

A MUSICOTERAPIA NA REDUÇÃO DO ESTRESSE DE PAIS DE BEBÊS PRÉ-TERMOS: REVISÃO INTEGRATIVA

THE MUSIC THERAPY IN THE REDUCTION OF PRETERMS BABIES' PARENTS STRESS: INTEGRATION REVIEW

KAIO YURI MORIMOTO¹, MILENA TORRES GUILHEM LAGO², ADRIANA VALONGO ZANI^{3*}

1. Bolsista do Programa de Iniciação Científica Júnior financiando pelo CNPq por meio da Universidade Estadual de Londrina – UEL; 2. Enfermeira, Doutoranda de Enfermagem da Universidade Estadual de Londrina – UEL; 3. Pós-Doutora em Saúde Coletiva pela FMB/UNESP. Professor Adjunto do Departamento de Enfermagem da Universidade Estadual de Londrina – UEL.

* Departamento de Enfermagem da Universidade Estadual de Londrina (UEL). Avenida Robert Kock 60, Vila Operária, Londrina, Paraná. Brasil. CEP: 86039-440. adrianazanienf@gmail.com

Recebido em 22/07/2019. Aceito para publicação em 19/08/2019

RESUMO

Objetivo: Identificar, por meio da literatura científica, a utilização da musicoterapia como estratégia terapêutica para redução do estresse de pais de bebês pré-termos. **Metodologia:** Realização de uma revisão integrativa utilizando artigos científicos completos indexados nas bases de dados Literatura Latino-Americana (LILACS), PubMed e *Medical Literature Analysis and Retrieval System OnLine* (MedLine) publicados nos idiomas português e inglês, e contendo descritores selecionados. **Resultados:** Dentre os três artigos introduzidos nesta revisão, dois são de caráter quantitativo, sendo ensaios clínicos randomizados e o outro é uma revisão de literatura. Os principais benefícios apontados pelas pesquisas, mostraram que o uso de 30 a 60 minutos de sessão de musicoterapia, pode reduzir o fator de estresse de pais de prematuros, dor pré e pós-natal, e proporcionar melhora no quadro de variabilidade cardíaca. **Conclusão:** É possível observar que a música é uma estratégia com efeito positivo na redução de estresse de pais de bebês pré-termos. Também, obteve influência efetiva no quadro cardíaco dos pais e na redução da dor do parto das mães. Diante destes resultados é sugerido uma intensificação do uso da música em UTIs neonatais como terapia integrativa para pais de prematuros.

PALAVRAS-CHAVE: Música, musicoterapia, pais, prematuro, estresse psicológico.

ABSTRACT

Objective: Identify, through the scientific literature, the use of music therapy as a therapeutic strategy in the reduction of preterms babies' parents stress. **Methodology:** It is an integrative review using complete scientific articles indexed on Lantin American Literature (LILACS), PubMed and Medical Literature Analysis and Retrieval System OnLine (MedLine) databases, published in Portuguese and English languages, and containing selected descriptors. **Results:** Among the three articles introduced in this review, two of them are randomized clinical trials of quantitative character, and the other one is a literature review. The main benefits pointed out by researches, showed that the use of 30 to 60 minutes of music therapy session can reduce the stress factor of premature infants' parents, pre and postnatal pain, and provide improvement in cardiac variability. **Conclusion:** It is possible to observe music is a strategy with positive effect on stress

reduction of preterms babies' parents. Also, had an effective influence on the cardiac condition of parents and on the reduction of labor pain in mothers. So, it is suggested an intensification of the use of music in neonatal ICUs as an integrative therapy for premature infant's parents.

KEYWORDS: Music, music therapy, parents, premature, stress psychological.

1. INTRODUÇÃO

É de conhecimento geral a importância do bem-estar dos pais durante o início do período gestacional da mulher até seu pós-natal, no entanto em situações de extrema preocupação, o desenvolvimento de sensações desagradantes e doenças psicológicas, como estresse, ansiedade e a depressão, se torna constante, levando a necessidade de uma mediação, com o intuito de minimizar a ocorrência¹.

