

EFEITOS DA MUSICOTERAPIA APLICADA A ODONTOLOGIA

Gabriela Marçal Lisboa¹; João Pedro de Azevedo Xavier¹; Lucas Falcão Paulo¹; Nathalia Toscano Luppi de Souza¹, Karla Firme Leão Borges²; Lenize Werneck Poubel Henriques²

1: Acadêmicos de Odontologia da Faculdade Multivix- Vitória ES.

2: Professores Titulares do Curso de odontologia da Faculdade Multivix – Vitória ES.

RESUMO

A musicoterapia é uma ferramenta que cada vez mais vem mostrando sua importância e sua eficácia contra o nervosismo muitas vezes apresentado pelo paciente, tendo em vista que esse é um dos obstáculos mais difíceis que os profissionais da saúde possuem para transpor. Este trabalho visa, com base na literatura, apresentar os benefícios do uso da musicoterapia como uma alternativa terapêutica para a redução do estresse do paciente exposto ao contato com o ambiente odontológico e, assim, apresentar formas de alcançarmos melhorias na relação paciente e cirurgião-dentista, com a finalidade de contribuir para o sucesso da consulta e de todo o tratamento.

Palavras-chave: Musicoterapia, intervenção, terapêutica, não farmacológica, estresse, Odontologia.

ABSTRACT

Music Therapy is an implement that is increasingly revealing more importance and effectiveness against patient's nervousness, owing to this is one of the most difficult obstacles the professional has to surmount. This article, based on literature, aims to bring forward the benefits of the use of the music therapy as a therapeutic alternative to reduce the patient's stress to the exposure from the contact with the dental environment and therefore present forms to improving the relationship between the patient and the dental surgeon, contributing to the success and the management of the treatment.

INTRODUÇÃO

O estresse é o principal fator que desencadeia o medo e a ansiedade, isso se origina porque ele tem a capacidade de bloqueio do bem-estar do ser humano. No consultório odontológico são diagnosticados problemas enfrentados pelo medo, trazendo pontos negativos para o tratamento e “pânico” de dentista ao paciente. “O estresse é uma resposta em reação do organismo em uma situação de medo e é a principal causa de trauma do profissional cirurgião-dentista” (BANCARALI, S. L. & OLIVA, M. P., 2012). A ansiedade pode ser caracterizada por sentimentos que evidenciam preocupações, nervosismos e até mesmo o medo que é dado a um momento particular, geralmente essas manifestações são consequências de eventos desencadeantes de estresse pós-traumático (FLORES, 2016). A música está presente em diversos contextos culturais e sociais, sendo hoje utilizada em vários cenários da área da saúde. Sabendo de seus vários efeitos positivos quando usado na área médica, tem sido notório o aumento do número de profissionais que se interessam e buscam a sua utilização como forma terapêutica.

A musicoterapia é considerada o método mais simples e econômico para potencializar um procedimento odontológico mais cooperativo, proporcionando calma, relaxamento e diminuição do nervosismo. Além de elevar o humor do paciente, atuando como facilitador na relação entre pessoas que dividem o mesmo espaço, não possuindo muitas vezes alguma intimidade significativa que permitam troca de experiências, como geralmente é o caso na interação em consultório odontológico entre cirurgião-dentista e paciente. Sendo assim, uma estratégia para amenizar os reflexos estressores nas consultas e procedimentos odontológicos. Como efeito musicoterápico, a endorfina, um neuro-hormônio produzido pelo próprio organismo com efeito analgésico, é liberado no corpo atuando como um desvio no foco da dor trazendo atenção a música, possibilitando a diminuição tanto da dor física quanto

da dor emocional, dando a sensação do bem-estar, relaxamento e conforto, já que a música tem influência nas emoções e nos sentimentos. Com isso, o objetivo desse artigo foi analisar estudos sobre a eficácia da musicoterapia na área da saúde, com foco na odontologia, e sua atuação no corpo humano, a fim de entender seus efeitos na diminuição dos níveis de estresse e ansiedade mediante a interação entre profissional e paciente.

