



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS FARMACÊUTICAS
PROGRAMA DE EDUCAÇÃO TUTORIAL (PET-FARMÁCIA)

**3ª CONSULTORIA ACADÊMICA – ÁREA: PRÁTICAS INTEGRATIVAS E
COMPLEMENTARES EM SAÚDE**

Bolsista: Carolaine Amaral de Andrade Melo - Graduada do 3º período
Orientada por: Profa. Dra. Maria Eleonora Montenegro de Souza

**A UTILIZAÇÃO DO CANTO GREGORIANO NA SAÚDE: TERAPIA
COMPLEMENTAR NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE**

JUSTIFICATIVA

O modelo de saúde vigente no Brasil (modelo biomédico) possui caráter mecanicista, pautado na resolução de problemas de saúde a partir da perspectiva biológica. Esse modelo é falho ao suprir as necessidades da população, pois depende de tecnologias avançadas para o cuidado em saúde, desfavorecendo a pessoas mais pobres. Além disso, não possibilita a promoção da saúde e o cuidado integral do indivíduo nas esferas física, mental e social (TESSER, 2009). Em contrapartida, as Práticas Integrativas e Complementares surgem para preencher as lacunas do cuidado em saúde, dentre as quais encontra-se a musicoterapia. Esse trabalho tem o objetivo de apresentar a musicoterapia, especificamente o Canto Gregoriano, aos profissionais da área da saúde como uma ferramenta complementar no controle da ansiedade.

INTRODUÇÃO

A musicoterapia é uma área multidisciplinar que resulta da contribuição de saberes da medicina, música, enfermagem, psicologia, psicoterapia, dentre

outros. Sua definição perpassa a ideia do uso profissional da música como ferramenta de intervenção em ambientes diversos a fim de promover melhorias na qualidade de vida e beneficiar o contexto físico, social, comunicativo e intelectual, assim como a saúde espiritual e o bem-estar (NASCIMENTO, 2020).

A utilização da música no tratamento de enfermidades remonta a história da humanidade. Platão e Aristóteles são considerados precursores da musicoterapia: o primeiro “recomendava a música para a saúde da mente e do corpo”, enquanto que o segundo “descrevia seus benéficos efeitos nas emoções incontroláveis e para provocar a catarse das emoções” (LEINING, 1977, p. 15 apud OLIVEIRA; GOMES, 2014). Ademais, a medicina e a música são unidas no deus Apolo, o qual era um dos deuses do Olimpo mais invocados pelos mortais por pertencer à arte e à cura. Esse fato evidencia, no Ocidente, a valorização da musicoterapia já na cultura grega (OLIVEIRA; GOMES, 2014).

No século passado, durante a Segunda Guerra Mundial, empregou-se a música na reabilitação de soldados egressos, cujos estados físico e emocional foram melhorados após esse tratamento, o que incentivou o desenvolvimento de pesquisas na área. Em 1950 houve a criação da National Association for Music Therapy, a partir da qual iniciou-se o treinamento para musicoterapeutas nas universidades americanas. Essa área de atuação chega ao Brasil em meados de 1970 na Faculdade de Educação Musical do Paraná (atualmente Universidade Estadual do Paraná) e também é reconhecida como graduação pelo Ministério da Educação desde 1978 (ARNDT; MAHEIRIE, 2019).

CANTO GREGORIANO: UM BREVE RELATO NO TEMPO

A história do Canto Gregoriano ou cantochão acompanha o desenvolvimento litúrgico da Igreja Católica Apostólica Romana. A tradição de cantar a Escritura no culto divino, como os Salmos e as Crônicas, deriva dos costumes hebraicos que antecedem a era cristã. Desde essa época é possível observar os efeitos positivos do canto religioso na saúde das pessoas mediante o exemplo de Davi que aplaca as tormentas do Rei Saul ao tocar harpa (COSTA, 2018).

