



## OFICINA TERAPÊUTICA DE PERCEPÇÃO E EXPRESSÃO MUSICAL EM UM CAPS AD: RELATO DE EXPERIÊNCIA

FILIPE CARNEIRO CANDEIA; NINIVY OLIVEIRA QUEIROGA FREITAS; FÁBIO NUNES BARBOSA; HELTON DJOHNSONS SILVA BRITO

### RESUMO

O presente artigo trata-se de um relato de experiência a respeito da implantação de uma oficina terapêutica de percepção e expressão musical desenvolvida em um CAPS AD, no município de Patos-PB. O presente estudo justifica-se pela importância de utilizar estratégias de fortalecimento de vínculos e espaços de expressão psicoemocional de usuários em serviços de saúde mental. A oficina terapêutica musical teve como objetivo principal promover espaços de acolhimento, valendo-se de estratégias lúdicas que facilitam a expressão emocional dos usuários e favorece o fortalecimento de vínculos sociais entre usuários do serviço, assim como, entre usuários e profissionais. Os encontros ocorreram dois dias por semana, nas quartas-feiras no período vespertino e na sextas-feiras no período matutino. O presente relato remete-se ao período entre 01 de abril de 2024 à 30 de maio de 2024, contudo, cabe mencionar que as atividades da oficina ocorreram em momentos posteriores. A oficina buscou revelar as habilidades harmônicas percussivas dos usuários e incentivar a socialização através da apreciação pela música. O uso da música como instrumento de cuidado na terapêutica da dependência de substâncias psicoativas reverbera uma série de benefícios, como uma visão mais integrada do sujeito, o fortalecimento de vínculos interpessoais e espaços de reflexão onde os usuários se sentem à vontade para falar das suas experiências de vida. Podemos afirmar que a oficina de percepção e expressão musical foi bem aceita tanto pelos usuários quanto pelos profissionais do serviço, mostrando-se como um instrumento terapêutico eficaz no tratamento de usuários de substâncias, contribuindo na assiduidade e melhor adesão dos usuários às terapêuticas ofertados pelo CAPS AD.

**Palavras-chave:** Saúde mental; Musicoterapia; Serviços de saúde mental; Toxicomania; Intervenção psicossocial.

### 1 INTRODUÇÃO

Na constante busca por abordagens terapêuticas inovadoras e inclusivas, os Centros de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas - CAPS AD têm se destacado como espaços de acolhimento e reinserção social para pessoas em processo de recuperação de dependência química (Cardoso; Galera, 2011). Nesse contexto, a música emerge como uma poderosa ferramenta de expressão, capaz de transcender as barreiras da comunicação e promover a ressignificação de experiências. Ao aplicar a música como ferramenta de intervenção terapêutica no processo terapêutico de usuários do CAPS AD buscamos, entre outras coisas, estimular a expressão, promover a autoconsciência e fortalecer os vínculos interpessoais.

Puchivailo e Holanda (2014) afirmam que a música se revela como um importante instrumento no tratamento de pessoas em sofrimento mental em decorrência do uso abusivo de substâncias psicoativas. Através de estratégias terapêuticas utilizando recursos musicais pode-

se contribuir para o desenvolvimento cognitivo e emocional dos participantes, auxiliar na capacidade da reconstrução das suas identidades, promover a integração social e reconstrução dos laços interpessoais, reduzir a ansiedade, proporcionar a construção de uma autoestima e identidade positiva e ainda funcionar como um importante meio de comunicação e expressão dos sentimentos e emoções.

Diante desse cenário, surge a iniciativa de implementação de uma oficina de percepção e expressão musical em um serviço de saúde mental, com o objetivo de explorar o potencial terapêutico da música no processo de reabilitação dos usuários. A música, por sua natureza universal e multissensorial, oferece uma oportunidade única de comunicação e expressão, possibilitando que os participantes se conectem consigo mesmos e com os outros de uma maneira profunda e significativa (Brasil, 2017).

Este artigo apresenta um relato detalhado da experiência sobre a implantação de uma oficina de percepção e expressão musical no CAPS AD da cidade de Patos-PB, destacando as estratégias adotadas, os resultados alcançados, e de forma geral, todos os impactos observados na jornada de reabilitação dos participantes. Ao explorar o potencial terapêutico da música neste cenário específico, buscamos compartilhar insights e inspirar novas práticas que possam enriquecer o trabalho desenvolvido nas redes de atenção à saúde mental e dependência química e valorizar o potencial transformador da música no processo terapêutico dos usuários do referido serviço.

## **2 RELATO DE CASO/EXPERIÊNCIA**

A implementação da oficina musical teve início na primeira semana do mês de abril de 2024, quando o profissional de musicoterapia iniciou suas atividades laborais no CAPS AD. Inicialmente buscou-se no serviço instrumentos musicais que tínhamos disponíveis, o segundo passo foi apresentar o planejamento da oficina aos usuários e ver quais deles demonstravam interesse em participar. O convite aos usuários ocorreu na segunda semana do mesmo mês e os usuários que demonstraram interesse em participar da supracitada oficina participaram de uma reunião para fins de planejamento das atividades no dia 15 de abril de 2024.

