

POSSÍVEIS APLICAÇÕES MUSICOTERÁPICAS EM ATLETAS DE ALTO NÍVEL

Fernando Dantas Castel³¹, Cristiane Amorosino³²

Página | 67

Resumo

Este estudo teórico procura estabelecer uma correlação entre música, musicoterapia e aspectos psicológicos de esportistas apresentando sugestões de aplicações específicas em musicoterapia no treinamento e consequente desempenho de atletas de alto nível. Teve como método a revisão bibliográfica e pode-se observar que a exigência e os desafios enfrentados pelos atletas, demandam um campo a ser explorado pelos Musicoterapeutas - o esporte. Portanto, faz-se necessário maior reflexão sobre o assunto.

Palavras-chave: Música, Musicoterapia, Esporte e Atletas.

ABSTRACT

This theoretical study aims to establish a correlation between music, music therapy and psychological aspects of sportsman by presenting a few suggestions of specific applications of music therapy on the training and subsequent high level athlete's performance. The method was a literature review and it can show that the demand and the challenges faced by the athletes requires a field to be explored by the music therapist- sports. Therefore, it is necessary a further reflection on this subject.

Keywords: Music, Music Therapy, sports and athletes.

³¹ Bacharel em Musicoterapia pela FMU - Faculdades Metropolitanas Unidas. Curso de formação em psicologia do Esporte pela CEPPE. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7173951799853312>

³² Musicoterapeuta, Mestre em Distúrbios do Desenvolvimento, professora dos Cursos de Graduação em Musicoterapia e Especialização em Musicoterapia Organizacional e Hospitalar das Faculdades Metropolitanas Unidas (FMU). Orientadora do presente trabalho. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5360130098834882>

Introdução

A prática de esporte nos dias de hoje, além de ser uma atividade física que transforma o seu praticante em diversos aspectos, possui uma competitividade muito grande.

Essa competitividade, por sua vez, tem levado os atletas a sempre treinarem mais e mais com o intuito de aprimorarem suas características físicas para a realização de sua modalidade. Contudo, os atletas não conseguem extrair sua melhor capacidade de atuação por diversos motivos. Muitas vezes, o fator psicológico influi no rendimento.

Como o esporte está relacionado a competição, o atleta está inserido num meio em que há muita pressão psicológica sobre si, seja de técnicos, patrocinadores, companheiros de time, adversários e até mesmo da própria torcida. Essa pressão psicológica pode desencadear um aumento de estresse e ansiedade tornando-se maléfica no momento da execução da atividade física, prejudicando assim seu melhor desempenho.

A música traz a possibilidade de se tornar um aliado poderoso aos atletas, pois pode isolar estímulos sonoros externos desagradáveis ao atleta, criando uma espécie de "casulo musical", auxiliar na diminuição dos níveis de ansiedade e estresse antes da competição e ajudar no aumento de motivação, da confiança e da concentração do mesmo para a realização da atividade esportiva (KARAGEORGHIS, 2008).

O presente estudo visa sugerir que a utilização da música e inserção da mesma num contexto musicoterápico pode ser capaz de beneficiar o atleta que deseja melhorar seu rendimento na prática da atividade física de alto nível além de lhe proporcionar maior bem estar dentro e fora das competições

Música e aspectos psicológicos de atletas de alto nível

Antes de tudo, a música possui grande influência sobre os seres humanos (COSTA, 1995). Pode proporcionar diversas reações ao ouvinte, como relaxar, divertir, emocionar, distrair e, no que concerne a este estudo, ajudar na concentração em diversas tarefas, dentre elas, as atividades físicas.

Segundo Karageorghis (2008), a música é uma ferramenta que tem sido bastante atribuída a diversos fatores que variam desde o isolamento de sonoridades existentes em ambientes externos que poderiam se tornar maléficas à concentração dos atletas até o aumento da motivação dos mesmos para a realização da atividade física. E neste caso, tornou-se comum destacar vários atletas fazendo uso de Ipods antes do início de suas competições.

O iPod - entre outros aparelhos reprodutores de áudio - tornaram-se grandes aliados na vida esportiva dos atletas, cujas finalidades variam conforme os objetivos pré-estabelecidos pelos mesmos.

