Newsletter
72| Janeiro 23/ Fevereiro 23

Musicoterapia em Geriatria

A Musicoterapia define-se como um "processo refletivo no qual o terapeuta ajuda o cliente a otimizar a sua saúde usando várias facetas da experiência musicoterapêutica e as relações formadas através dela como ímpeto para a mudança" (Bruscia, 2014). Deste modo, a musicoterapia pode estar associada a diversos contextos terapêuticos, incluindo a geriatria.

A musicoterapia em geriatria tem demonstrado resultados significativamente positivos no que diz respeito às necessidades físicas, cognitivas e psicológicas desta população. O principal objetivo da musicoterapia neste âmbito é poder fornecer um aumento da qualidade de vida a par da estimulação sensorial, da socialização e da expressão emocional.

A música tem em si particularidades que incitam à motivação do indivíduo, por exemplo, na participação em atividades independentemente das suas capacidades, atendendo ao facto de que as sessões de musicoterapia poderem adquirir uma participação passiva—escuta musical. Por outro lado proporciona uma via de comunicação mesmo quando o cliente já não apresenta expressão oral, uma vez que a música tem dupla faceta: verbal e não verbal. Assim, através do canto e da exploração e improvisação com instrumentos musicais é possível aceder a expressões emocionais a partir do não verbal e ao mesmo tempo comunicar musicalmente com o cliente. No que diz respeito às funções cognitivas, sobressai-se a memória, esta que tanto é referida na principal patologia associada à geriatria, a demência. O canto e a audição de canções já conhecidas relacionam-se com o sistema nervoso central aumentando a conectividade neuronal referente a memórias mais antigas. Coexistem ainda técnicas que pretendem induzir humor musical no sentido de recuperar o humor propício a facilitar a memória.

Relativamente à estimulação física e motora , as atividades rítmicas incitam ao movimento motivando o cliente para exercícios de reabilitação relacionados, por exemplo, com a fisioterapia. O aumento de capacidade de atenção também é um foco da musicoterapia na geriatria, pois a música "fornece as dimensões adicionais de emoção e motivação para facilitar a concentração e manter a pessoa na tarefa" (Thaut, 2014).

Então e qual é a diferença entre música na geriatria e musicoterapia? Não é a mesma coisa? A realidade é que ambas utilizam a mesma base, a música, mas o conceito e intervenção são consideravelmente diferentes. A música na geriatria é aplicada como conceito de atividade recreativa, no sentido em que são escolhidos músicos amadores/profissionais para se dirigirem ao centro geriátrico para uma tarde conjunta de música. O que observamos é que existem claramente estímulos musicais recreativos, mas não existem objetivos terapêuticos pré-estabelecidos. Na musicoterapia a direccionalidade é diferente, sendo que a música é utilizada com o intuito de ajudar a pessoa idosa na recuperação, manutenção ou melhora das suas condições funcionais e emocionais. São planificados objetivos terapêuticos perante cada pessoa ou grupo de pessoas. Assim, a intervenção musicoterapêutica em contexto de geriatria foca-se em dois pontos: a prevenção (associada, por exemplo, ao envelhecimento ativo) e a intervenção terapêutica que visa trabalhar com pessoas idosas com dependências.

Beatriz Carvalho—estagiária de musicoterapia

Thaut, M. H., & Hoemberg, V. (Eds.). (2014). *Handbook of neurologic music therapy.* Oxford University Press.

Bruscia, K. E. (Ed.). (2014) *Defining Music Therapy.* Barcelona Publishers.

Newsletter
72| Janeiro 23/ Fevereiro 23

EM REVISTA

Dia de Reis

Como manda a tradição, no dia 6 de janeiro os clientes da nossa ERPI celebraram o Dia de Reis. Ao início da manhã aqueceram as vozes e animaram as crianças da Creche Geração cantando as janeiras. Depois foi altura de pôr as mãos na massa e confecionar Bolos Rainha. Somos suspeitos, mas para nós ficaram aprovadíssimos.

Capacitar para Cuidar +

Iniciámos em janeiro o novo projeto de formação na área da demência: "Capacitar para Cuidar +". Numa primeira fase demos formação teórica a cuidadores formais que, depois, foi consolidada com uma visita às nossas instalações para ver o trabalho realizado pelos técnicos e auxiliares da ERPI.

Passeios Semanais

Mesmo durante os meses mais frios se realizam os passeios semanais da ERPI. Nos dias de chuva refugiamo-nos numa pastelaria onde bebemos um café quentinho. Quando o tempo o permite rumamos a um jardim e aproveitamos o sol de inverno.

Newsletter
72| Janeiro 23/ Fevereiro 23

EM REVISTA

Festa de Carnaval

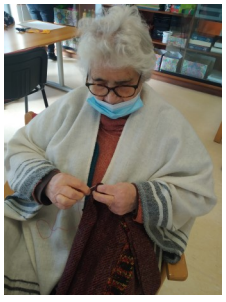
Já diz o povo que "a vida são dois dias e o Carnaval são três" e os clientes da nossa ERPI aproveitaram bem esta época de folia com dois dias de festa! Na sexta-feira a celebração foi feita com as crianças da Creche Geração que se vestiram a rigor e desfilaram com os seus fatos, fazendo as delicias dos mais velhos. Na segunda-feira convidámos familiares e amigos para um lanche convívio que se tornou numa tarde passada em boa companhia e com muita diversão. Houve ainda quem se arriscasse a cantar no karaoke, tornando a nossa tarde ainda mais animada.

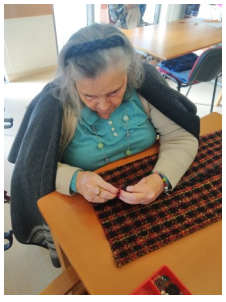
Atividade Intergeracional

Além das atividades realizadas com as crianças da Creche Geração, os clientes da ERPI prepararam dois momentos de convívio entre os idosos e os alunos do Park International School: uma sessão de bingo e uma atividade de expressão plástica associada ao Carnaval.

Atelier Ponto e Linha

O atelier Ponto em Linha encontra-se em pleno funcionamento e as nossas clientes não têm mãos a medir. Depois da construção de um presépio para a quadra natalícia, iniciámos novo projeto: a criação de capas e malas que em breve vos serão apresentadas.



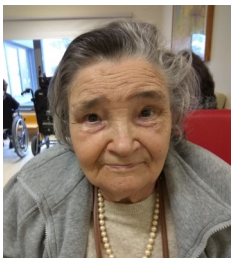


Newsletter

72| Janeiro 23/ Fevereiro 23

Aniversários Clientes ERPI e Clientes da Unidade de Neuro-Estimulação

Aurea Soutinho
01/01



Luísa Rodrigues
06/01

Teresa Delfim
17/01

Ermelinda Carapito
23/01

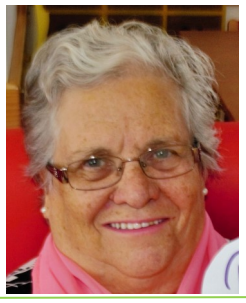
Salvador Ferreira
25/01

Patrocínia Coquenim
27/01

Luísa Figueiredo
09/02

Jaime Custódio
12/02

Marieta Cardoso
16/02



Rogério Gomes
19/02

Luísa Dourado
28/02