

Repercussões de um Grupo de Coral Comunitário como Dispositivo de Promoção da Saúde Mental

Repercussions of a Community Choir Group as a Mental Health Promotion Device

Repercusiones de un Grupo de Coro Comunitario como Dispositivo de Promoción de la Salud Mental

Leonardo Haddad da Costa Barros¹

Danielle Abdel Massih Pio

Roseli Vernasque Bettini

Faculdade de Medicina de Marília

Resumo

Introdução: As práticas em saúde necessitam cada vez mais de um cuidado humanizado, visando à integralidade e à clínica ampliada. Para tanto, devem contemplar progressivamente a integração de diversas áreas do saber comprometidas com a mudança dos paradigmas da psiquiatria clássica. Nesse sentido, a música pode servir como um instrumento de reabilitação e um poderoso recurso em Saúde Coletiva. A presente pesquisa objetiva analisar as repercussões de um coral comunitário na promoção da Saúde Mental em usuários da Rede de Atenção Psicossocial. Método: Foi realizada pesquisa qualitativa, com amostra intencional, sendo convidados os participantes usuários de um coral comunitário. Dos 12 integrantes, oito participaram das entrevistas semiestruturadas, com posterior análise de conteúdo temática. Resultados: Este artigo enfoca a categoria “Repercussões terapêuticas do coral e o papel da equipe multiprofissional”. Discussões: Discutiu-se o papel do grupo na inclusão social, aspectos cognitivos, representações psíquicas, autonomia e laços sociais. Conclusão: Houve melhora de aspectos cognitivos, autoestima, sensações de pertencimento, preenchimento, altruísmo, das relações interpessoais e o contato com a subjetividade. O convívio grupal favoreceu o protagonismo, sentimentos de motivação, utilidade, acolhimento e alegria, revelando um cuidado humanizado.

Palavras-chave: canto, humanização da assistência, terapias complementares, saúde mental, saúde pública

Abstract

Introduction: Health practices increasingly need humanized care, aiming at comprehensiveness and an expanded clinic. To this end, they must progressively consider the integration of different areas of knowledge committed to changing the paradigms of classical psychiatry. In this sense, music can serve as a rehabilitation instrument and a powerful resource in Public Health. The present research aims to analyze the repercussions of a community choir in the promotion of Mental Health in users of the Psychosocial Care Network. Method: Qualitative research was carried out, with an intentional sample, and participants who were users of a community choir were invited. Eight of the 12 members participated in semi-structured interviews, with subsequent thematic content analysis. Results: This article focuses on the category “Therapeutic repercussions of the choir and the role of the multidisciplinary team”. Discussions. The group’s role in social inclusion, cognitive aspects, psychic representations, autonomy, and social bonds. Conclusion: There was an improvement in cognitive aspects, self-esteem, feelings of belonging, fulfillment, altruism, interpersonal relationships, and contact with subjectivity. The group conviviality favored protagonism, feelings of motivation, usefulness, acceptance, and joy, revealing a humanized care.

Keywords: chant, humanization of assistance, complementary therapies, mental health, public health

Resumen

Introducción: Las prácticas de salud necesitan cada vez más un cuidado humanizado, buscando la integralidad y una clínica ampliada. Para ello, deben considerar progresivamente la integración de diferentes áreas de conocimiento comprometidas con el cambio de paradigmas de la psiquiatría clásica. En este sentido, la música puede servir como instrumento de rehabilitación y un recurso poderoso en Salud Pública. La presente investigación tiene como objetivo analizar las repercusiones de un coro comunitario en la promoción de la Salud Mental en usuarios de la Red de Atención Psicossocial. Método. Se realizó una investigación cualitativa, con una muestra intencional, y se invitó a participantes usuarios de un coro comunitario. De los 12 integrantes, ocho participaron de entrevistas semiestructuradas, con posterior análisis de contenido temático. Resultados: Este artículo se enfoca en la categoría “Repercusiones

¹ Faculdade de Medicina de Marília (Famema) – Av. Monte Carmelo, 800, Marília, SP. CEP 17519-030. Telefone: (14) 3311-2929.

terapéuticas del coro y el papel del equipo multidisciplinario". Discusiones: Se discutió el papel del grupo en la inclusión social, los aspectos cognitivos, las representaciones psíquicas, la autonomía y lazos sociales. Conclusión: Hubo mejoría en aspectos cognitivos, autoestima, sentimientos de pertenencia, realización, altruismo, relaciones interpersonales y contacto con la subjetividad. La convivencia grupal favoreció el protagonismo, los sentimientos de motivación, utilidad, aceptación y alegría, revelando un cuidado humanizado.

Palabras clave: canto, humanización de la atención, terapias complementarias, salud mental, salud pública

Introdução

A Música na Promoção de Saúde por meio do Canto Coral

Desde a antiguidade, a música é utilizada como um recurso terapêutico em saúde. Atualmente, existem manifestações dos sons e da música em muitas culturas para tratamentos diversos. As pesquisas correspondem a diversas áreas de atuação em saúde e interdisciplinaridade, como a Medicina, Pediatria, Enfermagem, Gestão, Bioética, Educação Física, Comunicação, Psicopatologia, Fonoaudiologia, Música, Psicologia e Neuropsicologia (Andrade Júnior, 2018).

