

**O CANTO APLICADO À SAÚDE:
UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA ENTRE OS ANOS DE 2011
E 2016**

**SINGING APPLIED TO HEALTH:
A SYSTEMATIC REVIEW OF THE LITERATURE FROM 2011 TO 2016**

Carolina Veloso¹ e André Brandalise²

Resumo - o objetivo deste estudo é o de oferecer uma síntese da literatura acerca das intervenções musicais, realizadas por musicoterapeutas e por outros profissionais da saúde, através do canto. Uma revisão sistemática da literatura foi conduzida e demonstrou que o canto possui o potencial de estabelecer uma variada gama de objetivos terapêuticos e de resultados.

Palavras-Chave: Musicoterapia, canto, saúde.

Abstract - the aim of this review is to provide an evidence-based synthesis of the research literature on music intervention, done by music therapists and by professionals from other health areas, through singing. A systematic review of the literature was conducted and showed that singing has potential to establish a variety of goals and outcomes.

Keywords: Music Therapy, singing, health.

¹ Carolina Veloso é bacharel em música com habilitação em canto lírico (UFPel) e especialista em musicoterapia (UFPel). É sócia-fundadora do Espaço Voz (vinculado ao Instituto de Criatividade e Desenvolvimento-ICD) onde trabalha como professora de canto. Também exerce a função de coterapeuta no Centro Gaúcho de Musicoterapia-ICD. Veloso teve papel em algumas óperas tais como Carmen (Bizet), A Flauta Mágica (Mozart) e Aida (Verdi).

² André Brandalise é bacharel em música (UFRGS), especialista em musicoterapia (CBM-RJ), mestre em musicoterapia (NYU – EUA) e PhD em musicoterapia (Temple University, EUA). É diretor-fundador do Centro Gaúcho de Musicoterapia (CGM), vinculado ao Instituto de Criatividade e Desenvolvimento (ICD), onde trabalha como clínico e pesquisador. Brandalise é autor de diversos artigos e dos livros “Musicoterapia Músico-centrada” (Apontamentos, 2001) e “I Jornada Brasileira sobre Musicoterapia Músico-centrada” (Apontamentos, 2003).

Introdução

Um dos recursos utilizados, tanto por musicoterapeutas como por outros profissionais da saúde, é o canto. O canto vem sendo utilizado na saúde por vários profissionais através de diferentes técnicas (e.g., grupo de canto, improvisação vocal) e com variados objetivos. Sabe-se, por exemplo, que o engajamento de um paciente em um processo de musicoterapia que envolva o canto poderá promover relaxamento e consequentemente administração da dor (BRADT et al., 2016), entre outros objetivos.

No Brasil, há musicoterapeutas que foram bastante propagadores acerca dos benefícios da voz e do canto em processo terapêutico. Entre eles, Luís Antonio Millecco, Ronaldo Pomponet Millecco e Maria Regina Esmeraldo Brandão (2000) e Ana Léa Maranhão Baranow (2001). Nos Estados Unidos, uma das profissionais musicoterapeutas de destaque, reconhecida por associar sua prática clínica com a voz, é a norte-americana Diane Austin (2008).

Esta revisão sistemática objetivou investigar e detalhar as intervenções musicais, que vêm sendo realizadas por musicoterapeutas e também por outros profissionais da saúde, através do uso do canto.

Objetivos

1. Identificar os trabalhos de pesquisa que examinam a utilização do canto por musicoterapeutas e por outros profissionais da saúde.
2. Identificar quais os profissionais (áreas de conhecimento) que estão realizando este trabalho.
3. Examinar os tipos de intervenção e seus benefícios com diferentes populações.

MUSICOTERAPIA

Metodologia

Critérios de inclusão

Foram incluídos artigos de pesquisa escritos por musicoterapeutas e por outros profissionais da saúde que mencionaram utilizar o canto direcionado à saúde. Não foram incluídos estudos relacionados, por exemplo, à validação de testes com utilização do canto, à patologias da voz, a testagens comparativas acerca do uso da voz e/ou do canto. Foram incluídos trabalhos escritos em português, espanhol, inglês e francês.

Método de busca

A busca foi conduzida através do uso das bases de dados computadorizadas MEDLINE, CINAHL e PsycInfo.

Uma busca eletrônica também foi efetuada nos seguintes periódicos:

1. *Journal of Music Therapy* (AMTA, de 2011 a 2016)
2. *Nordic Journal of Music Therapy* (de 2011 a 2016)
3. *Music Therapy Perspectives* (de 2011 a 2016)
4. *The Arts in Psychotherapy* (de 2011 a 2016)
5. *Voices* (de 2011 a 2016)
6. *Revista Brasileira de Musicoterapia* (de 2011 a 2016)

Resultados

Através do uso dos descritores “singing” e “health” detectou-se 988 artigos que foram incluídos para primeira revisão. Destes, foram selecionados 447, para segunda revisão. O total de 55 artigos foram selecionados para revisão final.

