

Título do trabalho: **Uma Gentileza no CAPSad de Itabira.**

Autores:

Fabiana Pimenta de Almeida - Terapeuta Ocupacional - Especialista em Saúde/Terapeuta Ocupacional

Adolpho de Melo Marques - Musicoterapeuta - Voluntário

Leonardo Henrique de Paiva Almeida - Professor/Músico - Voluntário

Gustavo Alexandre Martins - Psicólogo/Músico - Especialista em Saúde/ Psicólogo/ Policlínica Municipal de Itabira/ CEMAE

Resumo

O relato descreve uma experiência de música, coletividade, carnaval e afetos em um CAPSad (Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas) em Itabira/MG, a partir de um estágio supervisionado de pós-graduação em musicoterapia no CAPSad de Itabira/MG, envolvimento de voluntários e compartilhamento de instrumentos musicais de um bloco carnavalesco tradicional da cidade. Os participantes responderam a um questionário sociomusical, que orientou atividades como percussão, canto e construção de instrumentos com materiais recicláveis. Em média, dez usuários participavam semanalmente.

A iniciativa expandiu-se para apresentações da Banda Gentileza - nome inspirado no legado do poeta "Gentileza" - em diversos espaços da cidade.

Durante os encontros, os participantes adquiriram habilidades musicais variadas, incluindo ritmos, dança, canto coletivo e instrumentação. Isso resultou em aumento da autoconfiança e realização pessoal, além de melhorias no humor, atenção, concentração e desenvolvimento cognitivo, corroborando com os achados de Da Silva et al. (2021) sobre os benefícios terapêuticos da música - enquanto fundamental no desenvolvimento de competências sociais e emocionais, permitindo a expressão e comunicação não verbal, promovendo empatia, compaixão e tolerância. Arndt, Cunha e Volpi (2016) ressaltam que a interação com a comunidade e a participação em atividades artísticas proporcionam aos usuários um senso de protagonismo e empoderamento, sendo reconhecidos como "artistas", o que contribui para sua inclusão social.

Palavra-chave: Redução de Danos, Atenção Psicossocial, Saúde Mental

Uma Gentileza no CAPSad de Itabira

Itabira possui um dos primeiros CAPS de Minas Gerais e também se destaca pela disponibilidade de equipamentos no município: CAPSII, CAPSi, CAPSad e leitos de retaguarda em hospital geral. Esses serviços funcionam articulados com a rede de saúde do município e região, já que sua cobertura é microrregional. O Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas de Itabira oferece atendimento a pessoas com problemas relacionados ao álcool e às drogas, através de vários serviços ofertados por equipe multiprofissional, incluindo terapia individual, terapia em grupo, aconselhamento e oficinas, além da modalidade permanência dia, com atendimento em regime intensivo nos dois turnos, de segunda a sexta feira, de 07 às 18 horas.

Esse cuidado que preconiza a autonomia, o vínculo social e afetivo dos usuários também exige uma articulação intersetorial. As propostas neste campo envolvem lazer, educação, estímulo ao trabalho e geração de renda e as expressões artísticas, incluindo a música. A vivência musical pode estimular a liberação de hormônios do bem-estar, reduzir a ansiedade e o estresse, e melhorar o humor. A música também pode ajudar as pessoas a expressar seus sentimentos e emoções, a se conectar com outras pessoas e a desenvolver a autoestima.

A oficina de musicoterapia é um importante cuidado oferecido no CAPSad, promovendo inclusão, desenvolvendo habilidades psicossociais, melhorando a qualidade de vida das pessoas através do afeto e da alegria que a cercam.

OBJETIVOS:

A proposta da oficina de musicoterapia no CAPSad tem como objetivo geral a promoção da saúde física, mental e emocional das pessoas com problemas relacionados ao álcool e às drogas através de oferta de vivências musicais e culturais em articulação com diversos espaços do território e pontos da rede intersetorial. Além disso, atividade proporciona melhora da qualidade de vida dos usuários despertando efeitos terapêuticos, tais como:

- Desenvolve habilidades psicossociais;
- Desenvolve habilidades sociais e emocionais por meio da música;
- Promover a expressão e comunicação através da música;

- Criar um ambiente de relaxamento e bem-estar;
- Redução dos danos e prejuízos associados ao consumo de substâncias psicoativas.

METODOLOGIA:

“A música, sob esta ótica, é capaz de cumprir a função de dar uma forma aos sentimentos, emoções, imaginação e reflexões, já que os transforma num todo organizado e inteligível, objetivado em sons que se articulam sobre os fragmentos de silêncio.”Maheirie, 2003

A musicoterapia é realizada uma vez por semana, conduzida por músicos voluntários da cidade e mediada pela terapeuta ocupacional da unidade. As atividades foram iniciadas em modalidade pedagógica - estágio supervisionado - do curso de pós graduação em musicoterapia, em julho de 2022. Após a finalização do período curricular, o acadêmico continuou voluntariamente como facilitador de oficinas, e convidou outros músicos para acompanhar o grupo.

Na primeira etapa da oficina, foi aplicado um questionário sócio musical aos participantes, a fim de identificar histórico, interesses e participação em relação à cultura, ambiente e vivência musical. Em seguida, foram ofertados instrumentos de percussão para que os usuários experimentassem e se ambientarem com os sons e ritmos. Ao se envolverem com a produção musical, as atividades se ampliaram para escuta musical; canto livre; improvisação; danças; desenvolvimento de aprendizagem de percussão; confecção de instrumentos com materiais recicláveis. Participam em média 10 usuários por encontro.

