

**A MUSICOTERAPIA COMO CONTROLE DA ANSIEDADE EM PACIENTES
ADULTOS NO CONSULTÓRIO ODONTOLÓGICO**

**MUSIC THERAPY AS ANXIETY CONTROL IN ADULT PATIENTS IN THE
DENTAL OFFICE**

Karina N F de Matos*
Selma S da Silva*
Mariana da Silva de Souza Cruz**

RESUMO

Atualmente ainda é comum ouvirmos alguém dizer que não vai ao dentista por medo, trauma ou simplesmente por se sentir incomodado pelo ambiente do consultório odontológico. E aprender como lidar com estes tipos de pacientes, é necessário instituir uma relação de confiança entre dentista e paciente, para que dessa forma a consulta odontológica seja aperfeiçoada, instituindo um espaço apropriado e suave, impedindo o estresse; e assim, portanto obter eficiência no tratamento odontológico proposto. O objetivo deste trabalho é mostrar que a musicoterapia é importante para o tratamento odontológico, pois, já foi comprovado que este método atua na diminuição do nível de ansiedade do paciente adulto. Através de pesquisas bibliográficas e websites utilizando as bases de dados Medline, Scielo (Scientific Electronic Library Online) e Google Acadêmico, foram incluídos 16 artigos. Os resultados apontam para respostas positivas, pois os consultórios odontológicos vêm aderindo um método alternativo para obterem um comportamento mais calmo de seus pacientes, mas para bons resultados é necessário que este método seja muito bem aplicado tendo em vista que o musicoterapeuta saberá exatamente quais músicas escolher e qual o volume ideal para reproduzi-las. Considera-se importante a publicação de pesquisas realizadas por cirurgiões dentistas em revistas indexadas para que possam gerar e divulgar os resultados consistentes destes profissionais.

Palavras-chave: Musicoterapia. Ansiedade. Tratamento odontológico.

ABSTRACT

Nowadays, it's still common to hear someone saying he/she doesn't go to the dentist for fear, trauma or simply for feeling troubled by the environment of the dental office. And learning how to deal with these kinds of patients, it's necessary to establish a confidence relationship between the dentist and the patient, so that way the dental consultation is improved, establishing an appropriate and smooth space, preventing stress; and so, therefore obtain efficiency in the proposed dental treatment. The goal of this paper is to show that music therapy is important for dental treatment, because, it has already been proven that this method works to decrease the anxiety level of the adult patient. Through bibliographic searches and

*(Discentes) Graduandas de Odontologia da Faculdade Cathedral, Boa Vista-RR. E-mail: sellbal@hotmail.com

** (Professora e Orientadora) Mestre pela Universidade Federal do Pará e docente do Curso de Odontologia da Faculdade Cathedral, Boa Vista-RR. E-mail: marianasouzacruz@hotmail.com

Websites using Medline databases, Scielo (Scientific Electronic Library Online) and Google academic, 16 articles were included. The results point to positive answers, because dental offices have been adhering to an alternative method to achieve calmer behavior from their patients, but for good results it is necessary that this method is very well applied since the music therapist will know exactly which songs to choose and what the ideal volume to play them is. It is important to publish research conducted by dental surgeons in indexed magazines to generate and disseminate the consistent results of these professionals.

Keywords: Music Therapy. Anxiety. Dental Treatment.

INTRODUÇÃO

A ansiedade causada por conta da ida ao consultório odontológico produz uma redução de grande relevância na saúde bucal das pessoas, causando, portanto, um aumento na cárie dentária e no número de dentes cariados. Ainda, foi comprovado que os pacientes que têm ansiedade excessiva tendem a fugir de tratamentos dentários, assim como perder compromissos ou cancelá-los¹.

É comum ouvirmos alguém dizer que não vai ao dentista por que tem medo de sentir dor, trauma ou simplesmente por se sentir incomodado pelo barulho do motor, pela anestesia ou até mesmo pelo próprio ambiente, isto acaba refletindo de forma negativa para o paciente, pois adia ao máximo sua consulta odontológica e o dentista é visto como sinônimo de dor².