Andrade Júnior (2018) nos mostra que a música provoca respostas emocionais consistentes, com registros de alterações na amígdala, no hipocampo, no giro hipocampal, no lobo temporal, no estrato ventral e na ínsula. O exercício da criação musical fomenta a capacidade de aprendizado, a redução de ansiedade e o progresso em aspectos cognitivos, emocionais e psicomotores. Em outras pesquisas, também é possível encontrar suas influências positivas na interação social, qualidade do sono, redução da agitação, diminuição da apatia, de comportamentos agressivos e na melhora de quadros relacionados à ansiedade e à depressão. Há também contribuições na redução da desigualdade por meio da inclusão social (Oliveira et al., 2018; Pimentel et al., 2017; Rohr & Alvim, 2016; Santee et al., 2019).

Quanto ao canto coral, diversos estudos apontam suas possibilidades como ferramenta para exercitar a concentração e a respiração, seus benefícios à saúde fisiológica envolvendo funções cardiorrespiratórias e imunológicas, bem como o fortalecimento de redes neurais associadas ao estresse (Souza, Barbosa et al., 2020; Souza, Martins et al., 2020; Kang et al., 2018). Além disso, o canto em grupo é capaz de proporcionar aprendizagem a partir do que a música desperta e de trazer uma alteração na qualidade de vida, podendo ainda favorecer certa ordenação diante de experiências internas e externas desagradáveis (Souza et al., 2019; Maluf et al., 2009; Wisnik, 2017).

No âmbito das políticas públicas do Brasil, a arte como instrumento de saúde passou décadas aguardando o seu espaço. Sua trajetória, que se articula com a da humanização do cuidado e do protagonismo em saúde, passa necessariamente pela história da Reforma Psiquiátrica. No entanto, passa a constar como política pública somente cinco anos após a Lei 10.216/2001 (Lei nº 10.216, 2001; Secretaria de Vigilância em Saúde, 2010).

Em 30 de março de 2006, por meio da Portaria n. 687, foi aprovada a Política Nacional de Promoção de Saúde (PNPS), que fomenta a inserção de atividades inovadoras associadas à linguagem cultural, como a música, o teatro, a literatura de cordel, entre outras (Secretaria de Vigilância em Saúde, 2010). Em seguida, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) foi instituída em 3 de maio de 2006, pela Portaria n. 971, incluindo

práticas como homeopatia, medicina antroposófica, acupuntura/medicina tradicional chinesa etc (Portaria n. 971, 2006). Nove anos depois, em 27 de março de 2017, a partir da Portaria n. 849, o Ministério da Saúde reconheceu e adicionou outras Práticas Integrativas e Complementares (PICs), como a dança circular, a reflexoterapia, a ioga, a quiropraxia, a meditação, a terapia comunitária, a musicoterapia e a arteterapia, entre outras (Portaria nº 849, 2017).

A utilização da música como terapêutica em saúde constitui uma tecnologia leve, podendo ser benéfica no âmbito emocional, na melhora da adesão no tratamento de aspectos físicos e na expressão da subjetividade. Em sua aplicação, estão inclusos ritmos, sons, melodias e harmonias, os quais facilitam as interações entre profissionais e indivíduos (Barcellos, 2015; Portaria nº 849, 2017). Pode servir como um potente recurso a serviço da promoção de saúde, transcendendo a simples experiência auditiva, tornando-se, portanto, uma poderosa estratégia em Saúde Coletiva. Assim, considerando-se a existência de insuficientes espaços de empoderamento que promovam a autonomia dos usuários da Rede de Atenção à Saúde (RAS), este estudo se propõe a compreender a experiência e as repercussões de um coral comunitário na perspectiva dos participantes. Nesse sentido, questiona-se: “Quais as repercussões que a inserção das pessoas em um dispositivo como um coral pode ter na Saúde Mental dos usuários?”.

Método

O presente estudo utilizou a abordagem qualitativa. Segundo Minayo (2008), o método qualitativo é o que melhor se aplica ao estudo das relações, da história, das crenças, dos sentimentos, pensamentos, das representações, opiniões e percepções. É adequado para as investigações de grupos, segmentos focalizados e delimitados, bem como das histórias do ponto de vista dos atores.

A pesquisa teve aprovação do Conselho Municipal de Avaliação em Pesquisa (COMAP) da Secretaria Municipal de Saúde local e do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Instituição de Ensino Superior (IES) proponente, sob o número do Parecer 4.653.966.

Teve como ponto de partida uma prática já implementada e sustentada pelo Núcleo Ampliado de Saúde da Família e Atenção Básica (NASF-AB) em parceria com uma Estratégia de Saúde da Família (ESF) em um município do interior de São Paulo. Trata-se de um coral comunitário com objetivos terapêuticos, mediado por profissionais da saúde e constituído por usuários que se encontravam com periodicidade quinzenal em um centro comunitário da zona sul do município (próximo à ESF de referência).

A amostra do estudo foi intencional, incluindo-se participantes do coral com idade acima de 18 anos. Dos 12 membros, três recusaram a participação e um possuía importantes limitações de comunicação, inviabilizando a entrevista. Desta maneira, a amostragem final representou um total de oito participantes.

O trabalho foi iniciado com uma entrevista piloto para validação do instrumento. A partir de então, foi dado seguimento às entrevistas semiestruturadas, que foram compostas por dados de identificação seguidos por uma questão disparadora e um roteiro, permeando os objetivos do estudo. Os dados de identificação foram preenchidos pelo entrevistador durante as entrevistas, que foram audiogravadas, após o consentimento das entrevistadas obtido

por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os contatos foram realizados individualmente, entre setembro de 2021 e fevereiro de 2022, no decorrer da pandemia do coronavírus. Quando presenciais, ocorreram nos domicílios das participantes. Quando remotos, por chamada de vídeo via plataforma *Google Meet*. A escolha da modalidade remota ou presencial foi previamente combinada com cada participante. Em média, a duração das entrevistas foi de 49 minutos, tendo a mais extensa durado 75 minutos, e a mais curta, 33 minutos.

