UFMG – UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
IDALMO JONATAN CASTRO SANTOS

MUSICOTERAPIA COMO AUXILIAR NO COMBATE À COVID-19: POSSIBILIDADES DE PREVENÇÃO E TRATAMENTO DE ANSIEDADE EM IDOSOS DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL

BELO HORIZONTE - MG
2020

UFMG – UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
IDALMO JONATAN CASTRO SANTOS

MUSICOTERAPIA COMO AUXILIAR NO COMBATE À COVID-19: POSSIBILIDADES DE PREVENÇÃO E TRATAMENTO DE ANSIEDADE EM IDOSOS DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL

Ensaio Acadêmico Apresentado à Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG, por meio do evento I Mostra PRAE/DAC de Fomento à Criação, como pré-requisito para o recebimento da bolsa de fomento a criação da UFMG.

BELO HORIZONTE - MG
2020

MUSICOTERAPIA COMO AUXILIAR NO COMBATE À COVID-19: POSSIBILIDADES DE PREVENÇÃO E TRATAMENTO DE ANSIEDADE EM IDOSOS DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL

Idalmo Jonatan Castro Santos[1]

RESUMO

A preocupação básica deste estudo é refletir sobre a importância da musicoterapia para a redução dos níveis de ansiedade em idosos e a possibilidade de oferecer este benefício de forma remota. Este ensaio tem como objetivo apresentar a musicoterapia enquanto meio não farmacológico na prevenção e tratamento da ansiedade em idosos durante o isolamento social. Realizamos uma pesquisa bibliográfica na base de dados da Scielo e em revistas da área da saúde procurando trabalhos que tenham evidenciado a eficácia da musicoterapia em quadros de ansiedade, na promoção da saúde e bem estar de idosos. Como resultado, apresentamos experimentos, ensaios e pesquisas realizadas em diferentes contextos que corroboram para o nosso entendimento de que a musicoterapia é uma opção não farmacológica viável para auxiliar na redução dos níveis de ansiedade. Acreditamos que as novas ferramentas tecnológicas podem contribuir para um possível atendimento remoto de musicoterapia.

Palavras-chave: Covid-19. Musicoterapia. Ansiedade.

Introdução

Este ensaio acadêmico foi financiado pela bolsa de fomento a criação da UFMG. O objetivo do nosso trabalho é discutir sobre um dos meios não farmacológicos na prevenção e no tratamento da ansiedade. Nosso público de interesse são as pessoas do grupo de risco, os idosos, em isolamento social durante a pandemia da Covid-19. Assim, apresentamos pesquisas utilizando a música

[1] Mestre em Música pela UFMG, Especialista em Educação Musical pela UCAM, Especializando em Musicoterapia pelo IPB e possui licenciatura em Música pela UFSJ.

enquanto auxiliar terapêutico em diferentes contextos, refletindo sobre a possível adaptação para o trabalho remoto.

Para lograr êxito em tal objetivo, propomos uma revisão bibliográfica, com consulta a base de dados da Scielo e a outras bases nacionais e internacionais da área da saúde, considerando trabalhos acadêmicos que tenham como foco a musicoterapia na prevenção e/ou tratamento da ansiedade e na promoção de saúde aos idosos. Além disso, faremos inferências, projetando possíveis resultados no contexto da Covid-19, ou pandemias semelhantes no futuro, com base em casos descritos na bibliografia consultada. Por fim, apontaremos recursos musicais e tecnológicos que podem proporcionar o acesso a estímulos sonoros benéficos ao público alvo, considerando o isolamento social.

Nesta perspectiva, construímos as seguintes questões que nortearam este trabalho:

- A musicoterapia pode contribuir para a diminuição dos níveis de ansiedade em idosos?
- Como os idosos em isolamento social podem cuidar de sua saúde emocional por meio da musicoterapia?
- Quais as ferramentas e/ou estratégias podem ser adotadas para um contato terapêutico com a música mesmo em isolamento social?