Como o atleta está submetido a uma intensa gama de ruídos que podem lhe acarretar reações psicossomáticas ligadas ao estresse e ao aumento de ansiedade (como vaias e diversas sonoridades advindas da torcida utilizadas para desestabilizá-lo), cabe a ele, o som, um papel de indicador de performance (BRABO, 2009). A minimização destes fatores sonoros negativos pode ocorrer aliada à audição de músicas criteriosamente escolhidas pelo esportista.

Um exemplo de escolha musical antes da competição remete à experiência da nadadora Daynara de Paula. Em entrevista ao programa SporTV Repórter, do canal SporTV, a atleta relata que mostrava sinais de ansiedade exacerbada antes das competições. Na época, ela disputava o Troféu Maria Lenk de Natação, que valia a classificação para disputar as Olimpíadas de 2008, em Pequim.

Em suas próprias palavras, Daynara descreveu seus problemas. “...(Eu) ficava nervosa e tinha uma época em que eu chorava antes de nadar a minha prova. Era muito ruim. Eu sentia uma sensação muito ruim, eu dizia que não queria nadar. (Nadar) era uma coisa que eu gostava, mas não tinha mais vontade de fazer. Eu ficava com medo de tudo, como nadar mal, pois eu não estava conseguindo melhorar minhas marcas, daí eu ficava chorando, pois não queria nadar de novo. Era horrível”.

Daynara, segundo suas palavras, estava com dificuldade para realizar a sua prova em virtude do medo e do nervosismo. Por sua vez, essas reações emocionais antecipatórias provavelmente se davam através de toda a carga afetiva que a nadadora colocara sobre a competição, uma vez que se tratava de uma prova classificatória para as Olimpíadas, um dos eventos esportivos mais importantes para os atletas.

Porém, antes da última seletiva classificatória para os Jogos Olímpicos de Pequim, a atleta foi aconselhada por uma amiga a ouvir músicas antes de entrar na

água. A partir dessa descoberta da ferramenta musical, Daynara relata que se sentiu menos ansiosa e, conseqüentemente, seus sentimentos de medo e de nervosismo diminuíram. Nas palavras da nadadora, "(...) fiquei elétrica, fiquei muito feliz e comecei a sentir uma vontade de dançar. Isso me deu mais vontade de nadar ainda. Foi muito bom! ".

Ao final de sua experiência com a audição musical, Daynara conseguiu bater o seu próprio recorde e conseguiu se classificar para as olimpíadas.

Outro exemplo a ser elucidado é o do tenista Fernando Meligeni. O atleta, em entrevista ao programa SporTV Repórter, do canal SporTV, confessou que utilizara a música em diversas ocasiões com o intuito de diminuir sua ansiedade e nervosismo e, também, para se motivar para a competição.

Antes de disputar a final do Pan Americano de Tênis, em 2003, contra o tenista chileno Marcelo Rios, Meligeni disse que "(...) entraria na quadra muito mais nervoso (se não tivesse ouvido música). A música me relaxa, me coloca em outro momento. Eu tava com o walkman o tempo inteiro (sic), estava ouvindo a música o tempo todo. As pessoas falavam comigo, eu respondia e já colocava a música de volta e voltava para o vestiário com a música alta".

Além de ressaltar a diminuição de ansiedade e nervosismo através da escuta musical, Meligeni ressaltou outro fator importante bastante influenciado pela audição da música: a motivação.

No caso, antes de entrar na quadra, o tenista ouvira a música "*Querem meu Sangue*", interpretada pela banda Cidade Negra. O refrão da música está transcrito abaixo:

*"Pois se eles querem meu sangue
Verão o meu sangue só no fim
Se eles querem meu corpo
Só se eu estiver morto, só assim"*

Um elemento musical que pode influenciar bastante o aspecto motivacional do atleta, no caso, é a letra da música. Segundo Karageorghis *et al* (1999), a letra da música pode transmitir uma mensagem que, ao ser percebida pelo atleta, pode elevar sua autoestima e sua motivação para a realização da atividade esportiva.

A mensagem que a letra da música escutada por Meligeni traz pode estar associada ao papel simbólico de elementos constituintes de uma batalha, como sangue e morte. O atleta muitas vezes encara a competição como uma batalha, na

qual, simbolicamente, a derrota significa a morte e o derramamento de sangue - e o derramamento de sangue significaria a sua morte. A música transcrita acima está associada a uma mensagem de resistência, ou seja, para o atleta ser derrotado, o outro teria simbolicamente de matá-lo na competição para alcançar a vitória.

