



**CENTRO UNIVERSITÁRIO LS
GRADUAÇÃO EM FISIOTERAPIA**

Anna Beatriz de França Alves
Laryssa Sousa Chaves
Yasmin Santana dos Santos

**Musicoterapia e a Reabilitação Fisioterápica:
Uma Revisão Bibliográfica**

**Brasília-DF
2024**

Anna Beatriz de França Alves
Laryssa Sousa Chaves
Yasmin Santana dos Santos

**Musicoterapia e a Reabilitação Fisioterápica:
Uma Revisão Bibliográfica**

**Artigo apresentado como requisito
parcial para obtenção do título de
Bacharel em Fisioterapia, pelo Curso de
Graduação em Fisioterapia do Centro
Universitário (UniLS).**

Orientador (a): Prof.Dra. Georgia Danila Fernandes D'Oliveira

**Brasília
2024**

Musicoterapia e a Reabilitação Fisioterápica: Uma Revisão Bibliográfica

Anna Beatriz de França Alves

Laryssa Sousa Chaves

Yasmin Santana dos Santos

Resumo: Foi realizada uma revisão bibliográfica de artigos sobre musicoterapia dos últimos 7 anos que estudam as influências sonoras na sociedade antiga e atual. A música é um conjunto harmonioso de ondas sonoras e ritmos que interfere diretamente no bem-estar e na saúde, uma vez que essas ondas conseguem alterar as transmissões neurais no corpo humano, presentes no sistema nervoso central, proporcionando um melhor desenvolvimento da neuroplasticidade trazendo benefícios para os pacientes submetidos à técnica. Dessa forma, alguns estudos apontam os benefícios no uso terapêutico de estímulos sonoros nas áreas emocionais, físicas, cognitivas e comportamentais para prevenção, manutenção e/ou melhoria da saúde. É bastante utilizado por uma equipe com multiprofissionais, em doenças e síndromes como o Parkinson, AVC – Acidente Vascular Cerebral, ataxia, ansiedade, depressão e associado com outras terapias com objetivo de facilitar a reabilitação de pacientes, uma vez que os sintomas físicos são reduzidos, além de proporcionar alívio nos sintomas psicológicos. A musicoterapia é um método individualizado, ou seja, cada paciente recebe um protocolo específico para seu tratamento, de acordo com o seu histórico médico e relatos. Sendo assim, a música utilizada nessas sessões são analisadas para que a frequência sonora, o tempo e o volume estejam adequados à necessidade do paciente a ser atendido, podendo sofrer alterações durante o encontro, ou mesmo ao decorrer do processo terapêutico. Esse tratamento pode ocorrer tanto de forma individual, como coletiva, e com métodos ativos e/ou passivos, a depender do indicado pela equipe de fisioterapia, já que as relações interpessoais podem auxiliar na intervenção.

Palavras-chave: musicoterapia; reabilitação; neuroplasticidade; bem-estar; emocional; fisioterapia; protocolos de tratamento; qualidade de vida.

INTRODUÇÃO

A música está presente em todas as fases da vida, desde a infância até a velhice, marcando os momentos de alegria e tristeza, sempre auxiliando no bem-estar e na expressividade do ser humano (CARDOSO; BAQUIÃO, 2022).

Estudos apontam que as ondas sonoras são capazes de alcançar objetivos terapêuticos, os quais podem ser de prevenção, manutenção e melhoria da saúde física, mental, emocional e social dos indivíduos. Por conseguinte, a musicoterapia se tornou uma prática utilizada na saúde por uma equipe multiprofissional, no qual se faz o uso da música e de experiências rítmicas para o tratamento e prevenção de doenças (UBAM, 2018) (ALEIXO et al., 2022).

No processo de tratamento é possível identificar sua eficácia nas funções motoras, na coordenação, na marcha e na parte cognitiva. Uma vez que as técnicas utilizam transmissões sonoras que conseguem induzir alterações no sistema nervoso central, promovendo ajustes na atividade das ondas cerebrais e o aumento da neuroplasticidade - capacidade do cérebro de criar novas conexões neurais para se adaptar -, facilitando os processos de reabilitação cognitiva e física (BORGES et al., 2020).

A musicoterapia e a fisioterapia podem ser aplicadas em conjunto na reabilitação ortopédica, neurológica, respiratória, na terapia intensiva, dentre várias outras. Na fisioterapia, o método musicoterápico atua também como uma alternativa preventiva, pois age diretamente no centro nervoso, coordenando mentalmente de forma ágil, resultando em um tratamento eficiente (SILVA et al., 2022).

O contato com as emoções encoraja a interação entre profissionais e pacientes. Dessa forma, essa terapia alternativa surge como uma tática promissora para também diminuir os sintomas de distúrbios mentais (IBIAPINA et al. 2022).