Pesquisas desde o período pós segunda guerra mundial têm apontado para os benefícios da musicoterapia a saúde de diferentes categorias de pacientes. A Musicoterapia fortifica-se como uma integração entre Arte, Saúde e Ciência, reflexões embasadas sobre essa Disciplina a classificam como um campo hibrido e/ou transdisciplinar (CRAVEIRO DE SÁ e LABOISSIERE et al, 2003). Assim, pela característica transdisciplinar da musicoterapia, podemos considerar sua colaboração com outras estratégias terapêuticas na promoção de saúde, inclusive na prevenção e/ou redução da ansiedade.

> A música, neste ínterim, encontra-se em um território aberto e flexível, em um espaço entre a significação e o sentido, um espaço que muito favorece a formação de blocos, um espaço de vibrações e ressonâncias, um espaço gerador de devires. Isto, devido, principalmente, a suas características de flexibilidade, de instabilidade e falibilidade nem sempre significando ou comunicando algo; podendo (ou não) agregar sentidos; despertando (ou não) emoções, sentimentos, ideias etc (CRAVEIRO DE SÁ & LABOISSIERE ET al, 2003, p.5).

Constata-se “pela análise de papiros médicos egípcios, ou então considerando os relatos presentes na Bíblia onde consta a terapêutica musical a que foi submetido o rei Saul por David com sua harpa, para se libertar da depressão e dos ataques de raiva”, por exemplo (LEINIG, 1977, p. 13). Apolo era considerado um dos deuses do Olimpo, que, segundo a mitologia recebeu uma lira de presente do deus Hermes, tornando-se um músico, um dos deuses mais conceituados e requisitados pelos mortais pelo fato de pertencer a ele a arte da cura. Apesar da música ser produzida e utilizada para diversos fins pelo ser humano desde tempos remotos, a palavra que passa a identificar a música enquanto tal surge com a cultura grega.

Os gregos foram, sem dúvida, os mais prestigiados preconizadores desta terapêutica. Os grandes pensadores da Grécia, os primeiros filósofos, já compreendiam as potencialidades musicais no tratamento de distintas enfermidades. Neste sentido, é que Leinig 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, 1977, p. 15)

Grandes nomes da cultura grega antiga se associam à impulsão da musicoterapia. Os gregos utilizavam a música numa lógica preventiva e curativa. Muitos eram os que a aconselhavam e demonstravam seus enormes benefícios. Como veremos na próxima seção, as pesquisas ainda têm apontado para os benefícios preventivos e curativos da música.

Considerações iniciais

O transtorno de ansiedade é descrito, pelo menos, desde o século IV a.C., quando Hipócrates o descrevera. Segundo Ferreira; Ramalho e Lopes, (2015), Romero (2017), Firmeza et al (2017) e Melo et al (2018), a ansiedade é caracterizada por sintomas como palpitações, sudorese, tremores ou sacudidelas, falta de ar, sensações sufocantes, dores no peito ou desconforto, alterações na pressão arterial, cefaleia, preocupação e tensão, sentimentos mentais desagradáveis, nervosismo, e/ou angústia estomacal. Quando em comorbidade, seja patogênica, diagnóstica ou prognóstica, a ansiedade tende a dificultar o tratamento e piorar o quadro de pacientes já diagnosticados com outras doenças, sendo alguns de seus sintomas semelhantes ou agravantes da Covid-19.

Ao pesquisarmos na base de dados da Scielo, encontramos diferentes estudos que evidenciam a presença dos transtornos de ansiedade em comorbidade com doenças e síndromes como: Câncer, Parkinson, Alzheimer, Cardiopatia, Doença Renal Crônica, Síndrome de Down, Esclerose Múltipla, Paralisia Cerebral, Esquizofrenia e Síndrome do Espectro do Autismo. Selecionamos, entre os trabalhos consultados, aqueles que tinham os idosos como público alvo, considerados pela Organização Mundial de Saúde como um dos principais grupos de risco para a Covid-19. Destacamos os resultados da aplicação da musicoterapia nos quadros clínicos de idosos e na promoção de seu bem-estar.