É possível controlar a ansiedade sem precisar de uma terapia medicamentosa? Segundo Junqueira³, para o controle das situações de ansiedade e estresse num tratamento clínico, existem muitos protocolos de atendimento que preconizam a administração de ansiolíticos. Porém, existem alternativas que não causam efeitos colaterais e são bastante efetivas na redução dos níveis do estresse.

De acordo com Silva¹⁶, os consultórios odontológicos vêm aderindo um método alternativo para obterem um comportamento mais calmo de seus pacientes, mas para bons resultados é necessário que este método seja muito bem aplicado, tendo em vista que o profissional qualificado saberá exatamente como proceder de acordo com a necessidade de cada indivíduo. Uma vez que para aplicar estes conhecimentos, por mais simples que sejam sem a experiência necessária para isso, pode acabar atrapalhando em vez de ajudar.

Através da musicoterapia é possível obter um tratamento odontológico de forma mais suave e tranquilo tanto para o cirurgião dentista quanto para o paciente. É necessário verificar através de estudos a aplicação da musicoterapia no tratamento odontológico; identificar o índice de êxito neste tipo de tratamento; conhecer mais sobre a prática clínica dos profissionais da saúde que empregam a música como tratamento; analisar os objetivos terapêuticos na saúde odontológica; apresentar os fatores positivos que contribuem para este tipo de tratamento³.

A música é considerada como um relaxante natural para a maioria das pessoas. Aplicar este método, para manter o paciente calmo antes, durante e após o procedimento dentário pode ser uma ótima alternativa para quem almeja sucesso em toda fase do tratamento odontológico¹⁶.

O presente trabalho tem como objetivo, verificar a eficácia da musicoterapia no consultório odontológico, durante o tratamento dentário no paciente adulto, diminuindo o estresse e ansiedade causados pelos procedimentos. Segundo Bruscia⁴, a musicoterapia é um tratamento que visa atender as necessidades físicas e psicológicas de um indivíduo por meio da música, com o objetivo de gerar tranquilidade e confiança.

REFERENCIAL TEÓRICO

MUSICOTERAPIA

Desde o tempo de Aristóteles e Platão a música já era utilizada para promover a saúde e o bem estar. Uma das maiores experiências ocorreu no final da segunda grande guerra, onde vários músicos tocaram em hospitais, como forma de tratamento e acalmia dos feridos. O resultado foi tão positivo que as autoridades americanas resolveram profissionalizar pessoas com a intenção de recorrer à música como forma de terapia. No Brasil este estudo chegou em 1971 e se expandiu nas cidades brasileiras nas décadas de 1980, todavia já era reconhecida pelo Conselho Federal de Educação desde 1978. Desde então este método terapêutico passou a ser usado por profissionais através de técnicas especializadas para cada tipo de paciente⁵.

Ouvir música leva o indivíduo a um estado de relaxamento, de acordo com União Brasileira das Associações de Musicoterapia-UBAM⁷, a definição para musicoterapia é: o uso controlado da música com o objetivo de restaurar, manter e incrementar a saúde mental e física.

Segundo Areias⁵, a música atua no cérebro, dividido em dois hemisférios, o direito tem sido identificado como o lugar de apreciação musical. No entanto, ainda não foi identificado um centro musical, parece provável que a identificação da música emerge da atividade conjunta dos dois hemisférios. Acresce que o córtex frontal, onde as memórias são arquivadas, tem também um papel ativo na apreciação da melodia, sobretudo do ritmo. O autor ressalta que experiências feitas com música de Mozart mostraram uma ativação de ambos os hemisférios, com reflexo numa maior aprendizagem e retenção informativa.