Trinta e quatro estudos corresponderam aos critérios de inclusão, ou seja, o uso do canto aplicado à saúde. Os estudos foram publicados entre 2011 e 2016 em forma de artigos. As publicações ocorreram em diversos países: Estados Unidos (oito estudos), Reino Unido (oito estudos), Austrália (cinco estudos), Inglaterra (quatro estudos), Nova Zelândia (dois estudos), Brasil (dois estudos), Canadá (um estudo), Israel (um estudo), Finlândia (um estudo), Suécia (um estudo) e Hong Kong (um estudo). Apresentaram diversidade clínica (ou heterogeneidade clínica) variando em termos de intervenções e resultados verificados (Ver Tabela 1).

Quanto às áreas de conhecimento

Diversas áreas de conhecimento estão envolvidas no estudo do canto relacionado à saúde. Por exemplo, musicoterapia (sete estudos), psicologia (quatro estudos), musicoterapia e medicina (dois estudos), enfermagem (um estudo), medicina (um estudo), neonatologia (um estudo), artes (um estudo), enfermagem e medicina (um estudo), musicoterapia e psiquiatria (um estudo), psicologia, educação e música (um estudo), psicologia e música (um estudo), neurologia, psicologia, musicoterapia e fonoaudiologia (um estudo), ciências sociais e comportamentais, música, psicologia e reabilitação (um estudo), música, medicina e psicologia (um estudo), artes aplicadas, música e psicologia (um estudo), musicoterapia, psiquiatria, doença mental e psicologia (um estudo), sociologia, criminologia e música (um estudo), música, medicina, psicologia, epidemiologia e saúde pública (um estudo), medicina respiratória, arte e saúde (um estudo), medicina, serviço de saúde comunitária e reabilitação (um estudo), saúde mental e arte (um estudo), neurociência e psicologia (um estudo), musicoterapia, neurobiologia e enfermagem (um estudo) e psicologia, sociologia e medicina (um estudo) (Ver Tabela 1).

Quanto aos objetivos

Os objetivos foram diversificados. Entre eles, avaliar o humor, qualidade de vida, problemas comportamentais e psicológicos, atividades de vida diária e estado cognitivo com familiares e cuidadores de pessoas com demência (CAMIC et al., 2011; OSMAN et al., 2016), possibilitar aos indivíduos com o distúrbio de amusia congênita a melhora da saúde vocal, técnica de canto, compreensão musical e percepção (ANDERSON et al., 2012), explorar experiências pessoais em um coral com pessoas que experimentam problemas crônicos de saúde mental (DINGLE et al., 2012), examinar se o canto em grupo pode permitir que as pessoas com doença de Parkinson sincronizem seus padrões de movimento com o ritmo musical e melhorem a qualidade de vida (ABELL et al., 2016; BUETOW et al., 2013), examinar a relação entre os benefícios percebidos associados ao canto coral e qualidade de vida entre os adultos mais velhos da comunidade (FU et al., 2015; JOHNSON et al., 2013; SKINGLEY et al., 2016), examinar e comparar o efeito do canto coral sobre o bem-estar e saúde em cantores amadores e cantores profissionais (KIRSH et al., 2013), explorar as percepções do canto em um processo grupal (MELLOR, 2013), verificar se a voz da mãe fornece uma fonte importante de estimulação sensorial para o feto e criança (ADEN, 2014), observar a eficácia das canções na facilitação da aprendizagem dos alunos (CHAN, 2014; Hinshaw et al., 2015), formar um coro intergeracional com o objetivo de combater o estigma da doença de Alzheimer com estudantes universitários e nesse processo diminuir o isolamento social e seus membros familiares (HARRIS et al., 2014), avaliar se as intervenções musicais, principalmente cantadas, melhoram os sintomas de saúde mental, bem-estar e respostas imunes para pessoas afetadas com câncer (FANCOURT et al., 2016), avaliar se o canto é uma atividade de promoção da saúde para pessoas com condições respiratórias de doença pulmonar obstrutiva crônica e asma (LEWIS et al., 2016; McNAUGHTON et al., 2016), explorar as percepções

dos participantes que sofrem de dor crônica em um coral comunitário e avaliar o bem-estar psicológico, auto-eficácia e relacionamentos com a sua dor (HOPPER et al., 2016), focar os aspectos sociais do canto em grupo, explorando se as melhorias na saúde e no bem-estar são medidas por vínculos sociais mais fortes, tanto para o grupo como um todo (vínculo coletivo) e para o indivíduo do grupo (ligação relacional) (PEARCE et al., 2016), comparar o canto coral com outras atividades de lazer, cantando solo e jogando um esporte em equipe, usando medidas de bem-estar, necessidade de satisfação e motivação (STEWART et al., 2016) e avaliar o impacto de um programa de canto meditativo sobre os resultados de saúde das pessoas aborígenes de Torres Strait Islander (SUN et al., 2016).