De acordo com Abrahan; Jaramillo e Justel, (2019, p. 10) “o envelhecimento é um processo complexo, universal e irreversível, com mudanças graduais que flutuam de um indivíduo a outro por diversos fatores (fisiológicos, biológicos, ambientais, sociais, etc.).” Por estas mudanças inerentes ao processo de envelhecimento e as várias comorbidades, os idosos são menos resistes a Covid-19, estando no “grupo de risco da doença” de acordo com o Boletim Epidemiológico nº 07 do Ministério da Saúde. Tal quadro tende a deixar os idosos mais vulneráveis a episódios de ansiedade generalizada. Recomendamos o uso terapêutico da música no tratamento e na prevenção da ansiedade, uma vez que,

> [...] “por meio de atividades musicais, é possível evitar e/ou reduzir fatores estressantes, haja vista a eficiência da música não apenas no alívio da dor, como também de distúrbios psicossomáticos, físicos e espirituais, graças à liberação de substâncias químicas cerebrais que podem atuar na regulação do humor, redução da agressividade, depressão e melhora do sono.” (MEIRA, 2008, p.343)

Por isso, consideramos a musicoterapia uma alternativa não-farmacológica, com potencial de auxiliar na prevenção e no tratamento de idosos com ansiedade devido ao isolamento social ou diagnosticados com a Covid-19. Ademais, encontramos casos de sucesso em outros contextos que comprovam a eficácia da musicoterapia. No entanto, antes de descrevermos exemplos desses casos, começamos por resumir a trajetória da prática terapêutica com música ao longo do tempo e as principais modalidades.

A musicoterapia vem se desenvolvendo e apresentando resultados com diferentes grupos, gêneros e faixas etárias, desde a criação do primeiro curso na Universidade de Michigan em 1944. Evidências em papiros médicos egípcios datados de 1500 a.C., encontrados pelo antropólogo francês Vlande Petkie no século 19, já mencionavam os efeitos benéficos da música na fertilização da mulher. Dentre as possibilidades de atendimento aos idosos através da musicoterapia, consideremos as modalidades ativa/expressiva, projetiva e a receptiva. Cada abordagem dessas tem suas técnicas e práticas já consolidadas pelos musicoterapeutas ao longo de décadas de prática clínica e experimentos.

Inicia-se a abordagem ativa ou expressiva com uma anamnese, elabora-se a história sonoro-musical e alguns testes são feitos para avaliar a audição e a forma com que a pessoa percebe o som. Com a supervisão do musicoterapeuta, o paciente pode improvisar e reproduzir sons e ter contato direto com diferentes fontes sonoras. A musicoterapia ativa ou expressiva visa atingir seus objetivos terapêuticos por meio da produção musical e da expressão do paciente usando a voz, o corpo ou instrumentos.

Outra forma de atuação é a musicoterapia projetiva, que consiste em externalizar sentimentos e emoções sem necessariamente usar a verbalização, que em muitos casos pode não ser uma opção de expressão para o paciente. Uma das grandes dificuldades terapêuticas é conseguir auxiliar a pessoa a verbalizar sobre suas angustias e pensamentos. Ao incentivar os pacientes a expressarem o que percebem da música por meio de desenhos, ou outras ferramentas, um novo canal se abre, possibilitando que o consciente e o inconsciente se externalizem e comuniquem.

A abordagem receptiva de musicoterapia difere da ativa por atingir seus objetivos por meio da exposição do paciente a estímulos sonoros/musicais de forma passiva. Nestes casos, é fundamental a boa escolha da música ou dos sons a serem apreciados pelo paciente, por isso, se faz muito importante o estudo da história sonoro-musical. A grande vantagem da abordagem receptiva está no uso das tecnologias disponíveis para levar a música e os sons ao paciente de forma remota, ou seja, sem a necessidade de contato direto, não contrariando as orientações acerca do isolamento social.