As pesquisas alegam uma maior adesão à musicoterapia por pacientes adultos que estão internados para o tratamento de doenças e transtornos mentais. Uma vez que os resultados têm se manifestado positivos, já que o relaxamento físico e mental se

mostrou mais atenuante. Ademais, os sintomas presentes especificamente na ansiedade e depressão apresentaram uma diminuição considerável, tendo em vista o bem-estar provocado pela estimulação sonora (NOGUEIRA et al.,2023).

A musicoterapia é feita de maneira individualizada, deve haver uma avaliação e interação com o paciente para que haja um direcionamento correto em como usar a técnica para um tratamento eficaz, podendo ser feita com sons específicos, passivamente ou ativamente tendo interação entre o terapeuta e o indivíduo, sendo individual ou em grupo (OLIVEIRA et al. 2022).

Portanto, o propósito deste estudo é explorar como a música pode ser empregada como ferramenta na reabilitação fisioterapêutica, como também, buscar entender a interação da música no cérebro e como ela afeta a parte motora, a cognição e as emoções humanas.

OBJETIVO GERAL

Este trabalho tem como objetivo investigar como a música pode ser utilizada como recurso terapêutico, analisando sua aplicação no cenário clínico, visando contribuir para compreensão de como a música pode ser integrada nas práticas clínicas, e também apresentar os benefícios e os efeitos fisiológico que a música traz e estimula no corpo e na mente.

METODOLOGIA

As buscas foram realizadas a partir de agosto de 2024 nas bibliotecas de dados: PubMed (United States National Library of Medicine), BVS (Virtual Health Library), Scientific Eletronic Library Online (SciELO) e PEDro (Physiotherapy Evidence Detabase). Foram pesquisados os termos: musicoterapia (music therapy), musicoterapia na fisioterapia (music therapy in physiotherapy) e o efeito da musicoterapia no cérebro (effect of music therapy on the brain). Os critérios de inclusão compreenderam publicações em português inglês e espanhol, publicados nos últimos 07 anos (2016 - 2024), (Abrimos exceção somente para um artigo de 2006, porque somente nele apresenta a explicação da frequência sonora),que disponibiliza o artigo na íntegra e de forma gratuita, o que resultou na obtenção de 412 estudos, sendo 386 na Pubmed, na BVS 11, na SciELO 12 e 3 na plataforma

PEDro com parâmetros de score 5/10. No processo de triagem, artigos e métodos de ensino e que não pertinentes ao tema, foram excluídos com base nos títulos e resumos. Sendo excluído 380 artigos, resultando em 32 artigos selecionados e incluídos na revisão bibliográfica e mantidos apenas temas relacionados ao objetivo da pesquisa com 19 artigos na Pubmed, 8 na SciELO e 5 artigos na BVS.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A musicoterapia tem mostrado efeitos benéficos no cérebro, influenciando diversas áreas ligadas à cognição e ao emocional, os quais ocasionam uma melhor qualidade de vida. A música tem o potencial de estimular a neuroplasticidade – desde o desenvolvimento gestacional –, uma vez que ativa várias áreas do cérebro, como: córtex motor, auditivo, áreas associativas e sistema límbico. Ademais, a música instiga também a regulação da atividade cerebral, e auxilia no tratamento de diversas condições, como as enfermidades neurodegenerativas. Nessas disfunções, a recuperação motora e cognitiva ocorre por meio da reorganização das redes neurais (Oliveira et al. 2016) (Pereira et al, 2018).

A musicoterapia pode modificar as respostas hormonais ao estresse por diminuir os níveis de cortisol (o hormônio do estresse), indicando que a música tem um efeito no sistema nervoso autônomo, favorecendo o relaxamento e a regulação emocional em patologias neurológicas e em transtornos que envolva uma desregulação das emoções no ser humano (TAETS et al., 2019).

A fisioterapia em conjunto com o método musicoterápico, auxiliam na recuperação do paciente desde o início do tratamento, uma vez que aprimoram o movimento e o equilíbrio – evitando a atrofia dos músculos –, procedem com o exercício da memória, linguagem e comunicação, além de trabalhar a parte emocional do paciente. Condições como, ataxia, trauma cranioencefálico (TCE), acidente vascular encefálico (AVE), paralisia cerebral e Parkinson, são beneficiados com essa colaboração (SILVA et al.,2022).

Em relação às ataxias, a música auxilia no reequilíbrio da coordenação motora através do aprimoramento de competências rítmicas. A estimulação musical em pacientes com traumatismo cranioencefálico contribui para a recuperação das funções cognitivas e motoras, favorecendo a reestruturação da memória e dos

movimentos. A musicoterapia auxilia pacientes com AVC - Acidente Vascular Cerebral - a melhorar a mobilidade, o humor e a qualidade de vida, promovendo a neuroplasticidade. No cuidado com a paralisia cerebral, a música promove a expressão pessoal, a interação social e o aprendizado, ademais, a estimulação rítmica auditiva, ativa a musculatura e promove a estimulação das vias motoras auditivas (SILVA et al.,2022).