Foi utilizada a análise de conteúdo na modalidade temática, a qual se destaca por ser um conjunto de técnicas para a análise das comunicações que se aplicam a discursos extremamente diversificados. Tais técnicas visam obter indicadores que permitam a dedução por inferência, possibilitando ao observador interpretar seu conteúdo latente (Bardin, 2011). A categoria escolhida para ser apresentada neste artigo foi “Repercussões terapêuticas do coral e o papel da equipe multiprofissional”.

Caracterização das Participantes

As oito participantes eram mulheres, com idades entre 61 e 73 anos. Quatro se identificaram como casadas, uma como viúva, uma como divorciada e duas como solteiras. Uma descreveu possuir ensino superior incompleto, e uma, completo; uma, ensino médio incompleto, e três, completo; duas possuíam ensino fundamental incompleto. Quatro se declararam aposentadas, duas, do lar; uma era costureira autônoma, e uma, auxiliar de cozinha. Quanto à religião, quatro se caracterizaram como católicas e quatro como evangélicas. Cinco estavam presentes desde o início do grupo (três anos e cinco meses); uma, três anos e três meses; uma, dois anos e cinco meses, e uma, um ano e cinco meses.

Resultados e Discussão

Os núcleos de sentido envolvidos na categoria temática “Repercussões terapêuticas do coral e o papel da equipe multiprofissional” foram: compromisso e pertencimento proporcionados pelo coral; efeitos terapêuticos do coral; repercussões das apresentações do coral; o coral como meio para encontros e relacionamentos; reconhecimento do papel e da postura dos profissionais no coral; oportunidades a partir dos encontros do coral.

Para algumas participantes, o coral foi inserido em um momento da vida em que as atividades laborais e diárias estavam em processo de mudança/descontinuidade:

Aí eu fui pro coral. Aí eu fiquei muito. . . Parece que mudou, sabe?! Fiquei alegre de novo, participativa, fiquei mais confiante. . . Agora, aposentada, aposentada pra mim, na minha cabeça, é aquilo que você põe de lado. Aposenta, ‘aposentei isso’, né?! Então, na minha cabeça, eu não tenho setenta e três anos (risos)! (P6).

Diante dos depoimentos que trazem as sensações de inclusão e de participação, Rézio e Fortuna (2018) afirmam que o sentimento de pertencimento se deve aos encontros grupais serem organizados em uma certa periodicidade (dia e horário), o que estimula a participação e a identificação com as particularidades do grupo. Isto está de acordo com Araújo (2013), a qual afirma que há uma compreensão de pertencimento quando o sujeito, inserido em determinada comunidade, recebe dela uma formação e uma função, desempenhando um

papel. Conforme esta autora, a consciência sobre pertencer se inicia a partir da responsabilidade com a comunidade, na medida em que há uma convocação para a sua construção. Minaré e Cardoso (2021) associam, ainda, a sensação de pertencimento às participações grupais em longo prazo, uma vez que ambas se retroalimentam. Nesse sentido, pode-se considerar a fala de P3, uma das participantes mais antigas do grupo: *“Porque a gente chega em uma certa idade e as coisas vão ficando mais limitadas pra essas coisas e quando têm as atividades físicas e essas reuniões dão mais ânimo para gente, mais sentido na vida, sabe?!”* (P3).

As atividades que se estruturam ao redor de um dado tempo, de uma dada programação, de um funcionamento particular e com uma frequência constante tornam-se, ao mesmo tempo, acolhedoras e organizadas. Assim, é possível perceber o fator continente do grupo (Afonso, 2006; Trindade & Ferreira, 2009).

Participar do coral revela experiências que vão além do cantar, atingindo aspectos relacionados à autoestima enquanto aspecto psicológico. Os relatos que demonstram as potências que este tipo de grupo é capaz podem ser articulados com a experiência do “Coral Cênico Cidadãos Cantantes”, do município de São Paulo (Maluf et al., 2009). Maluf et al. (2009) afirmam que o grupo de coral pode constituir um espaço para encontros no qual seus integrantes se conhecem, fazendo desse um importante lugar para a produção de subjetividade. A participação no coral também repercutiu no âmbito de amenizar possíveis sofrimentos psíquicos: *“Uma vez eu estava entrando em depressão, daí surgiu o coral. . . . Por isso que eu falo pra você: é muito bom! Faz muito tempo. Eu não estava bem, mas depois do coral eu fiquei muito bem”* (P5).

Santee et al. (2019) afirmam que a utilização da música como estratégia nas práticas em saúde é capaz de reduzir a ansiedade e sintomas psiquiátricos, além de ser uma prática integrativa, complementar e uma ferramenta de humanização. Os autores mostram que a música é capaz de trazer relaxamento em momentos de sofrimento decorrentes do processo saúde-doença.

A prática também serviu como um incentivo para trabalhar a memória, a atenção e a motivação das participantes, que estão em processo de envelhecimento: *“O coral é um incentivo pra você memorizar, pra você decorar e pra você cantar. . . . Porque a partir do momento que você para e deixa de exercitar, o cérebro da gente, ele não “capitaliza” mais as coisas. . .”* (P2).

Moreira (2018) e Andrade Júnior (2018) demonstram os benefícios da música em aspectos cognitivos, como atenção e concentração, além do controle dos movimentos respiratórios, do relaxamento e da destreza motora no ato de fazer música.

Os estímulos que o grupo propiciou não se encerraram em aspectos psíquicos ou sociais. O relato a seguir destaca a importância dos exercícios que eram realizados antes dos ensaios: *“Então, eu acho que é uma das. . . Vamos dizer: é uma terapia! Você estar indo lá, você está indo no canto, fazendo aqueles exercícios antes de começar a cantar”* (P6).