Santana, Zanini, Sousa⁶, dizem que é muito importante que o Musicoterapeuta tenha o domínio sobre a técnica musical para poder por em prática as atividades de recriação, composição e improvisação musical, a musicoterapia é um tratamento praticado por um

especialista qualificado que utiliza a música através dos seus elementos para facilitar a comunicação entre indivíduos que necessitam de ajuda. Este tratamento atua na reabilitação física, emocional, mental, social e cognitivo de um indivíduo.

ANSIEDADE

A ansiedade é um sentimento natural do ser humano, desde que não interfira no seu cotidiano é considerada normal. A partir do momento que gera um estado emocional desagradável de apreensão ou tensão, resulta então em alterações fisiológicas que podem ser notadas nos pacientes através de sinais físicos, como: dilatação das pupilas, palidez da pele, transpiração excessiva, sensação de formigamento das extremidades e, inclusive, aumento da pressão arterial⁹.

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais-DSM5¹⁰, os indivíduos que sofrem de transtorno de ansiedade apresentam algumas características principais como ansiedade e preocupação persistentes e excessivas referente a vários domínios, incluindo desempenho no seu dia a dia, onde a pessoa encontra dificuldade em controlar-se. Em geral, acomete mais o sexo feminino do que o masculino. Somente o Clínico é quem poderá dar o diagnóstico.

As pessoas que apresentam transtornos de ansiedade desenvolvem medos irrealistas de objetos ou situações e respondem aos estímulos temidos com uma ansiedade exagerada difícil de controlar, e para elas a solução é fugir a qualquer custo das reações emocionais que consideram totalmente desagradáveis¹¹.

Dentre os critérios de diagnóstico para transtorno de ansiedade, o paciente apresenta três ou mais sintomas, na maioria dos dias nos últimos seis meses, como inquietação, fadiga, dificuldade na concentração, irritabilidade, tensão muscular e perturbação do sono¹⁰.

MUSICOTERAPIA COMO CONTROLE DA ANSIEDADE EM PACIENTES ADULTOS NO CONSULTÓRIO ODONTOLÓGICO

A música quando utilizada como recurso terapêutico favorece a manutenção da saúde mental, proporciona conforto, alívio do cansaço físico e redução do estresse. Como já relatado a ansiedade é uma característica fisiológica dos seres humanos, por isso algumas pessoas, adultas ou crianças sentem essa sensação ao irem ao dentista. O paciente ansioso evita ao máximo ir ao consultório odontológico, pois cria aversão a injeções, barulho do micromotor e aos gostos ruins de alguns produtos¹².

A ansiedade causada devido à ida ao consultório odontológico produz uma redução de grande relevância na saúde bucal das pessoas, causando, portanto, um aumento na cárie dentária e no número de dentes cariados. Ainda, foi comprovado que os pacientes que têm ansiedade excessiva são mais tendentes a fugir de tratamentos dentários, assim como perder compromissos ou cancelá-los¹.

Em sua pesquisa, Junqueira³ analisou vários pacientes que foram divididos em vários grupos, entre estes estavam os que se submeteram ao tratamento odontológico com intervenção musical, onde foi constatado que a música influenciou positivamente nos níveis de pressão arterial, frequência cardíaca, saturação de oxigênio, níveis de dor e o consumo de analgésicos no pós-operatório de indivíduos adultos que sofreram exodontias sob anestesia local. Já no grupo que não houve intervenção musical durante o tratamento odontológico, não foi constatada alteração significativa. Segundo a autora, é possível concluir que a música pode auxiliar no controle do estresse agudo de cirurgias odontológicas de pacientes adultos moderadamente ansiosos.

O tratamento odontológico está associado a episódios de grande ansiedade, estresse e muitas vezes de fobia. Para a maioria dos pacientes um dos mais estressantes procedimentos na área odontológica é a terapêutica cirúrgica. Alterações metabólicas, neurohormonais e do sistema imune tem sido implicadas com a resposta ao estresse. A música é empregada em muitos tratamentos na área médica para o controle do estresse e da ansiedade. Existem vários estudos avaliando os efeitos da música no trans e no pós-operatório de diversas intervenções cirúrgicas e em outros tratamentos de pacientes com diversos distúrbios neuropsicológicos (pg 16)³.