Devido à pandemia de Covid-19, muitas práticas, antes presenciais, têm se adaptado para modalidades remotas, quer sejam síncronas ou assíncronas. Nossa proposta é que práticas terapêuticas como a musicoterapia também possam se adaptar à nova realidade. Os dados mais atuais da pandemia no Brasil são preocupantes e justificam as tentativas de mudança nas práticas que forem possíveis de serem realizadas à distância.

O Brasil registrou até o dia 19/11/2020 um total de 5.945.849 casos confirmados de Covid-19, dos quais foram registrados 167.455 óbitos, segundo dados do site Coronavírus Brasil. Em Minas Gerais são 387.751 casos confirmados e 9.605 óbitos, até esta mesma data. Já em Belo Horizonte, são 51.802 casos confirmados e 1.590 óbitos até o dia 18/11/2020, segundo boletim epidemiológico da Secretaria Municipal de Saúde de Belo Horizonte.

Em nossa revisão bibliográfica encontramos experimentos, ensaios e relatos de experiência que sugerem a eficácia da musicoterapia na promoção do bem-estar,

na qualidade de vida e na prevenção ou tratamento da ansiedade. Os casos são de diferentes contextos e abordagens. A seguir, descrevemos alguns dos casos, seus principais dados e resultados.

Em 2006, um ensaio de controle comparativo aleatório de três modalidades de intervenção em esquizofrenia foi realizado no México por Marcelo Valencia, Esther Murow e María Luisa Rascón. As condições comparadas foram: terapia psicossocial, musicoterapia e terapias múltiplas. Além disso, a pesquisa contou com 58 pacientes diagnosticados com esquizofrenia. De acordo com os resultados, "na terapia psicossocial e na musicoterapia o grau de taxa de desistência foi menor, e estas duas intervenções também mostraram uma taxa maior de nível de aderência terapêutica em comparação com as múltiplas terapias[2]" (VALENCIA et al, 2006, p. 536, tradução nossa).

No ano de 2007, um estudo de vivências musicais com 12 idosos, diagnosticados com Parkinson e com dificuldades na fala, selecionados por conveniência, foi realizado em Jequié BA, no campus da UESB, pela pesquisadora Edméia Campos Meira e outros. Os idosos foram submetidos a treinamento vocal, prática de canto em grupo, atividades rítmicas, etc. Os resultados demonstraram que a maioria dos participantes apresentaram melhora na emissão da voz e 50% deles, no desempenho respiratório.

Os pesquisadores, Ferreira; Ramalho e Lopes, realizaram uma revisão integrativa da literatura, em 2015, nas bases de dados LILACS, SciELO, Medline (via BVS e PubMed) e Scopus. A revisão abordou trabalhos que apresentaram a musicoterapia no tratamento da ansiedade. Como resultado, constataram que "a musicoterapia foi a estratégia mais abordada para a redução da ansiedade". (FERREIRA, RAMALHO e LOPES, 2015, p. 1093).

[2] No original: En la terapia psicosocial y en la musicoterapia el grado de deserción fue en menor grado y de igual forma estas dos intervenciones presentaron un mayor nivel de adherencia terapéutica en comparación con las terapias múltiples.

Uma pesquisa realizada em Zaragoza na Espanha, no ano de 2017, pelas pesquisadoras Susana Sarfson Gleizer e Natalia Larraz Rábanos com pessoas acima de 65 anos, investigou a influência da aprendizagem musical nos pesquisados. Os participantes foram submetidos a testes antes e após as atividades de aprendizagem musical. Como resultado, a pesquisa concluiu que houve melhora no bem-estar subjetivo de todos os participantes após as aulas de música.

Além disso, a pesquisa também apresentou resultados de melhora da ansiedade, por meio da musicoterapia em pacientes idosos portadores de demência.