Dentre alguns exemplos mais estressantes na caminhada dos pais, se encontra a prematuridade, que guia o bebê e os seus genitores a um desafio complicado, na qual enfrentam frustrações e preocupações, sujeito ao desdobramento de transtornos mentais e comportamentais aos pais².

Casos de prematuridade vêm se intensificando e sendo expressa de maneira significativa, atingindo um número de 30 milhões de partos de pré-termos a cada ano, no mundo³.

O nascimento prematuro expõe a criança à diversos procedimentos de recuperação de alto risco, aumentando significativamente a preocupação dos pais, acarretando em episódios de estresse, insegurança e apreensão. Faz-se fundamental e relevante o entendimento de que ambos os pais do bebê prematuro, mãe e pai, são afetados pela tensão e a inquietude^{9,10}.

Atualmente, existem alguns caminhos alternativos de intervenção para ajudar na redução deste problema. Diversas terapias já foram estudadas para diminuir este nervosismo, dentre elas foi encontrada a musicoterapia¹⁰. Com o aumento da popularidade da musicoterapia, muitos estudos foram feitos para

investigar e compreender o seu efeito positivo na saúde dos indivíduos, mas poucos sobre o impacto da técnica em pais de recém-nascidos pré-termos.

Pesquisas afirmam que a música reduz a atividade neuroendócrina e sistema nervoso simpático (SNS), resultando em respostas de relaxamento, prazer, e conseqüentemente na diminuição do estresse e ansiedade e possui capacidade de alterar, e melhorar, a modulação cardiovascular e seus índices de variabilidade de frequência cardíaca (VFC)^{4,5}.

Diante dos benefícios que a musicoterapia pode oferecer, o objetivo desta pesquisa foi identificar, por meio da literatura científica, a utilização da musicoterapia como estratégia terapêutica para a redução do estresse de pais de bebês pré-termos.

2. MATERIAL E MÉTODOS

O trabalho realizado se voltou no desempenho de uma revisão integrativa, método de pesquisa muito usufruído pela área da saúde desde 1980, por ser um meio que reúne e sintetiza pesquisas e seus resultados, para o aprofundamento do conhecimento de um tema em questão⁶.

Esta ampla abordagem metodológica apresentou vantagens expressivas e relevantes na sua utilização, principalmente na enfermagem, por favorecer a estruturação de um conjunto de conhecimentos essenciais para o desenvolvimento, com base científica, das atividades práticas clínicas⁷.

Basicamente, trata-se de um levantamento de bibliografias e literaturas de fontes secundárias, experimentais e não-experimentais, para se iniciar uma compilação de conhecimentos sobre um tópico, a fim de ajudar em um estudo importante para os profissionais da enfermagem. Esta revisão permite o estabelecimento de uma compreensão vasta do fenômeno analisado⁸.

Para a produção desta revisão integrativa, foi aplicado as seguintes fases^{6,8}:

1. Identificação ou elaboração de uma questão norteadora: Consiste na criação de uma pergunta, de forma clara, objetiva e específica, seguida pela busca de palavras-chaves relacionadas a um raciocínio teórico. Neste estudo a dúvida identificada e levantada foi “A musicoterapia/intervenção musical podem reduzir o estresse de pais de bebês pré-termos?”. Os descritores/palavras-chaves, em português e inglês, usadas para a pesquisa foram “música”, “musicoterapia”, “pais”, “estresse”, “music”, “music therapy”, “stress”, “premature” e “mother”.