Especificamente em musicoterapia, a voz vem sendo utilizada em processo terapêutico para alcançar variados objetivos. Entre eles, explorar a função do canto com canções familiares no encorajamento de conversação entre pessoas com estágio intermediário e avançado da doença de Alzheimer (DASSA & AMIR, 2014), promover relaxamento e administrar a dor (BRADT et al., 2016), comparar as respostas do canto em crianças com Síndrome de Down e crianças de desenvolvimento típico. Os comportamentos medidos incluíram o olhar e o afeto como indicadores de autoregulação (L'ETOILE, 2015), examinar os efeitos da participação em coro na fala de indivíduos com doença de Parkinson (YINGER & LAPOINTE, 2012), descrever expressões de emoções e resistividade ao atendimento de pessoas com demência durante atendimento matutino sem e com cuidado musicoterapêutico (HAMMAR et al., 2011), examinar a eficiência do uso da voz em musicoterapia com pessoas sem abrigo e doentes mentais (GROCKE et al., 2014; ILIYA, 2011), explorar como a insuficiência respiratória após lesão da coluna cervical afeta a função vocal e explorar as estratégias de recrutamento muscular usadas durante tarefas vocais após a quadriplegia e os efeitos do treinamento de canto na função respiratória, vocal, no humor e qualidade de vida para as pessoas com quadriplegia crônica

(TAMPLIN et al., 2011; 2013); entender a experiência das terapias criativas das artes de cantar criando um diálogo entre um ente falecido (ILIYA et al., 2016), verificar se os aspectos da emissão vocal cantada contribuem para a manutenção das capacidades musicais e cognitivas do idoso (CORDEIRO et al., 2014), investigar se há uma relação entre estados de humor e congruência de elementos não verbais verificados na voz cantada e falada dentro de um processo musicoterapêutico (STEFFEN, 2011) (Ver Tabela 1).

Quanto aos resultados

Diversos foram os resultados obtidos através da utilização do canto. Entre eles, o uso do canto promoveu estabilidade na qualidade de vida de pessoas com demência e de seus cuidadores e aceitação da doença (CAMIC et al., 2011; OSMAN et al., 2016), melhora na produção, compreensão e percepção musical em indivíduos com distúrbio de amusia (ANDERSON et al., 2012), associação entre a formação de uma identidade de grupo e valorização (como um membro do coro) a benefícios emocionais e de saúde para pessoas com problemas crônicos de saúde mental (DINGLE et al., 2012), redução dos déficits no tempo motor e processamento emocional e melhorias na qualidade de vida em um grupo de canto com pessoas com a Doença de Parkinson (ABELL et al., 2016; BUETOW et al., 2013), entendimento de que o canto em um coral comunitário com adultos mais velhos pode influenciar positivamente vários aspectos da qualidade de vida e pode ser uma via potencial para promover a qualidade de vida em adultos mais velhos (JOHNSON et al., 2013), memórias recentes de música e do canto foram altamente associados à vínculo e socialização. O canto melhorou a saúde cerebral e pulmonar. O aquecimento vocal é importante por ajudar no controle de intensidade e facilitar experiências no canto para pessoas mais velhas. O envelhecimento traz mudanças biológicas tais como a perda de fibras elásticas e colágeno das pregas vocais prejudicando o controle vocal e

fala (FU et al., 2015), discussão sobre o canto como um processo grupal em termos de saúde e bem-estar relacionado a uma prática pedagógica na educação musical que seja mais atenta e mais consciente em termos de diálogo e relação (MELLOR, 2013), a conclusão de que o canto materno, durante o cuidado “canguru”, conforta tanto a mãe quanto o bebê prematuro (ADEN, 2014), o entendimento de que é uma abordagem de aprendizado bem sucedida que permite que os alunos aprendam, memorizem informações de forma mais fácil e aumentem suas habilidades de pensamento (CHAN, 2014), uma redução do estigma e redução do desconforto social em estudantes universitários e diminuição do isolamento para membros mais antigos de um coro intergeracional, um aumento nas atitudes positivas e temas de reconhecimento das capacidades e compreensão da doença de Alzheimer (HARRIS et al., 2014), o canto foi associado à reduções significativas no afeto negativo e aumento de afeto positivo. Também foi associado à reduções de cortisol, betaendorfina e oxitocina. Este estudo também aponta para evidências de que o canto melhora estados de humor e modula componentes do sistema imunológico (Fancourt et al., 2016).