Os encontros específicos da oficina musical ocorreram dois dias por semana, nas quartas-feiras no período vespertino e na sextas-feiras no período matutino durante os meses de abril a maio de 2024; participaram assiduamente destes encontros 12 usuários cadastrados no CAPS AD, situado no município de Patos-PB. Os referidos usuários do serviço já frequentavam semanalmente o CAPS AD para realização de outras atividades como oficinas, atendimentos clínicos, etc. utilizou-se sete instrumentos percussivos: surdo, rebole, atabaque, pandeiro, triângulo, tamborim, ganzá e um violão.

A condução da oficina ocorreu de maneira semelhante em todos os encontros. A saber, a disposição das cadeiras em círculo e os instrumentos musicais utilizados disponíveis e dispostos no espaço utilizado para realização da oficina; os usuários recebiam orientações técnicas sobre teoria musical; seleção das músicas que poderiam se relacionar com as histórias de vida dos participantes – nesse momento que os usuários se sentiam à vontade para falar sobre seus sentimentos. Os momentos se alternaram entre tocar/cantar/apreciar as músicas e rodas de conversa sobre as mais diversas emoções e sentimentos despertados pelas canções.

A oficina buscou aproveitar as habilidades harmônicas de percussão dos usuários, assim como, o gosto pela música e a vontade de cantar, tocar ou ouvir música. Dessa forma a abordagem da temática acerca de dependência química e saúde mental ocorreu de maneira mais próxima da realidade de cada um deles, trazendo o seu cotidiano e histórias de vida como elementos da construção do cuidado. O interesse de cada usuário foi levado em consideração; alguns queriam aprender a tocar, outros preferiram cantar, outros queriam apenas contemplar as músicas. De toda maneira, a música aumenta o bem-estar, relaxa, faz pensar, acalma e

proporciona mais energia e ainda se mostra como um momento de reflexão (Chagas; Pedro, 2009).

### 3 DISCUSSÃO

Pinto (2016) elenca algumas contribuições acerca do uso de recursos musicais na terapêutica em saúde mental como: a possibilidade de promover interação social, assim como, espaços de reflexão, sensibilização e expressão de sentimentos e emoções. Na experiência relatada neste estudo foi possível observar que as afirmações do autor supracitado ocorreram em todos os encontros da oficina terapêutica musical.

Em diferentes momentos, os participantes da oficina emergiram, por meio das suas próprias falas, seus medos, angústias, sentimentos, histórias de vida, lembranças tanto boas quanto ruins, seus anseios, sonhos e desejos. Tais circunstâncias propiciaram melhor compreensão das experiências de vida e motivos que levaram cada um deles a situação de vida que se encontram no momento.

Pinto (2016) nos mostrou que as oficinas de música, nos serviços de saúde mental, proporcionam um ambiente de confiança, onde os usuários se sentem seguros para falar e assim se permitem serem compreendidos e receberem ajuda, tanto dos profissionais quanto pela troca de experiências entre eles. Quando eles se sentem à vontade para falar sobre si mesmos é o momento em estão abertos para intervenção dos profissionais, que consiste em propor uma autorreflexão ao mesmo tempo em que tentamos extrair deles as suas próprias motivações para a mudança e não tentar fazer com que eles mudem por nossos motivos, mas pelos motivos que eles mesmos têm para isso.

Outro tipo de aprendizagem que os encontros proporcionaram dia respeito a aprendizagem interpessoal entre eles, uns aprendem com as histórias de vida e experiências dos outros. Porque uma coisa é um profissional de saúde chegar e realizar uma intervenção baseada nos seus estudos, outra coisa é um usuário aprender com a experiência de outro usuário, eles se identificam entre si e isso gera uma maior aprendizagem e uma maior motivação para a mudança (Conselho Federal de Psicologia, 2022).

O material para o desenvolvimento do grupo foi baseado em letras de músicas e uso de instrumentos. Algumas vezes as temáticas e canções a serem exploradas nas oficinas são pré-determinadas, de acordo com os aspectos emocionais, sociais e individuais que serão trabalhados naquele dia. Outras vezes, o tema e repertório do dia são de livre escolha. Essa liberdade de escolha do repertório e temas das oficinas tem o objetivo de trabalhar a autonomia dos nossos usuários. As oficinas de percepção e expressão musical ainda proporcionam um momento lúdico e de reflexão para todos que estejam participando do momento.

Algo muito forte que pôde ser percebido durante a realização da oficina musical foi o interesse e o gosto que os participantes demonstraram pela música. Eles foram assíduos e o engajamento nos encontros foram satisfatórios; utilizaram os instrumentos, cantaram, pesquisaram músicas em aplicativos de celular, montaram um repertório de canções, solicitavam músicas que gostam de ouvir, refletiram sobre as letras das músicas. Assim como afirmam Breunig e Araújo (2019), as oficinas são momentos riquíssimos de interação social.