Conforme Souza, Barbosa et al. (2020) e Souza, Martins et al., 2020, a prática do coral possibilita o uso da música como ferramenta para exercitar a concentração e a respiração. Kang et al. (2018) destacam que o canto em coral possui inúmeros benefícios à saúde fisiológica, pois fortalece o aparelho vocal e as funções cardiorrespiratórias, bem como as redes neurológicas responsáveis pelo estresse e pelo sistema imunológico.

A prática do grupo também foi capaz de proporcionar sentimentos de preenchimento e de trazer certa organização interna:

E o coral foi uma das coisas que mais me preencheu, sabe?! Eu me senti viva, eu senti que estava fazendo alguma coisa de útil. Muito bom pra mim, pra minha mente, pra minha religião, pro meu estado, pra tudo o que eu estava tendo, sabe?! Pro meu coração, pra tudo! (P8).

Souza et al. (2021) afirmam que a música é um instrumento relevante na promoção de saúde, capaz de viabilizar momentos de reflexão, expressão de sentimentos e o despertar de ânimo para prosseguir com a vida.

Wisnik (2017) afirma que o canto realizado de maneira uníssona por um grupo tem o poder de inseminar coletivamente um princípio ordenador em meio aos ruídos desordenados do mundo e diante das violências exterior e interior. Tavares (2020) refere que a representação psíquica em seus conteúdos precede a construção da subjetividade e está sempre relacionada à esfera da produção de sentido. A atividade artística é criadora de sentido e pode fecundar um infinito exercício de simbolização.

Os depoimentos também apontam para a presença de um sentimento de coparticipação na escolha do repertório e nas trocas em grupo:

É muito bom você falar, você abrir a boca e falar daquilo que você sente, do que você acha, sabe?! . . . Nós escolhíamos as músicas e depois a gente ia ler pra saber a letra, o que aquilo significava pra cada um, o significado de cada letra daquelas músicas. . . (P8).

A sensação de participação decorre do fato de que as sugestões das canções que compunham os ensaios partiam do próprio grupo e a cada encontro. Além disso, a cada nova música, era realizada a leitura da letra e, posteriormente, uma primeira escuta em grupo. Deste modo, proporcionava-se um espaço para a troca de impressões e de interpretações singulares antes do ensaio inicial.

Um estudo revelou que a música é capaz de mobilizar sentimentos de alegria, esperança, distração e paz (Zanettini et al., 2015). Seguindo nesta perspectiva, Tavares (2020) nos traz a questão do papel da música na oferta de novos espaços para subjetivação. Isso ocorre por meio de encontros que oportunizam compartilhamento de sentimentos, incluindo pertencimento e motivação. Relatos como o de P8 sugerem um bem-estar subjetivo a partir do momento em que a música proporciona um lugar de fala que lhes é singular e intransferível.

Souza, Barbosa et al. (2019) afirmam que a prática do coral é capaz de proporcionar aprendizado aos sujeitos a partir do que a canção lhes desperta, de maneira singular, sendo possíveis diferentes significados e visões de mundo.

Também é possível notar as repercussões do grupo nas relações e comunicações interpessoais das participantes. O relato a seguir demonstra que o grupo de coral pôde auxiliar a participante a melhorar sua voz, sua vergonha e a sua timidez:

Aquilo ali pra mim foi bom até pra minha voz, sabe, foi bom até pro meu desempenho. . . . Hoje eu não sinto mais aquela vergonha. . . . Eu sempre fui meio tímida, assim, em relação a ter que falar pra muita gente, a ter que conversar, sabe?! Ainda mais cantar! (P8).

De acordo com Maluf et al. (2009), a prática do coral possibilita um resgate da arte como atributo humano, sendo capaz de transformar lugares de saber e de existência, atitudes e, conseqüentemente, trazer uma alteração na qualidade de vida. Essa compreensão também está de acordo com outros estudos, que afirmam que a música utilizada como terapêutica facilita a sociabilidade e a comunicação. Cantar por meio de um coral, além de proporcionar a convivência com apoio recíproco, responsabilidade e desenvolvimento pessoal, também contribui para o aperfeiçoamento da voz e a superação da timidez (Andrade Júnior, 2018; Bullack et al., 2018; Souza, Martins et al., 2020).

Para além dos ensaios que ocorriam com frequência quinzenal, eram feitas apresentações a convite ou a partir de propostas do próprio grupo, que despertavam vários sentimentos e levavam alegria para outras pessoas:

Eu não era não um zero à esquerda. Eu era alguém que estava fazendo alguma coisa que alguém também se beneficiava daquilo. (P4).

Sabendo que eu ia fazer a alegria de poder cantar pra aquelas pessoas, praqueles idosos, praquele menino que estava acamado, pra tudo aquilo que aconteceu. . . Aquele pessoal que tem problema mental. . . Tudo aquilo ali pra mim foi gratificante demais, demais, demais! (P8).

As apresentações eram de finalidades diversas e aconteciam em casas de acamados, Instituições de Longa Permanência de Idosos (ILPI), na Associação de Combate ao Câncer (ACC), em escolas, na inauguração de instituições, em ações em saúde nas Unidade de Saúde da Família (USF), além de apresentações-convite realizadas no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), que guardam certa similaridade com a proposta do “Coral Cênico Cidadãos Cantantes” (Maluf et al., 2009). Ocorriam ainda apresentações de final de ano na comunidade.