> Por exemplo, em uma revisão dos estudos realizados através de atividades musicais com pessoas. Em pessoas idosas com demência, o tratamento com terapia musical tem se mostrado benéfico para melhorar distúrbios comportamentais, ansiedade e agitação em pacientes com demência. (GLEIZER e RÁBANOS, 2017, p. 2733, tradução nossa[3])

Em 2018, um trabalho realizado pelos pesquisadores Paula de Marchi Scarpin Hagemann, Luis Cuadrado Martin e Carmen Maria Bueno Neme, no Brasil, com pacientes de hemodiálise, investigou a influência da musicoterapia na qualidade de vida e nos sintomas depressivos. Foram realizadas avaliações quanto a qualidade de vida e a depressão em 23 pacientes, em duas fases: pré e pós intervenção. Os pacientes apresentaram redução significativa dos sintomas de depressão ($p<0,001$) e melhores resultados na qualidade de vida, com diferenças estatísticas significantes nas dimensões: capacidade funcional ($p=0,011$), dor ($p=0,036$), estado geral de saúde ($p=0,01$), vitalidade ($p=0,004$), saúde mental ($p=0,012$), lista de sintomas e problemas ($p=0,01$) e saúde global ($p=0,01$). A pesquisa concluiu que a intervenção com musicoterapia constituiu-se uma opção efetiva no tratamento e prevenção de sintomas depressivos e na melhora da qualidade de vida de pacientes em hemodiálise.

Na Colômbia, em 2019, as pesquisadoras Veronika Diaz Abrahan, Anahi Lemos Jaramillo e Nadia Justel realizaram um estudo experimental com idosos, com o objetivo de verificar a possível influência da musicoterapia na qualidade de vida

[3] No original: Por ejemplo, en una revisión de los estudios realizados a través de actividades musicales con personas mayores con demencia, se ha comprobado que el tratamiento con musicoterapia es beneficioso para mejorar las alteraciones conductuales, la ansiedad y la agitación en pacientes con demencia.

destes. O trabalho consistiu em aplicar um inventário de qualidade de vida, comparando os resultados de um grupo que participava de atividades de musicoterapia com um grupo controle que não recebia este estímulo. Os resultados apontam que o grupo submetido às atividades de musicoterapia apresentou pontuações maiores que o grupo controle, evidenciando que a prática musical contribuiu para a melhora da qualidade de vida.

De acordo com os autores da pesquisa:

> [...] o objetivo deste trabalho foi explorar o efeito da participação em um programa mt[4] para idosos, avaliando a qualidade de vida dos participantes. Nossos resultados mostraram que os benefícios da musicoterapia se refletiram na qualidade total da pontuação de vida, abrangendo a média final de todas as áreas do inventário de vida (ABRAHAN; JARAMILLO E JUSTEL, 2019, p. 16, tradução nossa).[5]

Além de demonstrar, com base em trabalhos anteriores, os benefícios da música na recuperação de pacientes, na prevenção e tratamento de doenças, buscamos formas de proporcionar tais benefícios de bem-estar. Tendo em vista as orientações de isolamento social em decorrência da pandemia, as seções de musicoterapia presenciais podem ser totalmente ou parcialmente substituídas por atendimento remoto. Neste ínterim, passamos a descrever as possibilidades de uso da música, enquanto auxiliar terapêutico no tratamento e na prevenção da ansiedade em idosos, por meio do uso de tecnologias, durante o isolamento social.

---

[4] mt – abreviação de Musicoterapia.

[5] No original: […] the objective of this work was to explore the effect of the participation in a mt program for elderly, assessing the participants' quality of life. Our results showed that the benefits of music therapy were reflected in the total quality of life scores, encompassing the final average of all the inventory areas of life.