2. Busca na literatura: Nesta etapa é realizado uma pesquisa das bibliografias, com ferramentas de buscas, e depois uma seleção, determinada por critérios de inclusão e exclusão, estipulados de acordo com o interesse da procura, necessitando de transparência para que propicie a profundidade, qualidade e confiabilidade na escolha. Previamente, no primeiro semestre de 2019, foi optado pela procura de artigos científicos disponibilizados como publicações eletrônicas *on-line* na Biblioteca Virtual em Saúde (BIREME), dispo de duas bases de dados: Literatura Latino-Americana e do

Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), PubMed, que é oferecido pela Biblioteca Nacional de Medicina dos Estados Unidos, e a *Medical Literature Analysis and Retrieval System OnLine* (MedLine); se aplicando nelas os descritores previamente escolhidos na fase um do processo. O parâmetro de apuração empregado, para inclusão e exclusão dos artigos na revisão integrativa, deu-se pela leitura dos resumos e o título do trabalho, delimitando pelas especificações instituídas, que são:

a) conter as principais palavras-chaves designadas inicialmente;

b) retratar o estresse e ansiedade dos pais pré-natal e/ou pós-natal;

c) publicações na língua portuguesa ou inglesa, com resumos disponíveis nas bases de dados selecionadas;

d) abordar a musicoterapia como tática terapêutica na redução dos pais de bebês pré-termos;

e) publicação disponível na íntegra do acervo escolhido, no caso Lilacs, Pubmed e Medline.

3. Categorização dos estudos selecionados: Constitui-se na extração de informações dos artigos selecionados, com intuito de sintetizá-las e reuni-las, com o objetivo de organizar e sumarizar os dados de maneira concisa, formando um banco de materiais de fácil acesso e manipulação.

4. Análise e avaliação crítica dos estudos incluídos na revisão: Durante esta etapa se busca analisar e avaliar, de forma crítica, os dados extraídos, a fim de validar a revisão. Estudiosos apontaram as principais questões como instrumento para a realização da investigação da pesquisa, aplicadas neste estudo. O instrumento compreende a questão da pesquisa e o porquê de sua relevância, a adequação da metodologia, a hipótese criada para solução do problema, e objetivo do artigo produzido.

5. Interpretação dos resultados: Comparar e fundamentar os artigos selecionados, fundamentando o conhecimento teórico com a avaliação da sua aplicabilidade. Após a análise dos artigos selecionados que atenderem aos critérios de inclusão, foi utilizado um quadro sinóptico especialmente construído para esse fim, que contemplou os seguintes aspectos: título do artigo; identificação dos autores; objetivo(s) do estudo; resultados e conclusões/recomendações.

6. Apresentação da revisão/síntese do conhecimento: Abordagem do documento elaborado de maneira objetiva e completa, apresentando as evidências encontradas, permitindo o leitor avaliar criticamente os resultados e facilitando a comparação dos estudos.

3. DESENVOLVIMENTO

Para a realização deste estudo, foram incluídos três artigos, na qual todos foram disponibilizados no idioma inglês, com nacionalidades diferentes, sendo elas Brasil, Estados Unidos da América (EUA) e Taiwan. Dentre os artigos escolhidos, um possui autoria de um enfermeiro, um de uma psicóloga e o último de uma musicoterapeuta. Os anos de publicações de dois dos trabalhos ocorreram em 2018 e um no ano de 2006. Já

os países de publicação foram feitos no continente americano e asiático, sendo cada artigo publicado em um país diferente, citados anteriormente.

A *Figura 1* demonstra um fluxograma realizado para configurar e explicar a seleção dos artigos em cada base de dados, colocando foco no uso da musicoterapia como fator e estratégia na redução de estresse de pais de bebês pré-termos.

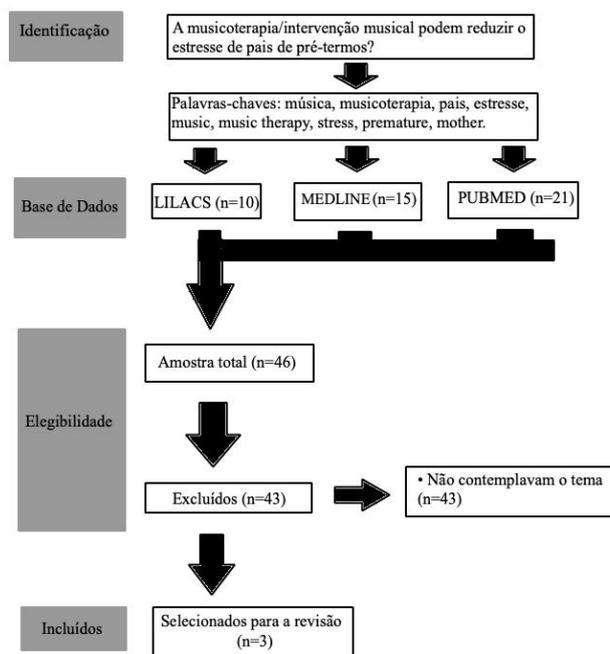


Figura 1. Fluxograma representando a seleção de artigos que enfocam na musicoterapia como terapia na redução de estresse de pais de bebês pré-termos.