A aceitação da participação nos encontros da oficina musical promoveu integração entre os participantes e incentivou a assiduidade destes a terapêutica psicossocial. Podemos perceber ainda ao longo dos encontros que as oficinas de música são momentos que favorecem a reconstrução da identidade dos usuários, que havia sido perdida ao longo de anos e anos de dependência. As oficinas contribuem ainda para que haja trocas de experiências de vida, isso os prepara para uma melhor reinserção social na comunidade e um resgate de laços afetivos (Breunig; Araújo, 2019).

As oficinas de música são percebidas pelos participantes como momentos de acolhimento e compreensão, dessa forma se sentem seguros para expressar emoções e sentimentos que nunca foram revelados em outros lugares, fortalecendo assim o emocional de cada um deles por meio da catarse e da percepção de que estão sendo compreendidos. Para Breunig e Araújo (2019) isso favorece bastante o nosso trabalho como profissionais, devido uma melhor formação de vínculos. No momento que eles se sentem seguros e expõem sentimentos, desejos e anseios, permitem aos profissionais elaborar estratégias eficientes de cuidado baseadas na história de vida e na subjetividade de cada um deles. Criar um ambiente acolhedor e de confiança em um serviço que atende pessoas que na maioria das vezes sentem-se julgados, discriminados e excluídos no mundo lá fora é essencial, é daí que partirão estratégias de cuidado centradas nas necessidades de cada um.

Chagas e Pedro (2008), afirmam que a oficina terapêutica de música é uma atividade do encontro de vida dos usuários em sofrimento, promovendo a cidadania, a liberdade e a convivência dos mesmos. E isso foi perceptível nos encontros da oficina musical, os usuários expressaram sentimentos das mais diversas maneiras, interagiram bastante uns com os outros, conversaram, riram, falaram sobre sentimentos ruins e bons.

Também foi observado que durante os encontros da oficina terapêutica os usuários relacionaram a música com lembranças de momentos vividos por eles em diferentes etapas da vida, evidenciando a partir de suas falas que a música é capaz de ativar memórias de momentos felizes, gerando uma sensação de nostalgia no usuário e criando um vínculo com os demais usuários e com os profissionais mediante o compartilhamento destas lembranças. A música ocasiona, emersão de vivências e afinidade na relação com os outros, contribuindo com pequenas transformações que podem vir a ser um diferencial na vida das pessoas (Puchivailo; Holanda, 2014).

#### **4 CONCLUSÃO**

Pode-se afirmar que a oficina terapêutica de percepção e expressão musical foi bem aceita tanto pelos usuários quanto pelos profissionais do serviço, mostrando-se como uma estratégia eficaz na terapêutica de usuários de substâncias; proporcionando momentos de descontração e de formação de vínculos entre usuários e profissionais do CAPS AD. A oferta de espaços de acolhimento, a escolha de estratégias/intervenções terapêuticas em consonância com as predileções dos usuários e a integração da práxis de profissionais de um serviço de saúde mental na busca de intervenções salutares é preconizado pelos manuais do Sistema Único de Saúde, assim como, pelos pesquisadores em saúde mental.

Levando em conta que a terapêutica voltada à pessoas que fazem uso prejudicial de substâncias psicoativas é um processo complexo e que em muitos casos, estes sujeitos possuem vínculos familiares fragilizados, não tendo com que contar, para que haja uma boa adesão deles ao tratamento se faz necessário proporcionar-lhes um ambiente acolhedor de escuta qualificada, de apoio interpessoal, onde eles se sintam seguros para expressarem seus sentimentos e, desta forma, aderirem a oferta de estratégias de redução de danos proposta pelos serviços de saúde mental.

#### **REFERÊNCIAS**

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria n.º 849, de 27 de março de 2017. Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. Brasília, DF, 2017.

BREUNIG, F. F.; ARAÚJO, G. Possibilidades e desafios da musicoterapia na atenção psicossocial e na saúde mental coletiva: uma revisão integrativa sobre sua inserção no contexto da reforma psiquiátrica brasileira. **Brazilian Journal of Music Therapy**, 30 jun. 2019.

CARDOSO, L.; GALERA, S. A. F. O cuidado em saúde mental na atualidade. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 45, p. 687–691, 1 jun. 2011.

CHAGAS, M.; PEDRO, R. **Musicoterapia**: desafios entre a modernidade e a contemporaneidade. Rio de Janeiro: Mauad Editora Ltda, 2009.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. (2022). **Referências Técnicas para Atuação de Psicólogos(os) no CAPS – Centro de Atenção Psicossocial**. Brasília, CFP.

PINTO, R. R. A Música na Produção de Saúde Mental para usuários dos CAPS. 2016. 31 f. Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) – Bacharelato em Saúde Coletiva, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Porto Alegre, 2016.

PUCHIVAILO, M. C.; HOLANDA, A. F. A história da musicoterapia na psiquiatria e na saúde mental: dos usos terapêuticos da música à musicoterapia. **Brazilian Journal of Music Therapy**, 30 jun. 2014.