DESENVOLVIMENTO

O estresse é a resposta enviada pelo organismo a um estímulo externo agressor, sendo este gerado por desgaste físico ou mental. Atualmente, o estresse tem se apresentado entre os indivíduos em uma porcentagem alarmante, geralmente se apresenta associado a problemas de ansiedade ou medo. Segundo estudos realizados, afirma-se que o uso da Musicoterapia Aplicada à Odontologia é como coadjuvante para a resolução de problemas ou situações envolventes ao estresse, sendo até mesmo capazes de atuar reduzindo a percepção e sensação de dor. A humanidade está vivendo sob muito estresse, desencadeando o fator de ansiedade que consegue dominar o indivíduo e alterar todos os campos da vida. A ansiedade tem o poder de anteceder um perigo, podendo ser real ou imaginário, proporcionando sintomas que prejudicam nossa saúde e nossa interação com o meio, como por exemplo: taquicardia, sudorese, aperto no peito, sensação de vazio no estômago e medo intenso. Os cirurgiões-dentistas comumente precisam lidar com pessoas temerosas, ansiosas e muitas vezes traumatizadas, enfrentando problemas em iniciar e concluir procedimentos. Isso se deve aos instrumentais odontológicos, os ruídos presentes no consultório, incluindo o de motores e cadeira, e o próprio ambiente, que trazem à memória um lugar torturante. Vale ressaltar que “a dor está diretamente relacionada com a ansiedade” (SILVA, Hanriett, 2015), motivo que afasta muitas pessoas do serviço prestado pelo cirurgião-dentista, e até mesmo impede que algumas cheguem até mesmo a procurar o consultório odontológico, levando-os a postergar consultas, perdurando os seus problemas bucais e acometendo-se a riscos maiores pelos problemas não tratados. Torna-se, então, um ciclo vicioso, onde o paciente deseja resolver o seu problema, mas pelo medo de submeter-se a mais uma consulta, acaba por desistir, levando a piora do quadro e a necessidade de voltar ao consultório. O que acontece na maioria das vezes é o agravamento do quadro clínico a pontos extremos, onde o cirurgião-dentista precisa intervir de maneira mais invasiva, gerando no paciente um estresse maior e, conseqüentemente, o medo e o trauma. Dessa maneira, o paciente faz uma interligação que o tratamento odontológico está sempre relacionado a situações traumáticas, onde medidas enérgicas precisam sempre ser tomadas, ao invés de correlacionar o tratamento com a prevenção de doenças e melhora da saúde, dificultando a compreensão do real papel do cirurgião-dentista no objetivo de promoção da saúde.

A Musicoterapia Aplicada à Odontologia consiste no emprego da ação de determinadas músicas que possuam sobre o paciente algum efeito relaxante, que o faça sentir-se confortável dentro de consultórios odontológicos, com o intento de desenvolver potenciais de interação e confiança e restaurar funções do indivíduo para que ele consiga uma melhor integração intra e interpessoal, gerando uma melhor experiência no âmbito da prevenção, reabilitação ou tratamento de doenças. A musicoterapia pode então atuar como facilitador na relação entre pessoas que dividem um mesmo espaço, mas que talvez não compartilhem uma boa relação ou não tenham uma intimidade significativa que as permitam a troca de experiências. Estudos realizados em diversos países comprovam que a música apresenta características associadas a métodos não farmacológicos capazes de auxiliar profissionais da área de saúde a alcançarem efeitos de maior quietude durante o tratamento empregado, gerando uma maior produtividade e qualidade do trabalho ministrado. A música por si só é uma terapia que abrange o físico e também o psicológico, permitindo o melhor controle de determinada situação. O estresse pós-traumático é o resultado psicológico da sua reação prolongada a um acontecimento que possa ter causado algum tipo de trauma, desencadeando desequilíbrios psicológicos que afetam em várias circunstâncias. Essa é a realidade de muitos pacientes, que por algum momento da vida precisaram passar por alguma experiência

negativa ligada a procedimentos odontológicos. Podem ter sido submetidos a quadros de extrema dor ou a algum procedimento mal realizado que gerou alguma consequência desagradável. O uso da musicoterapia nesses casos tem efeitos positivos na interação do tratamento do estresse pós-traumático, atuando no psicológico, social e emocional daqueles que são integrados ao ambiente musical. No controle da ansiedade ela é um fator imprescindível, e se usada de forma correta, a técnica promove o relaxamento, a distração do paciente e até mesmo a diminuição da percepção da dor pela liberação de endorfina, um neuro-hormônio produzido pelo próprio organismo com efeito analgésico, disposta no corpo atuando como um desvio no foco da dor, trazendo atenção à música, possibilitando a diminuição tanto da dor física quanto da dor emocional, dando a sensação do bem-estar, conforto durante o tratamento odontológico e colaborando no processo de promoção da saúde.