A ansiedade odontológica é medida por instrumentos válidos e confiáveis, que são as escalas de ansiedade, de forma a evitar decisões erradas sobre o tratamento, o que pode afetar não só o paciente, mas também a relação dentista-paciente e o sucesso do tratamento⁹.

É comum ouvirmos alguém dizer que não vai ao dentista por que tem medo de sentir dor, trauma ou simplesmente por se sentir incomodado pelo barulho do motor, pela anestesia ou até mesmo pelo próprio ambiente. Foi comprovado que cada vez mais o uso de tratamentos alternativos vem ganhando espaço no consultório odontológico, pois levar o paciente a um estado de relaxamento através de métodos não invasivos pode ser uma ótima escolha tanto para o cirurgião dentista quanto para o paciente².

Em seu estudo, Zanini¹⁶ utilizou de sessões musicoterápicas e questionários sobre a qualidade de vida em pacientes de ambos os sexos, maiores de 50 anos, que já faziam tratamento para hipertensão. O resultado foi que os pacientes que se submeteram as sessões

houve uma melhora no controle da pressão arterial e os pacientes que não se submeteram à musicoterapia, não houve alteração significativa.

Oliveira¹³, diz que uma das maneiras não farmacológicas de diminuir a ansiedade do paciente, que vem sendo estudado cada vez mais é o uso da música nos consultórios odontológicos.

Para a maioria das pessoas, o fato de ir ao dentista já causa uma ansiedade, ainda mais quando o paciente já sofre de hipertensão e apesar dos medicamentos existentes para o controle da hipertensão, ainda faz-se necessário o uso de ansiolíticos para controlar o estresse e desconforto que o paciente possa vir a se expor dentro do consultório odontológico⁹.

Para Souza et al¹⁴, uma forma de tentar reduzir a ansiedade é a musicoterapia, pois este método proporciona ao indivíduo estabilidade emocional, faz com que ele relaxe, atraindo a atenção para a música e, assim, indiretamente, proporciona uma distração de estímulos externos, como o som.

A música utilizada em ambiente odontológico tem como finalidade levar o paciente a um estado de relaxamento, isso porque vibrações sonoras percebem-se as estruturas musicais sempre a partir do caráter imaterial da música, e não de partituras; além disso, antecipam-se os momentos de audição com relaxamentos¹⁵.

Para o controle das situações de ansiedade e estresse num tratamento clínico, existem muitos protocolos de atendimento que preconizam a administração de ansiolíticos, como alternativa, para não precisar intervir com tais medicamentos é utilizada a musicoterapia, que tem se mostrado bastante efetiva na redução dos níveis do estresse e de suas repostas fisiológicas, na experiência de procedimentos cirúrgicos sem os riscos dos efeitos colaterais que acompanham o uso de medicações ansiolíticas³.

METODOLOGIA

O presente trabalho foi baseado em uma revisão de literatura sobre o estudo da Musicoterapia para pacientes adultos no consultório odontológico. Através de pesquisas bibliográficas e websites utilizando as bases de dados Scielo (Scientific Electronic Library Online) e Google Acadêmico, foram encontrados 29 artigos na literatura nacional no período de 2007 a 2019 falando sobre o tema Musicoterapia em diversas áreas, porém somente 16 artigos foram úteis para nossa pesquisa, incluindo revistas, monografias, dissertações, teses e livros. O critério de inclusão foi os artigos que falavam sobre musicoterapia como método de controle da ansiedade no tratamento odontológico em pacientes adultos e os excluídos foram os que não se enquadravam nos critérios de inclusão. As palavras chaves foram: musicoterapia, ansiedade e tratamento odontológico. A pesquisa bibliográfica foi de extrema

importância para que o tema proposto fosse analisado com toda a propriedade necessária, diante das características do estudo.