Dentre os três artigos selecionados, dois são ensaios clínicos randomizados e um é uma revisão narrativa de literaturas. A *Tabela 1* apresenta a síntese das publicações incluídas nessa revisão integrativa (ANEXO 1).

4. DISCUSSÃO

A hospitalização de um bebê pré-termo é um processo estressante e de muita preocupação, principalmente para os pais que vivenciam este momento⁹. Essa apreensão em excesso contribui na evolução de complicações da saúde mental dos indivíduos, podendo gerar transtornos e doenças, como a depressão, estresse, ansiedade².

Os artigos analisados propõem o uso da música como uma intervenção terapêutica, visto que se observou a redução do estresse de pais de bebês pré-termos. Outro ponto relevante é que a música se configura como uma técnica útil, de baixo custo e efetivo na redução do estresse/ansiedade de pais^{9,10,11}.

O uso da música pode ser considerado como uma intervenção segura e potente, proporcionando a estabilidade nos estados emocionais e comportamentais da mãe da criança⁹.

É relevante considerar que a ansiedade está relacionada também a baixos índices de VFC, podendo

propiciar uma condição patológica, que reduz a capacidade cardíaca⁵. Deste modo, assim como na diminuição da tensão dos pais, foi identificado, em um ensaio clínico randomizado, que a musicoterapia também influencia positivamente sobre o controle autonômico da frequência cardíaca (FC), ajudando na prevenção de doenças cardiovasculares¹¹.

Por meio de um ensaio clínico randomizado demonstrou que além de melhorar a ocorrência de ansiedade pós-natal, a música como terapia integrativa complementar, atuou de forma favorável no controle da dor durante o parto da mãe¹⁰.

Em relação a preferência musical, alguns autores descreveram que para um tratamento fundado no relaxamento, foi pedido que as próprias mães optassem pelas músicas preferíveis, dentre vocais ocidentais e canções de ninar instrumentais, que mais lhe agradavam^{9,11}.

Os estudos apontaram que as sessões de musicoterapia costumaram ter uma duração variando de 30 a 60 minutos^{9,11}.

5. CONCLUSÃO

Com o suporte dos artigos selecionados e analisados, foi possível atingir o propósito da pesquisa, esclarecendo que a música possui efeito benéfico, servindo de método na diminuição do estresse de pais de bebês pré-termos, assim como na melhora do quadro cardíaco dos pais, prevenindo doenças cardíacas, e na dor durante o parto vaginal.

É importante evidenciar que o recurso diversificado é acessível pelos hospitais e clínicas, por possuir baixo custo e facilidade de aplicação, característica considerável pela ampla eficiência que a musicoterapia pode ocasionar e prevenir.

Com todos estes resultados, é sugerido um maior olhar dos profissionais da saúde e estudiosos para que o uso da música nas UTIs neonatais, possa ser utilizada como técnica de tratamento que se refere diretamente na vida e na saúde dos pais envolvidos, durante o período de internamento do filho(a) prematuro.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) pela concessão de bolsas de Iniciação Científica e a oportunidade da realização da pesquisa.