Considerações finais

Com as tecnologias disponíveis por meio da internet, rádio e televisão, os idosos podem ter acesso a músicas, trilhas sonoras e sons tecnicamente selecionados, além de orientações profissionais sobre a melhor forma de apreciar ou interagir com tais materiais. Com base em exemplos, consultados na bibliografia, de casos de sucesso na redução da ansiedade em pacientes com diferentes quadros clínicos, acreditamos que a musicoterapia pode contribuir para este grupo de risco durante a pandemia da Covid-19. Em harmonia com as orientações das autoridades de saúde, as instituições e organizações têm buscado alternativas de atividades realizadas a distância, utilizando-se as tecnologias de salas virtuais dedicadas a reuniões, videoconferências ou eventos online.

Como exemplos de atividades ativas, temos testemunhado a realização até mesmo de festivais de música com a possibilidade de alunos tocarem via webcam para os professores. Nesses eventos, a capacidade de transmissão de áudio e vídeo da internet são fundamentais. Podemos inferir que, em uma sala virtual individual, o musicoterapeuta conseguiria conduzir atividades com instrumentos musicais que o idoso já tenha em sua posse ou por meio do uso da voz.

Neste ínterim, consideramos possível um roteiro de trabalho musicoterapêutico por meio das reuniões remotas virtuais. Assim, cada etapa da terapia poderia contemplar o público alvo mesmo em situação de isolamento, desde que este tenha acesso a um serviço de internet que suporte as reuniões online. Em suma, o musicoterapeuta poderia realizar a anamnese, enviar áudios e vídeos para apreciação, tocar instrumentos, ouvir o paciente tocar seu instrumento, cantar, dançar, realizar gestos rítmicos ou indicar outras atividades para serem realizadas em casa.

Como limitação do trabalho remoto, entendemos que a diferença nas velocidades de conexões ainda não permite que terapeuta e paciente toquem juntos, simultaneamente. Por outro lado, haverá casos em que será possível que o paciente toque junto com gravações enviadas previamente pelo terapeuta. Portanto, as adaptações devem ocorrer conforme cada caso e, por isso a anamnese é muito importante.

Neste ano de 2020, após as orientações de isolamento social, muitos aplicativos de reuniões online se popularizaram. Algumas empresas têm investido em oferecer planos gratuitos desses serviços, outras disponibilizam ainda versões pagas com recursos adicionais. No entanto, estas plataformas também podem ser utilizadas na musicoterapia, alguns exemplos são: Skype, Microsoft Teams, Google Meet, Zoom, Whatsapp, Messenger Rooms, Webex Meetings, Goto Meeting, Slack, join.me, Zoho Meeting, Whereby e Lifesize.

Podemos inferir que, com a possível redução dos níveis de ansiedade no público de risco, este apresentará um estado de bem-estar que o ajudará durante o isolamento social. Ao prevenir episódios de ansiedade, diminuirão também as chances de ocorrerem os sintomas físicos que acompanham essa doença, que podem ser motivadores para que o idoso procure atendimentos médicos em hospitais ou postos de saúde. Assim, acreditamos que as práticas musicais ministradas a distância podem contribuir para a eficiência do isolamento social.

Portanto, consideramos possível e recomendável, o trabalho musicoterapêutico com idosos em situação de isolamento de forma remota. Reconhecemos as limitações das plataformas disponíveis, bem como dos serviços de internet no Brasil, mas acreditamos que, por meio de adequações dos procedimentos, o atendimento seja viável. Não podemos ignorar os vários benefícios já comprovados da musicoterapia para a redução dos níveis de ansiedade, bem como a possibilidade de oferecer esta terapia de forma remota. Sugerimos que, a exemplo dos diferentes casos apresentados neste trabalho, os musicoterapeutas que realizarem atendimentos remotos façam relatos de experiência a fim de socializar seus resultados, contribuindo assim para o debate sobre do tema.