Segundo Blaer et al. (2008), devemos evidenciar que a música pode ajudar a eliminar a dor e reduzir o estresse e a tensão, além de induzir o relaxamento. A música é uma intervenção não farmacológica ideal, por ser de fácil acesso, baixo custo e favorecer a redução da ansiedade e a atividade fisiológica. É importante ressaltarmos que o estresse não acomete somente os pacientes, os profissionais e estudantes da saúde também têm apresentado problemas causados pela cobrança a qual são submetidos, gerando irritabilidade, depressão e, conseqüentemente, queda na qualidade do serviço e desempenho prestado. Observando isso, a Unidade de Terapia Intensiva Infantil de um hospital público da cidade de Porto Alegre divulgou a eficiência que alcançou após iniciar métodos envolvendo musicoterapia para todos os profissionais, trazendo a eles relaxamento, melhores condições físicas e psiquiátricas. A música pode melhorar o desempenho do trabalho em equipe, incluindo melhoras no relacionamento e na comunicação entre os membros da mesma equipe de trabalho. Após um tempo de estudo e observação, Silva (2015) achou importante lembrar que os cirurgiões-dentistas trabalham cotidianamente com pessoas ansiosas e muitas das vezes enfrentam problemas em iniciar os procedimentos, o porquê é relatado como medo da cadeira odontológica, do barulho do micromotor e das agulhas, que tornam o atendimento um massacre para o paciente. Relatos de cirurgiões-dentistas que enfrentam dificuldades para executarem as técnicas necessárias, devido ao comportamento do paciente, são muito comuns de se encontrar, entretanto, quando esse fator comportamental está associado com problemas de saúde, como exemplo o Parkinson, a depressão ou a dislexia, o quadro tende a piorar. Entretanto, até mesmo nesses casos, a musicoterapia tem trazido resultados satisfatórios para os atendimentos realizados.

Gatti e Silva (2013) relatam que no século XIX a música vinha sendo utilizada pelas instituições psiquiátricas, onde era possível observar que ouvir melodias suaves trazia consigo a capacidade de acalmar pacientes agitados. Entretanto, Bruvik et al. (2018) afirma que quando avaliado individualmente em algumas situações, as experiências musicais podem evoluir. A musicoterapia aplica em ampla gama de abordagem, necessita de alta aceitação do paciente e apresenta poucos efeitos colaterais.

Na maioria das situações, o consultório odontológico é visto pela população como um ambiente onde a dor é um sintoma característico. Após um estudo realizado por Dantas et al. (2013), ficou estipulado que aproximadamente 94% dos pacientes apresentam características tendenciosas ao estresse ou ansiedade, sendo mais suscetível a dor, entretanto, quando expostos a musicoterapia, os pacientes apresentam maior tranquilidade e melhoria quando analisado o limiar de dor. Com isso, podemos afirmar que quando submetidos corretamente à musicoterapia, os pacientes odontológicos tendem a sentir menos dor, e podem, dessa maneira, interpretar o procedimento como algo que não trará malefício algum, pelo contrário, passam a confiar que o trabalho a ser realizado pelo profissional tem como objetivo restaurar o equilíbrio de sua saúde oral e, conseqüentemente, de seu bem-estar geral.

É de fundamental importância que ao optar pelo uso da musicoterapia em seu ambiente de trabalho o cirurgião-dentista esteja apto e informado sobre os critérios para escolha e emprego da técnica. Vale ressaltar que da mesma forma que a música tem características capazes de proporcionar maior tranquilidade e conforto, quando ministrada de forma indevida, a mesma pode causar efeitos indesejáveis, como maior estresse, agitação e irritabilidade.

O gosto musical do paciente quando relacionado à música no momento utilizada está completamente ligado, uma vez que o cérebro irá receber comandos ao escutá-la, liberando informações sensitivas para o paciente e remetendo-o a situações importantes já vividas ou planejadas. Entretanto, se o gosto do paciente for por um estilo musical agitado e com maior barulho, a tensão pode ser aumentada. Por isso, afirma-se que a Musicoterapia Aplicada à Odontologia deve ser ministrada preferencialmente em estilos musicais mais tranquilos e suaves, e aconselha-se o início do contato do paciente com a música na sala de espera, para que sejam enviados comandos para o corpo relacionados a um maior estado de tranquilidade, atuando como um amenizador do estresse, levando o paciente a usufruir adequadamente do tratamento de forma muito mais prazerosa e a colaborar com o propósito da consulta.