DISCUSSÃO

Alguns fatores podem agravar a ansiedade e o medo nos pacientes, tais como o estado de saúde, as circunstâncias emocionais, o tratamento que o dentista proporciona a ele, comentários desagradáveis por outras pessoas sobre ir ao dentista, e por estes motivos pode-se gerar certo desconforto durante a consulta odontológica, tanto para o paciente quanto para o profissional. O tratamento odontológico está associado a episódios de grande ansiedade, estresse e muitas vezes de fobia. Para a maioria dos pacientes um dos mais estressantes procedimentos na área odontológica é a terapêutica cirúrgica³.

Segundo Areias⁵, outras experiências, efetuadas com monitorização da pressão arterial, frequência cardíaca, frequência respiratória e velocidade de fluxo sanguíneo na artéria cerebral média, mostraram que nas sessões musicoterápicas vocais ou orquestrais havia vasoconstrição, aumento da frequência cardíaca e da pressão arterial, em contraste com a vasodilatação e diminuição da pressão sistêmica constatadas na altura em que a música era mais uniforme ou suave.

Por isso, vale ressaltar a importância que o musicoterapeuta deve ter sobre o domínio da técnica musical para poder pôr em prática as atividades de recriação musical, composição e improvisação musical. A musicoterapia é um tratamento praticado por um especialista qualificado que utiliza a música através dos seus elementos para facilitar a comunicação entre indivíduos que necessitam de ajuda. Este tratamento atua na reabilitação física, emocional, mental, social e cognitivo de um indivíduo⁶.

De acordo com Federação Mundial de Musicoterapia⁸, a eficácia da musicoterapia em qualquer ramo profissional, desde que seja aplicada de forma correta e com profissionais especializados para atenderem os diversos tipos de necessidades dos pacientes, sempre terão resultados benéficos.

Pensando na saúde emocional e física do paciente é que a musicoterapia é utilizada como forma de tratamento alternativo, pois tem o intuito de levar o paciente a um estado de relaxamento através de métodos não invasivos e pode ser uma ótima escolha tanto para o cirurgião dentista quanto para o paciente¹⁵.

Para Junqueira³, o efeito que a música causa em nosso organismo, já vem há muito tempo sendo instrumento de estudo através da musicoterapia. Ficou comprovado que através

do uso de tratamentos alternativos o paciente pode vir a se sentir mais seguro, tranquilo, confiante e distraído e dessa forma contribuir para o sucesso do tratamento proposto.

Identificou-se que a ansiedade causada pela consulta odontológica, produz uma redução no tratamento da saúde bucal das pessoas, gerando, portanto, um aumento na cárie dentária e no número de dentes cariados. Ainda, foi comprovado que os pacientes que têm ansiedade são mais tendenciosos a fugir de tratamentos dentários, assim como perder compromissos ou cancelá-los¹.

A musicoterapia é importante no tratamento odontológico, porque conforme o nosso estudo, vimos que ela diminui significativamente a ansiedade no paciente adulto. O paciente que sofre de ansiedade odontológica, evita ao máximo comparecer a uma consulta, isto acaba provocando um diagnóstico tardio, aumentando a quantidade de procedimentos a serem realizados, gerando desta forma, um transtorno maior na relação dentista-paciente. Constatamos ao longo do desenvolvimento deste trabalho que os testes aplicados pelos profissionais capacitados, a musicoterapia obteve resultados benéficos, que refletiram de forma positiva no comportamento dos pacientes que sofriam de ansiedade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com a pesquisa realizada, verificamos a eficácia da musicoterapia como ferramenta para diminuir a ansiedade em tratamentos odontológicos. No entanto, ainda são poucos os profissionais da área odontológica que utilizam a musicoterapia associada ao seu plano de tratamento, e isto demonstra que é necessário que estes procurem conhecer mais sobre esta prática clínica, tendo em vista que há sempre uma associação entre dentista-dor. Haja vista que haverá mais possibilidades de substituir uma terapia medicamentosa, levando em conta os efeitos colaterais que o tratamento farmacológico causa no ser humano. Consideramos que a musicoterapia influencia positivamente na relação dentista-paciente e na qualidade de vida da pessoa.