REFERÊNCIAS

ABRAHAN, V. D.; JARAMILLO, A. L.; JUSTEL, N. Benefits of Music Therapy in the Quality of Life of Older Adults. **Rev Cienc Salud,** Bogotá, Colombia, vol.17, n.3, p.9-19, set./dez. 2019.

CRAVEIRO DE SÁ, L. e LABOISSIÈRE, M. ET all. A contextualização da música como arte e como terapia. In: **ANAIS DO XIV CONGRESSO DA ANPPOM**, Porto Alegre: 2003.

FERREIRA, N. da C.; RAMALHO, E. da S.; LOPES, J. de L. Non-pharmacological strategies to decrease anxiety in cardiac catheterization: integrative review. **Revista Brasileira de Enfermagem - REBEn,** vol.68, n.6, p. 1093-1102, nov./dez. 2015.

FIRMEZA, A. M.; RODRIGUES, A. B.; MELO, G. A. A.; AGUIAR, M. I. F.; CUNHA, G. H.; OLIVEIRA, P. P.; GRANGEIRO, A. S. de M. Uso da música no controle da ansiedade em ambulatório de cabeça e pescoço: ensaio clínico randomizado. **Revista da Escola de Enfermagem da USP,** São Paulo, Brasil, p.1-8, 2017.

GLEIZER, S. S.; RÁBANOS, N. L. Influencias del aprendizaje musical en el bienestar de un grupo de personas mayores de 65 años. **Acta de Investigación Psicológica**, vol. 7, p. 2727-2734, 2017. DOI: http://dx.doi.org/10.1016/j.aipprr.2017.06.004. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007471917300340. Acesso em: 21 de junho de 2020.

HAGEMANN, P. de M. S.; MARTIN, L. C.; NEME, C. M. B. O efeito da musicoterapia na qualidade de vida e nos sintomas de depressão de pacientes em hemodiálise. DOI: 10.1590/2175-8239-JBN-2018-0023. p. 74-82, 2018. Disponível em: https://www.scielo.br/pdf/jbn/v41n1/pt_2175-8239-jbn-2018-0023.pdf. Acesso em: 27 de junto de 2020.

LEINIG Clotilde. E. Tratado de Musicoterapia. São Paulo: 1977.

MEIRA, E. C.; SENA, E. L.; SOUZA, A. S.; CORONAGO, V. M. M. O.; GONÇALVES, L. H. T.; SANTOS, E. T.; SORTE, A. A. S. B.; SANTOS, L. T. Vivências de mulheres cuidadoras de pessoas idosas dependentes: orientação de gênero para o cuidado. **Revista Brasileira Geriátrica**, vol.11, n.3, 2008.

MELO, G. A. A.; RODRIGUES, A. B.; FIRMEZA, M. A.; GRANGEIRO, A. S. de M.; OLIVEIRA, P. P.; CAETANO, J. A. Intervenção musical sobre a ansiedade e parâmetros vitais de pacientes renais crônicos: ensaio clínico randomizado. **Revista Latino-Americana de Enfermagem,** Ribeirão Preto, Brasil, vol. 26, p.1-11, mar. 2018. DOI: http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.2123.2978. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692018000100300&lng=en&tlng=en. Acesso em: 20 de junho de 2020.

ROMERO, N. R. M. Efectos de la musicoterapia sobre el nivel de ansiedad del adulto cardiópata sometido a resonancia magnética. **Enfermería Universitária**, Ciudad de México, México, vol. 14, n. 2, p. 88-96, mar. 2017. DOI: http://dx.doi.org/10.1016/j.reu.2017.02.002. Disponível em: http://www.revistaenfermeria.unam.mx/ojs/index.php/enfermeriauniversitaria/article/view/38. Acesso em: 14 de junho de 2020.

VALENCIA, M.; MUROW, E.; RASCÓN, M. L. Comparación de tres modalidades de intervención en esquizofrenia: terapia psicosocial, musicoterapia y terapias múltiples. **Revista Latinoamericana de Psicología**, vol.38, n.3, p. 535-549, 2006.