Embora o índice de ansiedade e dor seja maior nos casos de pacientes, é fundamental ressaltarmos que o estresse na maioria dos casos também acomete o cirurgião-dentista. Essa situação pode ser causada pelas responsabilidades do dia a dia, excesso de trabalho ou até mesmo pela dificuldade de controlar e acalmar os pacientes para os procedimentos. Por isso, a musicoterapia é de sumo auxílio para que o ambiente odontológico tenha paliativos capazes de levar maior sensação de tranquilidade, exercendo o papel de facilitador na inter-relação com o paciente.

Indivíduos portadores de doenças sistêmicas como o câncer, por exemplo, estão ainda mais suscetíveis à irritabilidade, estresse e até a enjoos durante a consulta, o que muitas vezes ocasiona o abandono do tratamento por parte desses pacientes. Moreira et al. (2014) relatam que a musicoterapia aplicada nos consultórios odontológicos, além de proporcionar maior tranquilidade para esses pacientes, também é capaz de causar alívio de náuseas e vômitos.

Ainda é necessário que mais estudos sejam realizados para que possamos ter a total compreensão do efeito da musicoterapia atuante no organismo de forma psicológica e fisiológica. Ressaltando também a necessidade de maior informação sobre a precisão dos benefícios e possíveis malefícios que possam ser trazidos pelo uso da música como forma de terapia, para que haja maiores comprovações de como a Musicoterapia Aplicada à Odontologia possa ser aproveitada da melhor forma e com aproveitamento completo de seu potencial terapêutico.

CONCLUSÃO

Compreende-se que a música possui eficácia terapêuticas nas várias áreas da saúde, salientando nesse estudo o ambiente odontológico. Sabendo que tem crescido o interesse em utilizar a música de forma concomitante assim auxiliando no tratamento dos pacientes, com atuação maior na redução do estresse e ansiedade frente aos procedimentos promovidos pelo cirurgião-dentista e sua equipe. Entende-se que a prática que chamamos de “musicoterapia” só pode ser assim denominada se esta for aplicada por um musicoterapeuta, que é o profissional habilitado com a qualificação de uma formação que permite um maior conhecimento para que as técnicas sejam abordadas de forma correta, evitando iatrogênias que levem ao resultado contrário ao esperado tanto pelo profissional quanto pelo paciente. É notória a ação benéfica da música no tratamento não farmacológico do estresse e ansiedade, sendo uma ferramenta interessante se utilizada com responsabilidade e sapiência. Faz-se, porém, necessária uma pesquisa maior sobre os

demais possíveis efeitos da musicoterapia em outras áreas de atuação em saúde e resultados comprovados que enalteçam o uso da música como importante forma de tratamento coadjuvante na área da saúde.

AGRADECIMENTO

Agradecemos a Prof. Dra. Karla Firme Leão Borges e a Prof. Dra. Lenize Werneck Poubel pela orientação e atenção que a nós foi ofertada no decorrer de todo este trabalho. Aproveitamos a oportunidade e gostaríamos também de agradecer a Faculdade Brasileira de Ensino Pesquisa e Extensão Multivix, pela oportunidade que nos foi concedida, assim como todo o conhecimento que temos herdado durante esses períodos até aqui, que tem sido de grande importância para a compreensão não somente da prática odontológica, como também no manejo com os pacientes a fim de cuidarmos a produzir um ambiente benéfico não só para a saúde oral, mas a fim de beneficiar a saúde como um todo, dessa forma auxiliando-nos na correta realização dessa revisão literária.