No decorrer do tempo a Igreja Primitiva se apropriou do canto das Escrituras e dos hinos com a finalidade de propagar as doutrinas cristãs, louvar

a Deus e disponibilizar formas musicais para os recém convertidos – para que esses não fossem confundidos espiritualmente pelas músicas gregas e romanas que honravam seus respectivos deuses (COSTA, 2018). Nesse contexto, a história do Canto Gregoriano pode ser dividida em quatro períodos: 1) Formação (séculos IV – VI); 2) Apogeu e difusão (séculos VI – XIII); 3) Decadência (século XIII à primeira metade do século XIX); 4) Restauo (a partir da segunda metade do século XIX até aos dias atuais) (FERNANDES, 2015).

Em relação ao Ocidente, a história da música é majoritariamente contada a partir da difusão da música cristã. Esse gênero musical foi inserido à tradição cristã ocidental por São Hilário de Poitiers († 367) e teve o uso consagrado por Santo Ambrósio, o qual é considerado pai da hinódia ocidental (340 – 397). Cabe destacar que o Canto Gregoriano recebeu esse nome em homenagem ao Papa São Gregório Magno, o qual exerceu o papado de 590 a 604, após esse ter organizado o repertório musical da época para a definição do Cânon Romano – utilizado no rito latino (SEIÇA, 2012).

CANTO GREGORIANO COMO REDUTOR DE ANSIEDADE: SAÚDE BASEADA EM EVIDÊNCIAS

A proposta de escolha do Canto Gregoriano para o tratamento da ansiedade baseia-se nas características singulares desse gênero musical: 1) os sons são expressos de acordo com a frequência respiratória, não a sobrepujando; 2) há acentuação das palavras em latim, o que fixa a atenção do público; 3) a linha musical é sustentada, ou seja, o ritmo é contínuo e não cansa o ouvinte pela espera de momentos de tensão ou clímax (ALMEIDA; SILVA, 2012).

A audição de música lenta induz ao relaxamento, pois estimula a glândula hipófise, causando a liberação de endorfina que atua na diminuição da dor e, conseqüentemente, do uso de analgésicos. Além disso, a música possivelmente reduz os níveis séricos de catecolaminas (dopamina, adrenalina e noradrenalina), o que leva à diminuição da frequência cardíaca e pressão arterial (HATTEM; LIRA; MATTOS, 2006). Por outro lado, repetições longas na música, como ocorre no Canto Gregoriano, são capazes de esvaziar a mente humana e produzir a sensação de atemporalidade no indivíduo, ao passo que a música sacra pode ser considerada a divisão entre o tempo natural e o infinito ou a

eternidade (GOLDMAN, 2009; SILVA et al., 2017). Tais propriedades são interessantes para o tratamento da ansiedade.

Em uma dissertação de mestrado apresentada por Ana Paula Almeida à Universidade de São Paulo, analisa-se a alteração do estado de ansiedade de mães acompanhantes de crianças hospitalizadas, após audição do Canto Gregoriano. A amostra foi de 56 mães, das quais 28 concluíram a pesquisa (devido a desistências e altas do hospital); tais acompanhantes foram submetidas a duas audições de Canto Gregoriano com intervalo de 48 horas entre elas e 20 minutos de duração cada. A ferramenta utilizada para mensurar o nível de ansiedade foi o Inventário de Diagnóstico de Ansiedade Traço-Estado (IDATE), o qual foi respondido pelas participantes antes e depois de cada audição (ALMEIDA, 2010).

Antes da primeira audição (n=56) 25 mães apresentaram escore moderado de ansiedade e 17 escore elevado; após essa audição (n=49) 31 mães possuíam escore moderado e 11 escore baixo. Em seguida aplicou-se novamente o IDATE antes da segunda audição (n=48) e obteve-se escore moderado em 16 participantes e escore elevado em 7 (nessa etapa houve perda de n=20). Ao final dessa audição (n=28) 18 participantes estavam com escore moderado e 6 escore baixo (ALMEIDA, 2010).