O uso do canto foi benéfico para crianças participantes em um grupo de canto (HINSHAW et al., 2015), promoveu melhora do afeto, autoestima, relações interpessoais e bem-estar geral em um coro. Os achados expandiram-se sobre evidências existentes relacionadas ao canto e ao bem-estar, destacando o papel do coro na promoção da resiliência e aceitação da dor (HOPPER et al., 2016), promoveu compreensão sobre as aplicações de cantar um diálogo imaginário com uma pessoa falecida (ILIYA et al., 2016), em coro foi uma experiência agradável e que ajudou a lidar melhor com doenças respiratórias (LEWIS et al., 2016; McNAUGHTON et al., 2016), facilitou inclusão social e promoveu melhorias nos relacionamentos, memórias e humor (PEARCE et al., 2016), em grupos de cantores, levou a benefícios específicos e incrementais para o bem-estar físico, psicológico social e comunitário para pessoas idosas. Os benefícios

tendiam a diminuir após o término do programa (SKINGLEY et al., 2016), com cantores e jogadores de esporte de equipe promoveu bem-estar psicológico significativamente maior do que os cantores solistas (STEWART et al., 2016), em comunidade ligada aos serviços de saúde preventiva, foi associado à melhoria da saúde, resiliência, sensação de conexão, suporte social e estado de saúde mental entre os adultos aborígenes e dos habitantes do Império do estreito de Torres (SUN et al., 2016).

Em relação aos estudos específicos de musicoterapia, os resultados também foram significativos. A utilização da voz na saúde pode promover relaxamento e melhora na administração da dor (BRADT et al., 2016), promover sustentação do olhar da criança. As crianças de desenvolvimento típico, porém, demonstraram olhares intermitentes com significativa maior frequência do que as crianças com Síndrome de Down. Todas as crianças demonstraram afeto neutro (L'ETOILE, 2015), evocar memórias principalmente às relacionadas com origem social e identidade nacional. As conversas relacionadas ao cantar foram extensas e o ato do cantar em grupo encorajou respostas espontâneas do tipo sentimentos positivos, senso de “dever cumprido” e de pertencimento (DASSA & AMIR, 2014), melhorar a fala funcional de crianças com apraxia, aumentar significativamente a intensidade da fala com pessoas com doença de Parkinson (YINGER & LAPOINTE, 2012), ser uma intervenção eficaz para proporcionar às pessoas com demência uma experiência mais agradável nas situações de atendimento matinal como a diminuição do comportamento resistente e aumento das emoções positivas (HAMMAR et al., 2011), oferecer às pessoas sem-teto e doentes mentais uma experiência única de fazer algo criativo, significativo e produtivo com os outros, criando oportunidades de interação social e expressiva (ILIYA, 2011), promover efeito positivo não apenas em resultados físicos, mas também pode melhorar humor, energia, participação social e qualidade de vida para a população em risco, como aqueles com quadriplegia. A terapia de canto específica pode aumentar essas melhorias gerais, incluindo a intensidade vocal

(TAMPLIN et al., 2013), promover aumento de qualidade de vida e a espiritualidade das pessoas com doença mental severa (GROCKE et al., 2014), colaborar com a manutenção das capacidades musicais e cognitivas do idoso, promoveram momentos de descontração e riso, liberdade de expressão, melhora na autonomia, auto-realização e aumento da auto-estima (CORDEIRO et al., 2014), modificar estados de humor e influenciar a voz cantada e falada no processo musicoterapêutico, sendo que a voz cantada carrega uma supremacia de informações sobre a voz falada (STEFFEN, 2011).

No entanto, há que se ter atenção a determinados aspectos relacionados ao uso da voz. O canto coral, por exemplo, em emprego subótimo (sem devida preparação) pode resultar em fadiga vocal e redução do bem-estar e, portanto, deve ser considerado ao examinar o efeito da prática à saúde (KIRSH et al., 2013) (Ver Tabela 1).