REFERÊNCIAS

- Aleixo, M.A.R; Santos, R.L; Dourado, M.C.N; Efficacy of music therapy in the neuropsychiatric symptoms of dementia: systematic review. *J Bras Psiquiatr.* 2017;66(1):52-61.
- AMAÍZ, A. J., Flores, M.A: *“Abordaje de la ansiedad del paciente adulto em La consulta odontológica: propuesta interdisciplinaria”* – Odontologia Vital, p. 21 -28, 2016.
- Andrade, ED. *Terapêutica Medicamentosa em Odontologia.* 2ºed. São Paulo: Artes Médicas; 2006. Sedação consciente; 26-32.
- Arndt, A.D.; Cunha, R; Volpi, S. “Aspectos da Prática Musicoterapêutica: Contexto Social e Comunitário em Perspectiva” – *Psicologia & Sociedade*, p 387-395, 2016.
- Bancarali, S. L; Olivia, M. P. *“Efecto de la Musicoterapia sobre los Niveles de Estrés de los Usuarios Internos de La Clínica de Odontología de La Universidad del Desarrollo”* – Universidad del Desarrollo, int. J. Odontostomat., p. 189-193, 2012.
- Cruz CM; Díaz-Pizán ME. La música como método alternativo em la modificación de la conducta Del niño durante el tratamiento dental. *Rev Estomatol Herediana* 2005;15(1).
- Franzoi, M.A.H; et al. Intervenção musical como estratégia de cuidado de enfermagem a crianças com transtorno do espectro do autismo em um centro de atenção psicossocial. *Texto Contexto Enferm*, 2016; 25(1): e 1020015.
- Ferreira, N.C; Ramalho, E.S; Lopes, J.L. Non-pharmacological strategies to decrease anxiety in cardiac catheterization: integrative review. *Rev Bras Enferm.* 2015; 68(6):784-93. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/00347167.2015680-614j>.
- Landis- Shack; et al. “Music Therapy for Posttraumatic Stress in Adults: A Theoretical Review” – *Psycho musicology*, p.334-342, 2017.
- Mconell; et al. “Evaluation of the effectiveness of music therapy in improving the quality of life of palliative care patients: a randomised controlled pilot and feasibility study” – *Pilot and Feasibility Studies*, 2016.

Ramos, A.F.N; Tavares, A.P.M; Mendonça, S.M.S; Pain and dyspnea control in câncer patients of an urgency setting: nursing intervention results. Rev Dor. São Paulo, 2017 apr-jun;18(2):166-72

Rocha, V.C.; Boggio, P. S. A; música por uma óptica neurocientífica. Per Musi, Belo Horizonte, n.27, 2013, p.132-140.

Sampaio, R.T.; et al. “A Musicoterapia e o Transtorno do Espectro do Autismo: uma abordagem informada pelas neurociências para a prática clínica”. – Per Mus. Belo horizonte, n 32, p 137-170, 2015.

Santana D.S.T; Zanini, C.R.O; Sousa, A.L.L. Efeitos da música e da musicoterapia na pressão arterial: uma revisão de literatura. Rev. In Cantare. 2014; 5:37-57.

SILVA, V; MARCON, S; SALES, C; – “*percepções de familiares de pessoas portadoras de câncer sobre encontros musicais durante o tratamento*” – Revista Brasileira de Enfermagem REBEn, Marigá –PR, p. 408 – 414, 2014.

SILVA, H; – “*A Música Atuando na Diminuição dos Níveis de Ansiedade do Paciente Durante o Tratamento Odontológico*” – Faculdade de Pindamonhangaba, São Paulo, p. 1-24, 2015.

Silva VA, Leão ER, Silva MJP. Assessment of quality of scientific evidence on musical interventions in caring for cancer patients. Interface (Botucatu). 2014.

SILVA, Gabriela et.al. “*Utilização de experiências musicais como terapia para sintomas de náusea e vômito em quimioterapia*” Rev Bras Enferm, Brasília, vol. 67, p.630, 2014.

Schimid, W. et al. “Patient’s and health care provider’s perspectives on music therapy in palliative care”. Jornal BMC Palliative Care; 2018.

Taets, G.G; Barcellos, L.R.M: “Música no cotidiano de cuidar: Um recurso terapêutico para enfermagem” – Revista de Pesquisa Cuidado é fundamental, p. 109-116, 2010.

Taets, G.G.C; et al. Impacto de um programa 26 de musicoterapia sobre o nível de estresse de profissionais de saúde. Rev. Bras. Enferm. 2013;66(3):385-390.

Silva, M.N; et al. A música para indução de relaxamento na terapia de integração pessoal pela abordagem direta do inconsciente ADI/TIP. 2012;5(2):88-99.

Wazlalawick, P; Camargo, D; Maheirie, K. História de relação com a música: a “composição” do musicoterapeuta. Rev. Cient. 2. Disponível em. Acesso em: 17 de novembro de 2015.