Fernando Meligeni, por sua vez, conseguiu se consagrar campeão do torneio de tênis do Pan Americano de 2003.

Além de elucidar os exemplos de Fernando Meligeni e Daynara de Paula (que praticam esportes individuais), vale a pena ressaltar que a música também acarreta em benefícios para atletas que praticam esportes coletivos (KARAGEORGHIS, 2008).

Quando se trata de um esporte coletivo, as pressões impostas sobre os atletas podem alterar até mesmo as relações interpessoais entre os mesmos, prejudicando o rendimento da equipe na prática esportiva. A manutenção da boa relação entre os atletas torna-se deveras importantes - no caso, a música poderia servir como uma espécie de elo entre estes atletas, fortalecendo a amizade e a união do grupo, uma vez que, segundo Bruscia (2000), "um dos elementos mais importantes que mantém os vários extratos da comunidade unidos e que contribui para cada uma de suas identidades coletivas é a música".

A relação entre música e diversos fenômenos psicológicos, fisiológicos, biológicos e culturais do homem abre margem à possibilidade da implementação de um trabalho diferenciado, que engloba um processo terapêutico do qual o musicoterapeuta pode explorar, mas que, para tal, deverá seguir um processo sistemático de trabalho, elaborando um plano de metas e objetivos a serem alcançados pelo atleta e auxiliá-lo na busca pelo melhor desempenho nos treinos e na competição, bem como adquirir uma condição psicológica mais adequada às necessidades que tais atividades exigem.

Com base nestas hipóteses, serão discutidas e sugeridas algumas técnicas e métodos em musicoterapia que poderão tornar-se relevantes à proposta de trabalho com atletas.

Musicoterapia - propostas de técnicas e aplicações para o trabalho com atletas

Como foi apresentado anteriormente, a música desempenha papeis importantes para os atletas de alto nível. A escuta musical antes das competições tem possibilitado aos atletas um isolamento não só de estímulos sonoros externos

prejudiciais, mas também de pensamentos internos negativos - no caso de Fernando Meligeni, a música "Querem meu Sangue" provavelmente ajudou o tenista a se motivar para a competição. Além disso, a música tem sido utilizada para diminuir os níveis de ansiedade e estresse e aumentar a confiança e concentração dos esportistas antes das competições (KARAGEORGHIS; TERRY, 2009)

Todos estes atributos servem como precedentes para a implantação de um trabalho de musicoterapia com atletas. Porém, é válido fazer algumas distinções entre a mera utilização da música e o trabalho de musicoterapia implantado por um profissional qualificado.

Conforme explica Bruscia (2000), a musicoterapia não é simplesmente a utilização da música, mas a utilização de experiências musicais por meio do musicoterapeuta. Isto é, o agente da terapia é a experiência que o cliente tem com a música (interação entre pessoa, processo, produto e contexto) e o musicoterapeuta tem como papel desenvolver esta experiência do cliente de forma que o atleta (o foco deste estudo) transforme a experiência vivenciada em aprendizado e ferramenta para ampliar suas potencialidades.

Entre outras palavras, o atleta deve ser engajado em uma experiência musical que visa auxiliá-lo a cumprir seus objetivos e suprir suas necessidades. Se o atleta apresenta um problema de concentração, o musicoterapeuta orienta o cliente a desenvolver experiências musicais que apresentem desafios relacionados à concentração e que possam servir como alicerce para o progresso do mesmo.

Através da confluência desses fatores – as necessidades do atleta e o fator que pode auxiliá-lo a suprir essas necessidades – entende-se plausível a sugestão de algumas atividades musicoterápicas. Abaixo estarão listadas técnicas e aplicações musicoterápicas geralmente utilizadas para diminuir a ansiedade e o estresse do cliente:

- *Musicoterapia Vibroacústica*: trata-se de um método desenvolvido por Skille (1986), e que envolve enviar ondas sonoras sinusoidais de baixa frequência para o corpo do paciente através de alto-falantes acoplados sob a cama ou cadeira. Ao mesmo tempo, o paciente ouve músicas previamente selecionadas pelo musicoterapeuta com o intuito de promover o relaxamento. Seus efeitos são divididos em três áreas principais: efeitos relaxantes e espasmolíticos, aumento da circulação sanguínea corporal e efeitos positivos no sistema vegetativo. Algumas condições médicas são apropriadas para a aplicação da terapia vibroacústica, como dores

abdominais, ansiedade, dores nas costas, dores crônicas e reumáticas, entre outros (CARRER, 2007).