As apresentações foram capazes de evocar lembranças e possibilidades de resgate a quem assiste:

Uma senhorinha bem debilitada, assim, ela falou: “Gente, vocês cantam essas músicas que foram da nossa época! Então a gente relembra de coisas da nossa vida de quando a gente era jovem. A gente tem umas lembranças muito gostosas e isso faz muito bem! Vocês tinham que vir mais vezes!”. Então, isso é tão gratificante! (P6).

Como é possível notar, as apresentações foram capazes de produzir efeitos naqueles que puderam experimentar as ressonâncias das músicas em sua própria subjetividade. Tavares (2020), ao citar Freud (1919/1996)², mostra-nos que uma obra resultante da sublimação (processo psíquico que tem o significado de transformação do que é agressivo em criação cultural), como uma música, ao ser socialmente valorizada nesse processo, tem em si a capacidade de tocar outros sujeitos na dimensão do que lhes é estranho, mas também internamente familiar:

Porque, nos grupos que você mostrou para gente [o grupo de usuários do CAPS de transtornos severos], a gente via aquelas pessoas que você conhecia que eram pessoas muito

² Freud, S. (1919). O Estranho. In *Obras Psicológicas Completas: História de uma neurose infantil e outros trabalhos* (vol. 18, pp. xx-xx) (Jayme Salomão Trad.); Imago, 1996 apud Tavares (2020).

dependentes de medicamento, mas elas estavam direcionadas para o coral, para cantar. . . . Elas estavam ali todas emotivas, tudo ali para cantar bonito! Então, pra você ver, a música resgata as pessoas. (P2).

Quanto à associação da reabilitação psicossocial com as práticas em grupo, Minaré e Cardoso (2021) apontam que a proposta de grupo aberto com vistas à promoção de Saúde Mental se mostra como uma potente estratégia para o cuidado assistencial integral. Caldeira e Ávila (2021) reforçam a ideia de que a ferramenta dos grupos é eficaz na promoção de Saúde Mental, favorecendo a inserção social.

As participantes se envolviam na busca do contato com instituições para as apresentações e faziam doações de itens próprios para o grupo. Doaram pastas para o repertório, criação da logomarca do grupo, com impressão em papel adesivo e tecidos, confecção das estolas e empréstimo de vans para a locomoção nos dias de apresentação. Nesse sentido, o grupo favorecia o protagonismo e a autonomia de suas integrantes, que se envolviam ativamente e aderiram às propostas do grupo.

Isto está de acordo com o que apontam Jordão e Pergentino (2018), os quais demonstram que um forte fator que favorece a adesão dentro das propostas psicossociais é a humanização do cuidado. Estes autores compreendem a adesão como algo que implica um sujeito que, estando em concordância com o profissional, exerce a sua autonomia favorecendo o seu próprio protagonismo em Saúde Mental.

Além dos sentimentos de doação, os encontros também eram motivadores. Assim, surgiram depoimentos sobre as contribuições do grupo para interação, brincadeiras entre os integrantes e novas amizades: *“Ah, a minha vida, na experiência do coral, mudou muito! A gente conheceu bastante as pessoas, né?! Fomos em vários lugares, a gente comunicou, cantava. . .”* (P5).

Conforme Souza, Martins et al. (2020), a prática de coral pode interferir nos laços sociais, favorecendo a amizade e estabelecendo papéis sociais independentes, além de contribuir para o estabelecimento de valores humanos. Ishara e Cardoso (2013) trazem que este tipo de prática em grupo proporciona a valorização das vivências, favorecendo processos de amadurecimento, elaboração, apropriação de aprendizados e experiências. Esse momento possibilita, ainda, um espaço para o compartilhamento de demandas importantes que podem ser cuidadas fora do coral, ampliando uma escuta que não se restringe a encaminhamentos (Maluf et al., 2009).

Os frequentes encontros e a possibilidade de se relacionar com as mesmas pessoas foram capazes de despertar a sensação de “estar em família”: *“Sempre a gente está procurando incentivar outras: ‘olha, vem participar do coral com a gente!’. . . É como uma família, a gente se sente em família ali”* (P6).

É vasto o arcabouço teórico que relaciona os processos grupais às vivências familiares. Correa (2000) afirma que, dentro de cada indivíduo, há internalizado o primeiro protótipo de grupo, vivido com a família original. Desta maneira, todas as experiências vividas posteriormente em grupo remeteriam a essas imagens inconscientes.

O espaço propiciado pelo coral foi uma oportunidade de reencontro com sentimentos antigos, e a postura dos profissionais também trouxe repercussões diante das necessidades do grupo:

Uma coisa que eu acho bonito: uma senhorinha que tem mais idade não fica muito tempo em pé, não é confortável. . . . Põe-se uma cadeirinha pra ela! (P6).

Eu, por exemplo, achava que eu estava sendo servida por vocês. Vocês estavam me dando algo que ajudava meu cérebro, minha cabeça [a] funcionar. (P4).

As afirmações das participantes correspondem-se com os estudos de Ishara e Cardoso (2013), que mostram que há um predomínio de características de solidariedade, cuidados, afetos e de responsabilização mútua nas relações entre os integrantes de uma comunidade.

Mizrahi (2017) relaciona a experiência das relações à dimensão subjetiva, mostrando a importância de ser acolhido, recebido e reconhecido por um outro no desenvolvimento psicoemocional e social. Assim, a experiência de fazer parte de um ambiente relacional favorece o sujeito na constituição de sua própria subjetividade.

Diante dos depoimentos acerca da presença de profissionais diversos, Bezerra e Alves (2019) afirmam que o trabalho multiprofissional em saúde torna as práticas mais humanizadas, menos medicalizadas, favorecendo a integralidade, a equidade, a universalidade, a resolubilidade, a intersetorialidade e a participação social, princípios norteadores do Sistema Único de Saúde (SUS).

