLOS, Lia Rejane Mendes; SANTOS, Marco Antonio Carvalho. A Musicoterapia no Brasil. **BRJMT Revista Brasileira de Musicoterapia**, n. 32, p. 4-35, 2021. ISSN 2764-5541. Disponível em:

<https://musicoterapia.revistademusicoterapia.mus.br/index.php/rbmt/article/view/378/339>. Acesso em: 10 jun. 2023.

BRUSCIA, Kenneth E. **Definindo Musicoterapia**. 3. ed. University Park, IL: Barcelona Publishers, 2016.

DIAS, Franciane. **Dos Bailes aos Funerais: Representações da Philarmônica 21 de Setembro no Jornal O Pharol (Petrolina-PE, 1915-1989)**. 2022. 190 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade de Pernambuco, Petrolina, 2022. Disponível em: <https://w2.solucaoatrio.net.br/somos/upe-ppgfppi/index.php/pt/mestrado-profissional/dissertacoes-mestrado-profissional>. Acesso em: 14 jun. 2023.

OLIVEIRA, Clara Costa; GOMES, Ana. **Breve história da musicoterapia, suas conceptualizações e práticas**. Disponível em: <https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/39982>. Acesso em: 15 abr. 2023.

PORTO, Rebeca Fogaça. **A música na formação do musicoterapeuta**. 2007. 115 f. Trabalho de Conclusão de Curso – Curso de Musicoterapia. Faculdades Metropolitanas Unidas, São Paulo, 2007. Disponível em: <https://musicaeinclusao.files.wordpress.com/2013/06/musica-na-formacao-do-musicoterapeuta.pdf>. Acesso em: 15 abr. 2023.

ROMÃO, Suzanne Liselee Schulz. **Os diferentes caminhos da música – um olhar sobre a musicoterapia**. Disponível em: <https://www.unoeste.br/site/enepe/2015/suplementos/area/Humanarum/Artes/OS%20DIFERENTES%20CAMINHOS%20DA%20M%C3%9ASICA-%20UM%20OLHAR%20SOBRE%20A%20MUSICOTERAPIA.pdf>. Acesso em: 10 jun. 2023.

SILVA JÚNIOR, José Davison da. **Interfaces entre musicoterapia e bioética**. 1. ed. Curitiba, PR: CRV, 2015.