REFERÊNCIAS

- [1] Tohotoa J, Maycock B, Hauck YL *et al.* Can father inclusive practice reduce paternal postnatal anxiety? A repeated measures cohort study using the hospital anxiety and depression scale. *BMC Pregnancy and Childbirth* 2012; 12: 75.
- [2] Pontes GAR, Cantillino A. A influência do nascimento prematuro no vínculo mãe-bebê. *J Bras Psiquiatr* 2014; 63(4): 290-298.
- [3] World Health Organization. Nearly 30 million sick and premature newborns in dire need of treatment every year:

2018. [acesso 30 jun. 2019] Disponível: <https://www.who.int/news-room/detail/13-12-2018-nearly-30-million-sick-and-premature-newborns-in-dire-need-of-treatment-every-day>
- [4] Lai HL. Music preference and relaxation in Taiwanese elderly people. *Geriatr Nurs.* 2004; 25(5): 286-291.
- [5] Pinheiro GV, Martiniano EC, Alcântara GC *et al.* Relação entre ansiedade e modulação autonômica cardíaca. *ABCS Health Sci.* 2018; 43(3): 181-185.
- [6] Mendes KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto Contexto Enferm* 2008; 17(4): 758-764.
- [7] Roman AR, Friedlander MR. Revisão integrativa de pesquisa aplicada à enfermagem. *Cogitare Enferm.* 1998; 3(2): 109-112.
- [8] Souza MT, Silva MD, Carvalho R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *einstein.* 2010; 8: 102-106.
- [9] Lai HL, Chen CJ, Peng GTC *et al.* Randomized controlled trial of music during kangaroo care on maternal state anxiety and preterm infants' responses. *International Journal of Nursing Studies* 2006; 43: 139-46.
- [10] Field MT. Postnatal anxiety prevalence, predictors and effects on development: A narrative review. *Infant Behavior and Development* 2018; 51:24-32.
- [11] Ribeiro MKA, Alcântara-Silva TRM, Oliveira JCM *et al.* Music therapy intervention in cardiac automatic modulation, anxiety, and depression in mothers of preterms: randomized controlled trial. *BMC Psychology* 2018; 6:57.

ANEXO 1

Tabela 1. Apresentação da síntese dos artigos abordados na revisão integrativa deste trabalho.

Título	Autor	Ano e País de Publicação	Objeto de estudo	Resultado	Conclusão
Randomized controlled trial of music during kangaroo care on maternal state anxiety and preterm infants' responses.	Lai, H.L., <i>et al.</i> ⁹	Taiwan, 2006.	Investigar as influências da música durante o método <i>kangaroo care</i> observando os efeitos relacionado à ansiedade materna e as repostas dos bebês pré-termos.	A intervenção revelou uma estabilidade comportamental materna com a diminuição na ansiedade diariamente e uma maior incidência de sons mais tranquilos e menos choro por parte dos bebês.	A intervenção da música durante o método <i>kangaroo care</i> é segura e notavelmente potente contra a instabilidade dos estados comportamentais de ansiedade materna de bebês pré-termos.
Postnatal anxiety prevalence, predictors and effects on development: A narrative review.	Field, M.T. ¹⁰	Estados Unidos (EUA), 2018.	Descrever e discutir a literatura, derivada de uma busca por publicações de pesquisas e revisões da ansiedade pós-parto, sobre a prevalência e os efeitos dos estados humorísticos predominantes pós-natal, como a depressão.	Foi encontrado seis estudos de intervenção de ansiedade pós-parto, dentre um deles a musicoterapia foi fator na redução da ansiedade e na dor, durante e após o parto.	Observou-se poucos estudos de terapias alternativas, dentre eles a musicoterapia foi uma terapia efetiva. Mas, destaca a necessidade na replicação dos pequenos estudos para uma amostra maior, em ensaios controlados randomizados, auxiliando mulheres no pós-parto.
Music therapy intervention in cardiac autonomic modulation, anxiety, and depression in mothers of preterms: randomized controlled trial.	Ribeiro, M.K.A., <i>et al.</i> ¹¹	Brasil, 2018.	Avaliar a influência da intervenção musicoterapêutica sobre o controle da frequência cardíaca, ansiedade e depressão em mães de bebês pré-termos.	A intervenção mostrou melhora nos escores de ansiedade, depressão.	A musicoterapia obteve impacto positivo nas variáveis analisadas, atuando, principalmente, na prevenção de doenças cardiovasculares.