O lugar ocupado pelo coordenador pode ser também compreendido a partir das reflexões de Pichon-Rivière (2009), que pontua que o papel deste guarda dimensões fundamentais, já que, em sua figura, são depositadas as dificuldades e ansiedades do grupo. Assim, é fundamental uma postura de pensar conjuntamente, de maternagem e o apoio na construção de autonomia.

O relato a seguir mostra a importância da presença e da visão do profissional psicólogo no grupo: *“O fato de você ser psicólogo, você tem a visão, e muito importante a sua participação no coral. Você dava um suporte ali para todo mundo, sem a gente saber que você estava dando!” (P1).*

A inserção do psicólogo no contexto da Saúde Coletiva pode contribuir para um olhar diferenciado quanto ao adoecimento no território, aos fenômenos de saúde e aos processos institucionais. Apesar disso, as políticas públicas responsáveis pela ordenação da RAS não têm fomentado a ampliação da psicologia na Atenção Primária à Saúde (APS) (Medeiros, 2020).

Prado e Cardoso (2020) afirmam que é possível que o papel e a participação do psicólogo no contexto comunitário, diferentemente da perspectiva tradicional de neutralidade, seja mais aberta e voltada ao compartilhamento de experiências a partir do que lhe é também singular. Esta forma de coordenação pode promover o cuidado por meio de relações intersubjetivas baseadas na horizontalidade.

O grupo de coral era um espaço para o encontro de profissionais que tinham em comum a afinidade com a música. As participantes compreendiam que os profissionais, para além de suas funções, investiam no coral. Isso era um fator de motivação:

A gente sabia, assim: “Não, vamos lá, eles deixaram de fazer algo da função deles dentro da unidade ou até atendendo outras pessoas e eles vão estar lá com a gente!” A gente se animava a voltar no outro ensaio. (P7).

Os relatos demonstram a importância de os profissionais atuarem para além das práticas ambulatoriais, já que isso repercute no seu envolvimento com o grupo e em fatores emocio-

nais. Maeyama et al. (2018) referem que o processo saúde-doença é dinâmico e que inclui os condicionantes ecológico-ambientais, a determinação social e os fatores biológico-emocionais desencadeantes. Assim, a intervenção em saúde vai muito além da oferta de medicamentos, exames, consultas, procedimentos e internações.

Além dos fatores motivacionais demonstrados, a participação no grupo proporcionou novas oportunidades para as participantes. As oportunidades estão relacionadas a ter um espaço para falar o que se pensa:

Até mesmo coisas que me incomodavam eu tinha que passar pra vocês! Que nem acontecia com a. . . Uma das meninas, né, que falava alguma coisa e depois aquilo ali já me incomodava. Eu falava: “Não, eu tenho que falar!”. (P8).

Em meio a dissonâncias e consonâncias, a oportunidade para conversar e para a troca de opiniões também pôde se constituir em um espaço de percepção entre os integrantes do grupo. Pichon-Rivière (2009) nos mostra que, na grupalidade, há um exercício de alteridade permitido pelo estar com o outro, onde o outro é considerado em suas diferenças e semelhanças.

Assim como Maluf et al. (2009) trazem a respeito do “Coral Cênico Cidadãos Cantantes”, aqui a saúde está relacionada ao desenvolvimento do potencial ativo e criativo, bem como ao fomento de encontros que qualifiquem as relações envolvendo as pessoas e o ambiente em que se encontram. Desta forma, as experiências com o grupo e a relação com os profissionais promoveram uma série de ressonâncias e repercussões terapêuticas, possibilitando relatos de vivências pessoais intransferíveis.

Conclusões

A partir do presente estudo, foi possível compreender as repercussões do coral comunitário diante das experiências das participantes. O grupo teve repercussões terapêuticas, como o fomento de um bem-estar integral contemplando aspectos de saúde física, social e mental. Refletiu, assim, em uma melhora geral da saúde mental das participantes, tendo sido ainda um instrumento para a humanização do cuidado.

A partir da regularidade dos encontros e das apresentações, foi observada a melhora nos âmbitos da motivação, de aspectos como a atenção, concentração, memória, autoestima e nas sensações e nos sentimentos de pertencimento, ocupação e altruísmo. O grupo pôde promover certa organização dos aspectos psíquicos, favorecendo mudanças psicológicas. Houve a melhora nas relações interpessoais, no padrão de comunicação das entrevistadas e oportunidades de crescimento pessoal no contato com a alteridade. O grupo proporcionou interação entre os membros e a criação/manutenção de vínculos sociais.

As repercussões das apresentações mostraram que estas promoveram novos encontros, o resgate e a possibilidade de aproximação dos espectadores com sua própria subjetividade a partir do contato com a sua história.

Os relatos também apontaram para a importância da existência das práticas comunitárias em saúde para além do âmbito técnico e ambulatorial dos profissionais. Também destacaram a diferença que faz a representação do profissional psicólogo com suas percepções. O grupo pôde, ainda, promover um espaço para acolhimento, trocas de experiências, impressões e

sentidos, favorecendo a composição coletiva de uma rede de significados viabilizada pela musicalidade.

Apesar de ser uma tecnologia leve e de fácil acesso, são escassos os estudos relacionando música às práticas de cuidado na RAS, sobretudo no âmbito da APS. Assim, revelam-se necessárias outras pesquisas que investiguem a utilização da arte, especialmente da música, como instrumento de promoção de Saúde Mental na comunidade.