- *Biofeedback Musical*: trata-se da utilização da música para fornecer feedback contínuo de funções corporais autônomas (como pressão sanguínea, frequência cardíaca, níveis hormonais etc.) durante a utilização da tecnologia do *biofeedback* para o cliente prover maior conscientização e controle sobre o corpo (BRUSCIA, 2000).

- *Relaxamento musical*: Utilização da escuta musical com o objetivo de reduzir o estresse e a tensão, reduzir ansiedade e induzir relaxamento corporal (BRUSCIA, 2000)

- *AudioMusicoTens*: Esta técnica desenvolvida pelo musicoterapeuta Prof. Ms. Raul Brabo consiste na audição de músicas selecionadas de acordo com o estudo prévio das relações do cliente com a música e estímulos sonoros diversos e, simultaneamente, a aplicação de eletroestimulação nervosa transcutânea com o intuito de promover no indivíduo uma “resposta induzida por frequência” ao relaxamento (BRABO, 2009).

Todas as experiências musicais supracitadas são caracterizadas como receptivas. Segundo Bruscia (2000), as experiências musicais baseadas em métodos receptivos possuem objetivos relevantes aos atletas, tais como:

- Promoção da receptividade.
- Evocação de respostas corporais específicas.
- Estimulação e relaxamento.
- Diminuição de estresse e ansiedade.
- Possível condicionamento do indivíduo em termos de melhora na concentração e atenção.
- Exploração de idéias e pensamentos.

Todos esses objetivos terapêuticos estão ligados às necessidades dos atletas apresentadas anteriormente neste estudo.

No que diz respeito ao aumento da motivação de um atleta, abaixo estarão sugeridas técnicas e aplicações musicoterápicas pertinentes a serem utilizadas pelo profissional de musicoterapia:

- *Técnica EISS*: A técnica de Estimulação de Imagens e Sensações através do Som (EISS), “consiste na audição de uma sequência de estímulos musicais, desenhada de maneira criteriosa e artesanal por um musicoterapeuta para a situação

singular de um cliente ou grupo de clientes, durante o processo musicoterapêutico” (SCHAPIRA, 2007). Quando é executada a sequência sonora, o cliente deve escutá-la e o musicoterapeuta não deve intervir. Em alguns casos há alteração dos estados possíveis de consciência, em outros não. Os níveis de profundidade são: abstrato/estético, histórico-vinculares, somático/vital e transcendente. Ao terminar, o cliente relata a experiência e o musicoterapeuta escuta e analisa.

- *O uso seletivo da música editada:* Segundo Schapira e Hugo (2004), “não existe a música para situações determinadas, mas sim a música que no enquadre terapêutico se encaixe de acordo com os critérios organizados segundo três pilares: musicoterapeuta, cliente e música”. O musicoterapeuta deve estar atento se a música realmente está em função das necessidades do atleta, assim como levar em conta a história, idade e os aspectos receptivos do ME-R³³ deste cliente. Também deve pensar na estruturação e variáveis da obra selecionada, como conteúdo da letra, gênero, estilo musical, instrumentos utilizados, contexto social da qual a música foi criada.

Existem sete modalidades diferentes de aplicação da música editada: 1) Exploração de material, 2) canto com música editada, 3) acompanhamento instrumental da música editada, 4) audição da música editada, 5) audição da música em movimento, 6) edição personalizada e 7) edição personalizada de improvisações e canções criadas na sessão.

As duas técnicas citadas acima foram elaboradas por Schapira e colaboradores (2007) e encontram-se presentes no Modelo Plurimodal. Seus objetivos terapêuticos são:

- O resgate da força interior e o que se tem de melhor.
- Abrir as portas para o autoconhecimento e promover a expressão de sentimentos e emoções, facilitando a busca de si mesmo.
- Proporcionar ao atleta uma possibilidade de um *insight*.

Estes objetivos terapêuticos estão relacionados a aspectos intrapessoais do atleta, ou seja, que são internas à pessoa e se estabelecem entre qualquer parte do eu (BRUSCIA, 2000). Logo, no âmbito da musicoterapia voltada aos atletas, essa

33 Abreviação utilizada por Schapira (2007) para "modos de expressão e recepção" do cliente.

busca por fatores intrapessoais pode ser bastante relevante em termos de aumento de motivação dos mesmos para a prática da atividade esportiva.