Em relação à doença de Parkinson, a alternativa de tratamento com a musicoterapia é a utilização da dança para melhorar a coordenação motora, marcha e o equilíbrio, além de reduzir a rigidez muscular. Por conseguinte, os estímulos sonoros auxiliam também nas habilidades cognitivas, como autocontrole, ajuste motor e a memória espacial. Dessa maneira, a ansiedade é reduzida, promovendo melhora na estabilidade postural estática e dinâmica. A musicoterapia neurológica apresenta três domínios na reabilitação: sensório-motora, da linguagem e na parte cognitiva (Pereira APS. et al, 2019).

A musicoterapia melhora não apenas a mobilidade, mas também contribui para o equilíbrio dos pacientes durante o processo de reabilitação, uma das áreas mais afetadas em pacientes com patologias neurológicas. O sistema límbico é responsável pelo ajuste rítmico e está diretamente conectado com as áreas emocionais do cérebro. Ao estimular essa região com a música, é possível desencadear uma resposta emocional positiva, o que contribui para uma melhora geral no estado do paciente, tanto em termos físicos quanto emocionais (CARDOSO, BRAQUIÃO 2017).

A música oferece um meio de escape e alívio, permitindo que os pacientes expressem suas emoções de maneiras que podem ser difíceis em outras circunstâncias. Essa expressão pode se manifestar por meio do canto, da dança ou mesmo da simples escuta, proporcionando um espaço seguro para a manifestação de sentimentos (CARDOSO, BRAQUIÃO 2017).

Portanto, a musicoterapia está ligada à gestão de comportamentos, emoções, sentidos e ao processamento sensório-motor. Neste cenário, ao recuperarem competências e aprimorarem suas capacidades, ele favorece o aprimoramento do autoconhecimento e da interação social, resultando em uma integração intrapessoal e interpessoal aprimorada e, conseqüentemente, em uma vida de maior qualidade,

seja através da prevenção, reabilitação ou tratamento de distúrbios mentais (JUNIOR et al.,2022).

Frequentemente, pacientes com dor crônica manifestam sintomas de ansiedade e depressão devido a uma combinação de elementos fisiológicos, emocionais e comportamentais que interagem de forma intrincada (IBIAPINA ET AL.,2022). A musicoterapia diminui essas manifestações por meio do aumento das redes de ínsula, evidenciando a intervenção da música em alterações significativas no córtex insular, o qual proporciona alívio na dor, percepção emocional, melhora da atenção, informações verbais, motoras, entradas relativas à música, além dos 5 sentidos presentes no nosso corpo (JUNIOR et al., 2022).

Devido à sua habilidade de facilitar a expressão das emoções, a musicoterapia se apresenta como uma abordagem promissora e adicional ao cuidado convencional de saúde (HAGEMANN et al., 2019).

Durante a musicoterapia, o tempo, o volume e a frequência sonora (Hz) podem mudar de acordo com o objetivo terapêutico, a condição do paciente e o tipo de música empregada. O tempo e quantidade semanal de cada sessão de musicoterapia pode variar entre 30 e 60 minutos, tudo dependerá do paciente e da intervenção proposta (HAMEL, 2006).

A música pode influenciar na frequência cardíaca e isso pode ser usado de forma intencional na terapêutica criada. Estilos musicais mais lentos e tranquilos podem diminuir a frequência cardíaca e promover o relaxamento, ao passo que músicas com ritmos acelerados podem estimular a atividade e elevar a frequência cardíaca (PIRES et al., 2021).

CONCLUSÃO

Portanto, a musicoterapia é um recurso promissor na reabilitação fisioterapêutica, trazendo benefícios físicos, emocionais e cognitivos. A música, ao estimular a neuroplasticidade, tem um papel fundamental na recuperação de pacientes com enfermidades neurológicas, ortopédicas e respiratórias, além de ajudar a lidar com a dor e com distúrbios emocionais, como ansiedade e depressão.

A união da musicoterapia com a fisioterapia favorece o desenvolvimento de habilidades motoras, cognitivas e de coordenação, além de promover o equilíbrio emocional e intensificar a participação dos pacientes no tratamento. A correlação com a música, seja de forma passiva ou ativa, contribui para a reestruturação das redes neurais e a restauração de funções cognitivas.

Além do que, o impacto terapêutico da música no sistema nervoso autônomo, diminui os níveis de cortisol, estimula o relaxamento e controle emocional, contribuindo para uma recuperação. A musicoterapia se apresenta como uma estratégia não farmacológica eficiente, com múltiplas utilizações em variados contextos clínicos, contribuindo consideravelmente para o aprimoramento da qualidade de vida dos pacientes.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICA

ALEIXO, M. A. R. et al. **Active music therapy in dementia: results from an open-label trial**. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, 21 fev. 2022.