Diante da necessidade de implementação dessa prática mais fortalecida e fundamentada em âmbito municipal, originou-se, a partir da presente pesquisa, um produto técnico publicado na internet denominado “O coral comunitário como dispositivo de promoção da saúde mental: manual para implementação”.

Referências

- Afonso, M. L. M. (2006). *Oficinas em dinâmica de grupo: Um método de intervenção psicossocial*. Casa do Psicólogo.
- Andrade, H. Júnior, (2018). Eficácia terapêutica da música: Um olhar transdisciplinar de saúde para equipes, pacientes e acompanhantes. *Revista Enfermagem UERJ*, 26, e29155. <https://doi.org/10.12957/reuerj.2018.29155>
- Araújo, R. A. (2013). Uma tradição viva, raízes para a alma: Análise fenomenológica de experiências de pertencer em uma comunidade rural de Minas Gerais. In M. Mahfoud & M. Massimi (Eds.), *Edith Stein e a psicologia: Teoria e pesquisa* (pp. 359–380). Artesã Editora.
- Barcellos, L. R. M. (2015). Musicoterapia em medicina: Uma tecnologia leve na promoção da saúde – A dança nas poltronas! *Revista Música Hodie*, 15(2), 33–47. <https://doi.org/10.5216/mh.v15i2.39679>
- Bardin L. (2011). *Análise de conteúdo*. Edições 70.
- Bezerra, R. K. C., & Alves, A. M. C. V. (2019). A importância do trabalho da equipe multiprofissional na estratégia saúde da família e seus principais desafios. *Revista Expressão Católica Saúde*, 4(2), 7–15. <https://doi.org/10.25191/recs.v4i2.3210>
- Bullack, A., Gass, C., Nater, U. M., & Kreutz, G. (2018). Psychobiological Effects of Choral Singing on Affective State, Social Connectedness, and Stress: Influences of Singing Activity and Time Course. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 12(223), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2018.00223>
- Caldeira, M. C., & Ávila, L. A. (2021). O grupo operativo como ferramenta na saúde mental. *Vínculo*, 18(1), 72–79. <https://doi.org/http://doi.org/10.32467/issn.19982-1492v18nesp.p375-387>
- Correa, O. B. R. (2000). *O legado familiar: a tecelagem grupal da transmissão psíquica*. Contra Capa Editora.
- Ishara, S., & Cardoso, C. L. (2013). Delineamento do Grupo comunitário de Saúde Mental. In S. Ishara, C. Cardoso, & S. Loureiro (Eds.), *Grupo Comunitário de Saúde Mental: Conceitos, delineamento metodológico e estudos* (pp. 19–40). Nova Enfim.
- Jordão, T., & Pergentino, E. F. (2018). Mudanças na cultura do cuidado em saúde mental e as repercussões para adesão ao tratamento. *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental*, 10(27), 71–101. <https://doi.org/https://doi.org/10.5007/cbsm.v10i27.68831>

- Kang, J., Scholp, A., & Jiang, J. J. (2018). A Review of the Physiological Effects and Mechanisms of Singing. *Journal of Voice*, 32(4), 390–395. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2017.07.008>
- Lei nº 10.216, de 06 de abril de 2001. (2001). *Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental*. Ministério da Saúde, Conselho Nacional de Saúde. <https://www2.camara.leg.br/legin/fed/lei/2001/lei-10216-6-abril-2001-364458-publicacaooriginal-1-pl.html>
- Maeyama, M. A., Dolny, L. L., & Knoll, R. K. (2018). *Atenção básica à saúde: aproximando teoria e prática*. Univali Editora. <https://www.univali.br/vida-no-campus/editora-univali/e-books/Documents/editora-univali/AtençãoBásicaàSaúdeAproximandoTeoriaePrática.pdf>
- Maluf, J. C. G., Lopes, I. C., Bichara, T. A. C., Silva, J. A., Valent, I. U., Buelau, R. M., & Lima, E. M. F. A. (2009). O Coral Cênico Cidadãos Cantantes: Um espaço de encontro entre a música e a saúde. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*, 20(3), 199–204. <https://doi.org/10.11606/issn.2238-6149.v20i3p199-204>
- Medeiros, R. H. A. (2020). Psicologia, saúde e território: experiências na Atenção Básica. *Psicologia Em Estudo*, 25, e43725. <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v25i0.43725>
- Minaré, N. F., & Cardoso, C. L. (2021). Grupo comunitário de saúde mental: Relações estabelecidas por participantes regulares de longo prazo. *Vínculo*, 18(1), 80–89. <https://doi.org/10.32467/issn.19982-1492v18nesp.p388-406>
- Minayo, M. C. (2008). *O desafio do conhecimento: Pesquisa qualitativa em saúde*. Hucitec.
- Mizrahi, B. G. (2017). Winnicot, Kohut e a teoria da intersubjetividade: Uma psicanálise do pertencimento frente à precariedade contemporânea dos vínculos. *Cadernos de Psicanálise*, 39(36), 11–29. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-62952017000100001
- Moreira, A. S. S. (2018). *A música, os sons e os silêncios no desenvolvimento da capacidade de concentração* [Dissertação de Mestrado, Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti]. <http://hdl.handle.net/20.500.11796/2574>
- Oliveira, A. T., Rosa, A. A. S., Braun, A. M., Micco, D. K., Erthal, I. N., Pecoits, R. V., Sangaletti, M. B., & Ramos, L. A. (2018). A música no controle de sintomas relacionados à demência em idosos. *Acta Médica* [Porto Alegre], 39(1), 185–198. <https://ebooks.pucrs.br/edipucrs/acessolivre/periodicos/acta-medica/assets/edicoes/2018-1/arquivos/pdf/15.pdf>
- Pichon-Rivière, E. (2009). *O processo grupal* (8th ed.). Martins Fontes.
- Pimentel, C. E., Gunther, H., & Silva, B. M. F. (2017). Efeitos de letras de músicas em comportamentos pró-sociais. *Psicologia Em Revista*, 23(1), 66–80. <https://doi.org/10.5752/P.1678-9563.2017v23n1p66-80>
- Portaria n. 971, de 3 de maio de 2006. (2006). *Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde*. Ministério da Saúde. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html
- Portarianº849, de 27 de março de 2017. (2017). *Inclui arte terapia, ayurveda, biodança, dança circular, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia, quiropraxia, reflexoterapia, reiki, shantala, terapia comunitária integrativa e yoga à política nacional*. Ministério da Saúde. http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849_28_03_2017.html
- Prado, A. P. C., & Cardoso, C. L. (2020). Coordenação grupal em uma modalidade de cuidado: Grupo comunitário de saúde mental. *Psicologia Em Estudo*, 25, e42129. <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v25i0.42129>