A maior parte das técnicas supracitadas é caracterizada como experiências musicais receptivas. Porém, algumas aplicações do uso seletivo da música editada estão ligadas a experiências musicais categorizadas como interativas, como o canto da música editada, acompanhamento instrumental da música editada, edição personalizada de canções e canções criadas nos encontros musicoterapêuticos.

Outras técnicas interativas de musicoterapia possíveis de serem aplicadas durante o processo terapêutico com o atleta são:

- *Técnica de improvisação “Conduzir”*: Catalogada por Bruscia (1999), essa técnica de improvisação trata-se da condução da atividade por parte do paciente. O indivíduo pode determinar alguns ou todos os aspectos da improvisação, como os elementos musicais (ritmo, harmonia e melodia), ou elementos interpessoais (quem toca cada parte e quando). A improvisação é dirigida pelo cliente por gestos expressivos, símbolos musicais, mensagens verbais etc.

- *Técnica de improvisação “Experimental”*: Esta outra técnica descrita por Bruscia (1999) consiste na apresentação de uma estrutura, ideia ou procedimento por parte do musicoterapeuta para guiar a improvisação do cliente. Ao mesmo tempo, o musicoterapeuta pede ao cliente que experimente todas as suas possibilidades expressivas. O Musicoterapeuta pode também introduzir novos instrumentos ao *setting* e fazer com que o indivíduo explore suas possibilidades sonoras e de manipulação.

- *Técnica de improvisação “Criar Espaços”*: A técnica se refere ao ato do musicoterapeuta em proporcionar espaços frequentes na estrutura da improvisação para que o paciente responda ou introduza sons. Estes espaços podem ser silêncios vazios (pausa) ou silêncios preenchidos (acordes sustentados). Ou então, podem ser constituídos por um fundo musical que convide o cliente a participar da interação (BRUSCIA, 1999).

- *Técnica de improvisação “Divisão”*: A técnica “divisão”, descrita por Mary Priestley e catalogada por Bruscia (1999), é utilizada para explorar experiências ou situações que impliquem polaridades, elementos de conflito, sentimentos incongruentes, ideias contraditórias, entre outras. Na “Divisão”, o musicoterapeuta e o cliente se juntam para expressar os dois lados do conflito, primeiro por meio da improvisação e, num segundo momento, dialogando.

- *Improvisação de canção*: essa improvisação pode apresentar conteúdos inconscientes, como recordações, imagens e diversas sensações.

As experiências de improvisação, segundo Bruscia (2000), possuem diversos objetivos terapêuticos que podem auxiliar os atletas, tais quais:

- Dar sentido à autoexpressão e à formação de identidade.
- Desenvolver a capacidade de intimidade interpessoal.
- Desenvolver habilidades grupais.
- Desenvolver a criatividade, a liberdade de expressão, a espontaneidade e capacidade lúdica.
- Estimular e desenvolver os sentidos.
- Desenvolver habilidades perceptivas e cognitivas.
- Promover percepção e conhecimento de como partes conflitantes se relacionam ou se diferenciam e também preparar o cliente para integrar aspectos positivos do eu.

Todos os objetivos terapêuticos descritos acima possuem relação com os atletas e com o esporte em si. Como exemplo, cabe ressaltar que em esportes coletivos há uma grande importância no relacionamento dos atletas dentro do grupo. A musicoterapia pode oferecer um canal que favoreça a integração de todos os elementos do grupo de modo que, conseqüentemente, sejam trabalhadas algumas questões relacionadas a ele.

A estimulação e desenvolvimento dos sentidos, das habilidades perceptivas e cognitivas tornam-se essenciais para os atletas, uma vez que as competições de alto nível exigem dos seus participantes a excelência desses fatores (KARAGEORGHIS, 2008). Em outras palavras, a competição de alto nível implica a necessidade de os sentidos, a percepção e a cognição dos atletas estarem dentro de um patamar, no mínimo, satisfatório.

Considerações Finais

A busca por excelência em termos físicos por parte dos atletas está vinculada às necessidades impostas pela competição de alto nível. Contudo, é fundamental ressaltar que estas competições podem causar pressões de diversas vertentes sobre os atletas, causando-lhes fatores físicos, psíquicos e emocionais negativos que podem se manifestar no decréscimo do nível de competitividade e bem estar do mesmo.

Logo, para se adequar ao grau exigido no esporte profissional, o atleta precisa estar bem de forma global, ou seja, em seus aspectos biopsicofisiológicos, social e emocional.