Borges,Junior,Blanch.**NEUROCIÊNCIA DA MÚSICA E AÇÕES DA MUSICOTERAPIA NOS TRANSTORNOS MENTAIS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**. 2020.Goiânia. Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/2093/1/Neuroci%C3%A4ncia%20da%20m%C3%B4scia%20e%20a%C3%A7%C3%B5es%20da%20musicoterapia%20nos%20transtornos%20mentais%20uma%20revis%C3%A3o%20sistem%C3%A1tica.pdf> . Acesso em: 16 jul.2024.

CARDOSO¹, C.; BAQUIÃO², L. **MUSICOTERAPIA, UM RECURSO TERAPÊUTICO PARA IDOSOS COM COMPROMETIMENTO COGNITIVO**. [s.l: s.n.]. Disponível em: <<https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2023/05/MUSICOTERAPIA-UM-RECURSO-TERAP%C3%80UTICO-PARA-IDOSOS-COM-COMPROMETIMENTO-COGNITIVO-p%C3%A1g-349-a-382.pdf>>.

CORREIA, A.; CARVALHO, I.; PEIXOTO, M. J. **Musicoembriologia: qual o impacto no neurodesenvolvimento infantil**. Nascer e Crescer, v. 25, n. 3, p. 159–162, 2016.

DE PAULA, A.; ALVES JÚNIOR², R.; TORRES, G. **NEUROCIÊNCIA DA MÚSICA E AÇÕES DA MUSICOTERAPIA NOS TRANSTORNOS MENTAIS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA** **NEUROSCIENCE OF MUSIC AND ACTIONS OF MUSIC THERAPY IN MENTAL DISORDERS: A SYSTEMATIC REVIEW**. [s.l: s.n.]. Disponível em: <<https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/2093/1/Neuroci%20da%20m%20bascia%20e%20a%20a7%20b5es%20da%20musicoterapia%20nos%20transtornos%20mentais%20uma%20revis%20sistem%20a1tica.pdf>>. Acesso em: 15 out. 2024.

HAGEMANN, P. DE M. S. et al. **The effect of music therapy on hemodialysis patients' quality of life and depression symptoms**. Brazilian Journal of Nephrology, v. 41, n. 1, p. 74–82, 1 mar. 2019.

HAMEL, N. **MUSICOTERAPIA: A ESCUTA TERAPÊUTICA DA LINGUAGEM MUSICAL**. 2006 Disponível em: <<https://musicoterapia.revistademusicoterapia.mus.br/index.php/rbmt/article/view/306?articlesBySimilarityPage=2#articlesBySimilarity>>. Acesso em: 10 out. 2024.

IBIAPINA, A. R. DE S. et al. **Efeitos da musicoterapia sobre os sintomas de ansiedade e depressão em adultos com diagnóstico de transtornos mentais: revisão sistemática**. Acta Paulista de Enfermagem, v. 35, 2022.

JUNIOR, R. **Neurociência da música e ações da musicoterapia nos transtornos mentais: uma revisão sistemática**. Disponível em: <<https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/11161/7248>>. Acesso em: out. 18DC.

NOGUEIRA, A. J. DA S.; SILVA, M. K. DE L.; PACHÚ, C. O. **O uso da musicoterapia como uma ferramenta terapêutica na área da saúde**. Research, Society and Development, v. 12, n. 1, p. e9612139377, 2 jan. 2023

OLIVEIRA, Gleisson. et al. **Música e autismo: Ideias em contraponto**. Belo Horizonte- MG: UFMG,2022.

PEREIRA, A. P. S. et al. **Music Therapy and Dance as Gait Rehabilitation in Patients With Parkinson Disease: A Review of Evidence**. Journal of Geriatric Psychiatry and Neurology, v. 32, n. 1, p. 49–56, 17 dez. 2018.

Pereira APS, Marinho V, Gupta D, Magalhães F, Ayres C, Teixeira S. **Musicoterapia e dança como reabilitação da marcha em pacientes com doença de Parkinson: uma revisão de evidências.** Journal of Geriatric Psychiatry and Neurology . 2019;32(1):49-56. doi: 10.1177/0891988718819858

SILVA, I. de O. e.; RITA, A. B. S.; SILVA, K. C. C. da. **A utilização da musicoterapia na reabilitação funcional.** Research, Society and Development, [S. l.], v. 11, n. 7, p. e2511729622, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i7.29622. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/29622>. Acesso em: 14 out. 2024.

TAETS, G. G. D. C. et al. **Efeito da musicoterapia sobre o estresse de dependentes químicos: estudo quase-experimental.** Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 27, p. e3115, 17 jan. 2019.

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