

Musicoterapia em Pessoas com Demência

Este texto baseia-se numa intervenção realizada em Novembro de 2015, nos 2º Encontros de Profissionais intitulado "Cuidados a prestar na demência- uma abordagem prática e integrada", promovido pelo Gabinete Cuidar Melhor, da Associação Alzheimer Portugal.

Começo por falar sobre a intervenção que venho desenvolvendo na Casa do Alecrim, equipamento da Associação Alzheimer Portugal. Nesta instituição, a musicoterapia é uma intervenção complementar que se desenvolve integrada numa equipa pluridisciplinar e faz atualmente parte integral dos cuidados de saúde prestados às Pessoas com demência, clientes quer em regime de centro de dia, quer em regime residencial. Na Casa do Alecrim, a intervenção de musicoterapia abrange praticamente todos os clientes (cerca de 52), e nesta área de intervenção sou confrontada com constantes desafios de participação e de inclusão das Pessoas.

A minha prática em musicoterapia iniciou-se em 2006 e das intervenções que venho realizando nesta área verifico que a musicoterapia é uma intervenção muito inclusiva, muito facilitadora de empatia e que permite prosseguir objectivos terapêuticos da forma menos directiva possível.

Neste tipo de intervenção a reflexividade assume particular importância, a reflexividade enquanto esforço contínuo de tomada de consciência, de observação, avaliação e, quando necessário, modificação do trabalho desenvolvido com o cliente. Acaba por ser um confronto interno, de ponderação, atenuado por via de uma meta-perspectiva, mas também através da supervisão e da reflexão com outros colegas.

Nesta sequência, foi muito importante para mim a presença de Robin Rio, musicoterapeuta e professora de musicoterapia na Universidade do Arizona, EUA que amavelmente, ao vir a Lisboa lecionar um módulo no mestrado de musicoterapia da Universidade Lusíada de Lisboa, se disponibilizou para, em Junho de 2010, acompanhar o meu trabalho, que na altura desenvolvia no centro de Dia de Lisboa da Alzheimer Portugal.

Na altura Robin salientou a importância do uso da voz e da utilização de música ao vivo, salientando os inúmeros benefícios no cantar: relaxa, aumenta a profundidade da respiração e estimula fisicamente. A própria rima utilizada na maioria das canções ajuda a organizar.

Efetivamente, a recriação tem vindo a ser a experiência musical que mais utilizo com esta população e, enquanto experiência ativamente realizada, tem revelado inúmeros benefícios nesta área. Verifico também que mesmo quando o uso da linguagem já está comprometido, a Pessoa, por vezes, consegue cantar uma canção acompanhando espontaneamente

com a letra, sugerindo que o cérebro é ativado em áreas ainda preservadas (Cuddy et al., 2012) .

Em relação às diversas experiências musicais, eu diria que a recriação e a improvisação são experiências musicais muito importantes nesta área, porque são as que mais facilitam o encontro e o preenchimento das necessidades psicossociais das Pessoas com demência.

Este é o objetivo primeiro, principal da musicoterapia na área das demências: preencher as necessidades psicossociais da Pessoa, mesmo nas fases mais avançadas da demência, objetivo que nos vem da integração, na musicoterapia, da abordagem sensível e humanista formulada por Kitwood.

Esta perspectiva humanista que veio revolucionar a área dos cuidados de saúde a prestar à Pessoa com demência pressupõe o reconhecimento da Pessoa na sua total humanidade, na sua singularidade, mas a Pessoa também enquanto ser social, inserido num grupo social, a quem se deve reconhecimento, respeito e confiança. Devendo-se para tanto, celebrar-se o que há de comum entre nós, seres humanos, nomeadamente *a centralidade da relação*.

Kitwood no seu livro *Dementia Reconsidered* (1997) refere como exemplo a musicoterapia como uma intervenção onde estão presentes simultaneamente vários tipos de interações, todas importantes para a prossecução do referido objetivo. Nesta perspectiva humanista da musicoterapia, mais do que a utilização da música como estímulo, pretende-se o encontro musical e emocional com a Pessoa, como? a experiência de vida e o passado da Pessoa são fundamentais, mas o significado da experiência, da presente situação e as possibilidades desse momento não devem ser subvalorizadas. E a utilização da voz – mais uma vez a importância do cantar - surge como algo que está intimamente relacionada com a emoção e com o envolvimento social, fundamentais para o reconhecimento do Outro.

É neste âmbito que saliento o *toque*. Aliarmos ao estímulo musical também o estímulo sensorial é por vezes fundamental, mormente com o avançar da demência, em que o toque assume crescente importância. Verifico que muitas vezes dar as mãos enquanto se canta ou se dança, tocar nos braços com pressões leves seguindo a pulsação da canção, podem favorecer a mobilização interna que nós queremos que aconteça naquela Pessoa.

Temos presente que se trata de uma doença degenerativa, irreversível e por isso, muitas vezes uma melodia inicialmente excelente

para se dançar e cantar em conjunto transforma-se gradualmente numa quase canção de embalar...

Referências

Cuddy, L., Duffin M., Gill S. Brown L., Sikka, R. & Vanstone, D. (2012). Memory for melodies and lyrics in Alzheimer's disease. *Music Perception*, 29(5), 479-491.

Prickett, C. & Moore, R. (1991). The use of music to aid memory of Alzheimer's patients. *Journal of Music Therapy*, 28(2), 101-110.

Ridder, H. & Wheeler, B. (2015). Music Therapy for Older Adults. In B. Wheeler (Ed.) *The music therapy handbook* (pp.367-378). New York London: The Guildford Press.

Young, L. (2013). Persons with Alzheimer's Disease and other Dementias. In L. Eyre (Ed.), *Guidelines for music therapy practice in mental health*. Chapter 21. Barcelona Publishers: Electronic edition by Antrik ExPress.