A música e seus elementos podem ser considerados ferramentas importantes para auxiliar o atleta nesta busca por excelência.

A musicoterapia, por se tratar de uma abordagem terapêutica expressiva que visa auxiliar o indivíduo a alcançar, através dos objetivos de cada proposta de trabalho dentro da terapia, necessidades físicas, emocionais, mentais, sociais e cognitivas, também pode ser considerada uma ferramenta interessante e pertinente aos atletas de alta performance.

O campo da musicoterapia possui diversos recursos terapêuticos e o musicoterapeuta qualificado terá a percepção de que a escolha destes recursos deve atender não só as necessidades do atleta, como também devem possuir relação com sua personalidade, seu caráter, seus objetivos traçados na vida, temperamento, forma de conduta e outras facetas intrínsecas a ele.

Esta discussão e reflexão tiveram como finalidade apresentar um campo a mais para a perspectiva do Musicoterapeuta – o esporte. Os procedimentos, técnicas e práticas em musicoterapia sugeridos neste trabalho podem permitir ao musicoterapeuta estabelecer e desenvolver um plano de trabalho que auxilie os atletas na busca de seus objetivos e no suprimento de suas necessidades para a realização da atividade física e na busca de maior bem estar dentro e fora das competições, tornando-se um terreno extremamente fértil para a nossa atuação.

Referencias

BRABO, R. **AudioMusicoTens: o ambiente sonoro e a interface do som como indicadores de performance, redimensionamento a audição musical.** Artigo publicado nos anais do IX Fórum Paulista de Musicoterapia da APEMESP. São Paulo/SP. 2009.

BRUSCIA, K. **Definindo Musicoterapia.** 11.ed. Rio de Janeiro: Enelivros. 2000.

BRUSCIA, K. **Modelos de Improvisación em Musicoterapia:** Sesenta y cuatro técnicas clínicas in musicoterapia. Vitória-Gasteiz: Agruparte, 1999.

CARRER, L.R. **Musicoterapia Vibroacústica**: Um movimento transdisciplinar promovendo qualidade de vida. Brasil. Monografia de conclusão de curso, São Paulo, (SP): Faculdade Paulista de Artes. Curso de Musicoterapia. 2007.

COSTA, C.M. **Musicoterapia para deficiências mentais**. 1.ed. Lisboa: Editora Clio. 1995.

Página | 78

DE PAULA, D. Programa SporTV Repórter: **"Os caminhos da música no esporte"**. Jornalista responsável: Guilherme Roseguini. Canal SporTV. Reportagem exibida no dia 18/07/2008 às 22:00 horas. Disponível em: <http://sportv.globo.com/site/programas/sportv-reporter/>

KARAGEORGHIS, C. Programa SporTV Repórter: **"Os caminhos da música no esporte"**. Jornalista responsável: Guilherme Roseguini. Canal SporTV. Reportagem exibida no dia 18/07/2008 às 22:00 horas. Disponível em: <http://sportv.globo.com/site/programas/sportv-reporter/>

KARAGEORGHIS, C., TERRY, P., LANE, A. **Development and initial validation of an instrument to assess the motivational qualities of music in exercise and sport**: The Brunel Music Rating Inventory. Journal Sports Science, 1999; vol. 17:p. 713-724.

KARAGEORGHIS, C. & TERRY, P. **Psychophysical Effects of Music in Sport and Exercise: An Update on Theory, Research and Application**. University of Brunel, Uxbridge, UK. 2009.

MELIGENI, F. Programa SporTV Repórter: **"Os caminhos da música no esporte"**. Jornalista responsável: Guilherme Roseguini. Canal SporTV. Reportagem exibida no dia 18/07/2008 às 22:00 horas. Disponível em: <http://sportv.globo.com/site/programas/sportv-reporter/>

SCHAPIRA, D; HUGO, M. **El Método Plurimodal como herramienta de evaluación Del paciente em Salud Mental**. In Revista Brasileira de Musicoterapia, Ano IX. Número 7, 2004.

SCHAPIRA, D.; HUGO, M.; SANCHÉZ, V. **Musicoterapia, Abordaje Plurimodal**. Argentina: ADIM Ediciones, 2007.

SKILLE, O. **Manual of vibroacoustics**. Levanger, Norway: ISVA publications.
Disponível em: www.soundbeam.co.uk. 1986