Ao analisar individualmente as 28 mães que concluíram o estudo, 16 referiram-se ao Canto Gregoriano como gênero musical relaxante e 8 mães tiveram seus estados de ansiedade reduzidos após as duas audições musicais. Entretanto 9 mães obtiveram aumento nos estados de ansiedade quando comparados ao início da pesquisa, aos quais atribui-se piora no quadro clínico dos filhos, expectativa por exames laboratoriais e problemas familiares. Apesar de não ter sido possível a generalização dos dados devido à variação no número da amostra durante a pesquisa, concluiu-se que o Canto Gregoriano diminuiu o estado de ansiedade de mães de crianças hospitalizadas (ALMEIDA, 2010).

CONCLUSÃO

A utilização da música como ferramenta para o desenvolvimento do ser humano e da sua capacidade de comunicação e relação, existe desde os primórdios da humanidade. Ela é capaz de envolver todo o nosso ser através do

seu ritmo, forma, tom, harmonia e timbre, tornando possível a construção de imagens pela nossa mente e, sugere-se, com potenciais diferenças, de acordo com o tipo de música. (LEÃO, 2002 apud ALMEIDA, 2010, p. 30)

Desde 2017, a musicoterapia faz parte do quadro de opções de tratamentos complementares ofertados pelo Sistema Único de Saúde (SUS), dentro da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PICs), buscando estimular o paciente e promover a melhora da sua saúde e da qualidade de vida.

O Canto Gregoriano integra o culto divino desde o Antigo Testamento e percorre a história da cristandade com o objetivo de propagar doutrinas, louvar a Deus e fortalecer a fé dos membros da Igreja. Entretanto, a utilização desse gênero musical não se restringe à religiosidade, mas é aplicada também como intervenção em saúde, pois estudos recentes em musicoterapia têm averiguado os benefícios da audição de Canto Gregoriano no controle da ansiedade.

REFERÊNCIAS

ALBERTO, M. S. **Introdução ao Canto Gregoriano**. Coimbra, 2012. Disponível em: <http://www.psalterium.com>. Acesso em: 14 dez 2020.

ALMEIDA, A. P. **Canto Gregoriano como redutor de ansiedade das mães de crianças hospitalizadas: estratégia para a enfermagem**. 2010. 105 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem na Saúde do Adulto) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010.

ALMEIDA, A. P.; SILVA, M. J. P. Canto Gregoriano: redutor de ansiedade de mães com filhos hospitalizados. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 25, n. 1, p. 36-42, 2012.

ARNDT, A. D.; MANEIRIE, K. Musicoterapia: dos fazeres biomédicos aos saberes sociocomunitários. **Revista Polis e Psique**, v. 9, n. 1, p. 54-71, 2019.

COSTA, P. H. S. **A prática do Canto Gregoriano no Mosteiro de São Bento de São Paulo**. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em música) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2018.

FERNANDES, R. F. Curso de Canto Gregoriano: apostila básica. 2015. Disponível em: <http://www.gregoriano.org.br/gregoriano/apostilajfora.pdf>. Acesso em: 14 dez 2020.

GOLDMAN, D. P. **Sacred music, sacred time**. 2009. Disponível em: <https://www.firstthings.com/article/2009/11/sacred-music-sacred-time>. Acesso em: 11 dez 2020.

HATEM, T. P.; LIRA, P. I. C.; MATTOS, S. S. Efeito terapêutico da música em crianças em pós-operatório de cirurgia cardíaca. **Jornal de Pediatria**, v. 82, n. 3, p. 186-192, 2006.

NASCIMENTO, L. C. S. Gestalt-musicoterapia no Brasil: explorando o campo. **Revista da Abordagem Gestáltica**, v. 26, n. 1, p. 53-62, 2020.

OLIVEIRA, C. C.; GOMES, A. Breve história da musicoterapia, suas conceptualizações e práticas. **Sociedade Portuguesa de Ciências da Educação (SPCE)**, 2014.

SILVA, V. A. et al. Effects of sacred music on the spiritual well-being of bereaved relatives: a randomized clinical trial. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 51, 2017.

TESSER, C. D. Práticas complementares, racionalidades médicas e promoção da saúde: contribuições poucos exploradas. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 25, p. 1732-1742, 2009.

PET-Farmácia