- Rézio, L. A., Moraes, P. D., & Fortuna, C. M. (2018). Ressonâncias de um grupo na vida das mulheres de um serviço de saúde mental. *Revista Enfermagem UERJ*, 26, e11359. <https://doi.org/10.12957/reuerj.2018.11359>
- Rohr, R. V., & Alvim, N. A. T. (2016). Nursing interventions with music: An integrative literature review. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental*, 8(1), 3832–3844. <https://doi.org/10.9789/2175-5361.2016.v8i1.3832-3844>
- Santee, K. M., Oliveira, T. S., Santos, T. R., Lima, M. R. G., Silva, C. N., & Fernandes, C. P. (2019). O uso da música nos serviços de saúde: Uma revisão integrativa. *Journal of Nursing and Health*, 9(2), 1–15. <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/14432>
- Secretaria de Vigilância em Saúde. (2010). Política Nacional de Promoção da Saúde. In *Textos Básicos de Saúde*. Série Pactos pela Saúde 2006 (3a. ed., Vol. 7). Ministério da Saúde. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_promocao_saude_3ed.pdf
- Souza, J. B. de, Barbosa, S. D. S. P., Martins, E. L., Zanettini, A., Urio, Â., & Xirello, T. (2019). A música como prática de promoção da saúde na adolescência. *Revista de Enfermagem Da UFSM*, 9(11), 1–15. <https://doi.org/10.5902/2179769230379>
- Souza, J. B., Barbosa, S. S. P., Urio, Â., Martins, E. L., Geremia, D. S., & Heidemann, I. T. S. B. (2020). A música como estratégia para promover a saúde do homem. *Revista de Enfermagem Da UFPI*, 9, e10294. <https://ojs.ufpi.br/index.php/reufpi/article/view/10294/pdf>
- Souza, J. B., Martins, E. L., Xirello, T., Urio, Â., Barbosa, S. S. P., & Pitilin, É. B. (2020). Interface entre a música e a promoção da saúde da mulher. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, 33, 1–10. <https://doi.org/10.5020/18061230.2019.9466>
- Souza, J. B., Rosa, O. M., Barbosa, S. S. P., Pilger, K. C. P., Marquesini, T. M., & Martins, E. L. (2021). Promoção da saúde por meio da música em uma penitenciária feminina: Relato de experiência. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, 34, 1–8. <https://doi.org/10.5020/18061230.2021.11583>
- Tavares, L. A. T. (2020). *Psicanálise e musicalidades: Sublimação, invocações, laço social*. Editora Unifesp.
- Trindade, W. R., & Ferreira, M. A. (2009). Grupo feminino de cuidado: Estratégia de pesquisa-cuidado à mulher. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 62(3), 374–380. <https://doi.org/10.1590/S0034-71672009000300007>
- Wisnik, J. M. (2017). *O som e o sentido: Uma outra história das músicas*. Companhia das Letras.
- Zanettini, A., Souza, J. B., Franceschi, V. E., Finger, D., Gomes, A., & Santos, M. S. (2015). Quem canta seus males espanta: Um relato de experiência sobre o uso da música como ferramenta de atuação na promoção da saúde da criança. *REME: Revista Mineira de Enfermagem*, 19(4), 1060–1064. <https://doi.org/10.5935/1415-2762.20150079>

Recebido em: 20/08/2022

Última revisão: 21/04/2023

Aceite final: 23/05/2023

Sobre autores:

Leonardo Haddad da Costa Barros: Mestre em Ensino em Saúde pela Faculdade de Medicina de Marília (FAMEMA). Especialista em Saúde Mental pela FAMEMA e psicólogo pela mesma instituição. Atualmente, é psicólogo em clínica particular. **E-mail:** clinichaddad@hotmail.com, **Orcid:** <https://orcid.org/0000-0001-8272-3533>

Danielle Abdel Massih Pio: Doutora em Saúde Coletiva pela Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” (UNESP), Botucatu. Especialista em Psicologia Clínica e Hospitalar pela UNESP e psicóloga pela mesma universidade. Professor adjunto na Faculdade de Medicina de Marília (FAMEMA). **E-mail:** danimassihpio@hotmail.com, **Orcid:** <https://orcid.org/0000-0003-0738-4601>

Roseli Vernasque Bettini: Doutorado em Psicologia como Profissão e Ciência pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-Campinas). Especialista em Psicologia Escolar e Educacional e Psicologia Clínica pela PUC-Campinas. Psicóloga pela mesma instituição. Docente da Faculdade de Medicina de Marília (FAMEMA). **E-mail:** roselivb@uol.com.br, **Orcid:** <https://orcid.org/0000-0002-6660-7812>