REFERÊNCIAS

- 1 GAUDERETO, O. M. et al. Controle da ansiedade em Odontologia: enfoques atuais. Rev. Bras. Odont. Rio de Janeiro, v. 65, n. 1, p.118-121, ISSN 00347272. Jan./jun. 2008.
- 2 LIMA, M. A. G; BOMFIM, L. A. Trad. A dor crônica sob o olhar médico: modelo biomédico e prática clínica. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 23 (11): 2672-2680, nov., 2007.
- 3 JUNQUEIRA, A. C. O efeito da musica no estresse de pacientes adultos durante cirurgias odontológicas: estudo randomizado, caso-controle e multiparamétrico- Dissertação

(Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Ciências Odontológicas. Área de Concentração: Cirurgia e Traumatologia Bucomaxilofaciais. Faculdade de Odontologia da Universidade de São Paulo, SP - 2012.

4 BRUSCIA, K. E. Definindo Musicoterapia. Terceira edição. Barcelona, 2016.

5 AREIAS, J. C. A música, a saúde e o bem estar. Revista Nascer e Crescer. Volume 25 Número 01. ISSN 0872-0754. Porto, Mar. 2016.

6 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. In Cantare: Rev. Do Núcleo de Estudos e Pesquisas Interdisciplinares em Musicoterapia. Curitiba, p. 37 – 57, v.5, 2014.

7 UNIÃO BRASILEIRA DAS ASSOCIAÇÕES DE MUSICOTERAPIA (UBAM). <https://ubammusicoterapia.com.br/institucional/associacao-de-musicoterapia-no-brasil/> < acesso em 19/08/19>.

8 FEDERAÇÃO MUNDIAL DE MUSICOTERAPIA (1996). <http://musica.ufmg.br/musicoterapia/index.php/o-que-e/> <acesso em 19/08/19>

9 MELONARDINO, A. P.; ROSA, D. P.; GIMENES, M. Ansiedade: detecção e conduta em odontologia. Revista Uningá. Volume 48 pp 76-83. ISSN 1807-5053. Abr-Jun 2016.

10 PHILLIPS, K. A. et al. Transtornos de ansiedade, do espectro obsessivo-compulsivo, pós-traumáticos e dissociativos. In: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais-DSM-5 [american psychiatric association; tradução: Nascimento, M. I. C. et al]. – 5. Ed. – dados eletrônicos. – Artmed. Seção II. p. 189-222. Porto Alegre, 2014.

11 WRIGHT, J. H; BASCO, M. R; THASE, M. E. Métodos comportamentais II. reduzindo a ansiedade e rompendo padrões de evitação. Aprendendo a terapia cognitivo-comportamental. Artmed. V.02. Cap. 7. p.121-136. Porto Alegre, 2008.

12 PEREIRA, V. Z. et al. Avaliação dos níveis de ansiedade em pacientes submetidos ao tratamento odontológico. Rev. Bras. Cien. Saúde, 17(1); 55-64. 2013.

13 OLIVEIRA, M. F. et al. Musicoterapia Como Ferramenta Terapêutica No Setor Da Saúde: Uma Revisão Sistemática. Revista da Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações, v. 12, n. 2, p. 871-878, ago./dez. 2014.

14 SOUZA, H. et al. Cultura Bucal: Transformando Odontologia Em Música. Rai. Rum, Vol. 03 Nº 01, Rio De Janeiro, Jul., 2015.

15 SILVA, H. F. B. G. A Música Atuando Na Diminuição Dos Níveis De Ansiedade Do Paciente Durante O Tratamento Odontológico. Monografia (Graduação em Odontologia)-FUNVIC. Faculdade de Pindamonhangaba – SP 2015.

16 ZANINI, C. R. O. O efeito da musicoterapia na qualidade de vida e na pressão arterial do paciente hipertenso. Tese (Doutorado). Programa Pós Graduação em Ciências da Saúde da UFG. 2009.