No decorrer do processo de trabalho, os músicos começaram a se apresentar em outros espaços, ampliando o escopo de possibilidades, promovendo convívio em espaços institucionais, inclusão social e redução do estigma, já que nesses locais há uma troca de afetos e experiências entre os “artistas” e o público. Para tanto, foi necessário escolher um nome para o grupo, que foi sugerido pelos usuários, nascendo assim a BANDA GENTILEZA, nome inspirado no “poeta Gentileza”.

RESULTADOS:

A música é uma forma de expressão de sentimentos e emoções, de forma saudável e construtiva. Isso contribui para a lidar com os gatilhos que levam ao uso abusivo de substâncias.(BATISTA E RIBEIRO, (2016)

Os participantes da oficina desenvolveram habilidades musicais importantes, entre elas: aprendizado de ritmos musicais, dança, canto em grupo ou toque de instrumentos, exploração de novos interesses, tornando-se mais mais confiantes e realizados. Pode-se observar no cotidiano do CAPSad outros efeitos positivos, tais como: melhora do humor, ganho de atenção, concentração e desenvolvimento cognitivo, aumento da autoestima, corroborando estudos revisados no artigo de DA SILVA et al, 2021 que consolida vários benefícios da abordagem musicoterapêutica coletiva.

A música promove o relaxamento, a redução do estresse e a melhora do humor. Esses benefícios contribuem para a redução do uso de drogas, que muitas vezes é uma forma de lidar com o estresse e a ansiedade.

Também foi observado o fortalecimento do vínculo dos usuários com a equipe e o serviço, ajudando a melhorar o relacionamento interpessoal entre os pacientes e os trabalhadores, desenvolvendo relações de apoio. (DA SILVA et al , 2021)

A oficina de música no Centro de Atenção Psicossocial fomentou a ampliação da circulação das pessoas no território, em praças, escolas e outros espaços sociais, musicais e culturais e a inclusão social, possibilitando a redução do estigma relacionado ao uso de substâncias psicoativas.

A musicoterapia, quando integrada às práticas do CAPSad de Itabira, revelou-se uma estratégia importante na redução de danos. A participação em oficinas e na Banda Gentileza possibilitou aos usuários vivenciar uma experiência terapêutica singular, que favoreceu a expressão de emoções, o desenvolvimento de vínculos sociais e a construção de um projeto de vida mais saudável, que são ferramentas para lidar com as dificuldades relacionadas ao uso de substâncias. Os resultados desta experiência apontam para a musicoterapia como uma abordagem promissora no cuidado de pessoas em tratamento na RAPS.

CONCLUSÃO:

A implementação de uma oficina interdisciplinar de musicoterapia social no CAPSad, com a colaboração de voluntários e profissionais de diversas áreas, resultou em benefícios significativos para o atendimento dos usuários da unidade. Segundo Da Silva et al. (2021), a música permite que os pacientes se expressem e comuniquem de maneira não verbal, facilitando o desenvolvimento de competências sociais e emocionais, como empatia, compaixão e tolerância. Ademais, Arndt, Cunha e Volpi (2016) destacam que, ao interagir com a comunidade e participar de atividades artísticas, os usuários adquirem um senso de protagonismo e empoderamento, sendo reconhecidos como "artistas", o que promove sua inclusão social.

A banda, que mistura ritmos e gêneros musicais, busca promover a gentileza e a inclusão através da música.

“Todas as pessoas têm algum talento que pode ser explorado de alguma forma.

Basta olhar para o que essas pessoas são boas.”

Profeta Gentileza



Figura 1 - Oficina de Musicoterapia - Experimentação de instrumentos- novembro de 2022 - CAPSad Itabira



Figura 2 - Oficina de Musicoterapia - Experimentação de instrumentos e confecção de instrumentos a partir de material reciclável- fevereiro de 2023 - CAPSad Itabira



Figura 3 - Oficina de Musicoterapia -abril de 2023 - CAPSad Itabira



Figura 4 - Apresentação da Banda Gentileza na Escola Estadual Antônio Linhares Guerra - maio de 2023 - Itabira/MG



Figura 5 - Apresentação da Banda Gentileza na Escola Estadual Antônio Linhares Guerra - maio de 2023 - Itabira/MG



Figura 6 - Apresentação da Banda Gentileza na Festa Junina do CAPSad Itabira - julho de 2023



Figura 7 - Apresentação no evento Agosto Lilás da Secretaria de Assistência Social de Itabira - agosto de 2023 - Itabira/MG



Figura 8 - Apresentação da Banda Gentileza na MOSTRA SUS - setembro de 2023 - Itabira/MG



Figura 9 - Apresentação no Festival Literário Internacional de Itabira - novembro de 2023 - Itabira/MG



Figura 10 - Apresentação do evento Janeiro Branco da Saúde Mental - janeiro de 2024 - Itabira/MG



Figura 11 - Apresentação da Festa Junina da Saúde Mental - julho de 2024 - Itabira/MG





Figuras 12,13, 14,15: Apresentação no encerramento da Exposição “Setembro Amarelo” - setembro 2024 - Itabira/MG



Figura 16: Apresentação na Festa das Crianças do CAPS Infante Juvenil - outubro 2024 - Itabira/MG
Referências:

Arndt, I. C., Cunha, M. A. B., & Volpi, M. F. (2016). Musicoterapia e inclusão social: Uma revisão de literatura. *Revista Brasileira de Musicoterapia*, 18(2), 223-239.

Batista, A. C. M., & Ribeiro, A. C. (2016). A musicoterapia no tratamento da dependência química: Uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 69(4), 544-552.

Da Silva, G. G., Figueiredo, M. A. B., & Oliveira, M. C. A. (2021). Musicoterapia grupal e qualidade de vida em usuários de álcool e outras drogas: Uma revisão de literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*, 26(11), 3261-3272.

Maheirie, A. (2003). *Musicoterapia: Uma introdução à teoria e à prática*. São Paulo: Summus.