Tabela 1

Autor(es), país e Ano	Área de Conhecimento	Tópico(s)/ Objetivos	Resultados/Conclusão
Camic et al., 2011 (UK)	Psicologia	Avaliar o humor, qualidade de vida, problemas comportamentais e psicológicos, atividades de vida diária e estado cognitivo com familiares e cuidadores de pessoas com demência.	O uso do canto promoveu estabilidade na qualidade de vida de pessoas com demência e de seus cuidadores e aceitação da doença.
Hammar et al., 2011 (Canadá)	Musicoterapia, Neurobiologia, Enfermagem	Descrever expressões de emoções e resistividade ao atendimento de pessoas com demência durante atendimento matutino sem e com cuidado musicoterapêutico.	Proporcionou às pessoas com demência uma experiência mais agradável nas situações de atendimento matinal como diminuição do comportamento resistente e aumento das emoções positivas.

Iliya, 2011 (EUA)	Musicoterapia e psiquiatria	Examinar a eficiência do uso da voz em musicoterapia com pessoas sem abrigo e doentes mentais.	Ofereceu às pessoas sem teto e doentes mentais uma experiência única de fazer algo criativo, significativo e produtivo com os outros, criando oportunidades de interação social e expressiva.
Tamplin et al., 2011 (Austrália)	Musicoterapia e medicina	Explorar como a insuficiência respiratória após lesão da coluna cervical afeta a função vocal e explorar as estratégias de recrutamento muscular usadas durante tarefas vocais após a quadriplegia e os efeitos do treinamento de canto na função respiratória, vocal, no humor e qualidade de vida para as pessoas com quadriplegia crônica.	Melhorou humor, energia, participação social e qualidade de vida para a população de risco, como aqueles com quadriplegia. A terapia de canto específica pode aumentar essas melhorias gerais, incluindo intensidade vocal.
Steffen, 2011 (Brasil)	Musicoterapia	Investigar se há uma relação entre estados de humor e congruência de elementos não verbais verificados na voz cantada e falada dentro de um processo musicoterapêutico	Modificou estados de humor e influenciou a voz cantada e falada no processo musicoterapêutico, sendo que a voz cantada carrega uma supremacia de informações sobre a voz falada
Anderson et al., 2012 (Inglaterra)	Psicologia, educação e música	Possibilitar aos indivíduos com o distúrbio de amusia congênita a melhora da saúde vocal, técnica de canto, compreensão musical e percepção.	Melhorou a produção, compreensão e percepção musical em indivíduos com distúrbio de amusia.

MUSICOTERAPIA

Dingle et al., 2012 (Austrália)	Psicologia e Música	Explorar experiências pessoais em um coral com pessoas que experimentam problemas crônicos de saúde mental.	O canto coral promoveu associação entre a formação de uma identidade de grupo e valorização (como um membro do coro) a benefícios emocionais e de saúde para pessoas com problemas crônicos de saúde mental.
Buetow et al., 2013 (Nova Zelândia)	Neurologia, Psicologia, Musicoterapia, Fonoaudiologia.	Examinar se o canto em grupo pode permitir que as pessoas com doença de Parkinson sincronizem seus padrões de movimento com o ritmo musical e melhorem a qualidade de vida.	Reduziu os déficits no tempo motor e processamento emocional e melhorias na qualidade de vida em um grupo de canto com pessoas com a Doença de <i>Parkinson</i> .
Johnson et al., 2013 (Finlândia)	Ciências sociais e comportamentais, música, psicologia e reabilitação.	Examinar a relação entre os benefícios percebidos associados ao canto coral e qualidade de vida entre os adultos mais velhos da comunidade.	Promoveu entendimento de que o canto em um coral comunitário com adultos mais velhos pode influenciar positivamente vários aspectos da qualidade de vida em adultos mais velhos.
Kirsh et al., 2013 (EUA)	Música, medicina e psicologia	Examinar e comparar o efeito do canto coral sobre o bem-estar e saúde em cantores amadores e cantores profissionais.	O canto coral em emprego subótimo (sem devida preparação) demonstrou que pode resultar em fadiga vocal e redução do bem-estar e, portanto, deve ser considerado ao examinar o efeito da prática à saúde.

MUSICOTERAPIA

Mellor, 2013 (UK)	Artes aplicadas, música e psicologia	Explorar as percepções do canto em um processo grupal. Os estudos consideram o canto em relação à saúde e bem-estar, histórias pessoais envolvendo canto as quais reconhecem o <i>self</i> em processo de pesquisa.	O estudo abriu discussão sobre o canto como um processo grupal em termos de saúde e bem-estar relacionado a uma prática pedagógica na educação musical que seja mais atenta e mais consciente em termos de diálogo e relação.
Tamplin et al., 2013 (Austrália)	Medicina e musicoterapia	Explorar como a insuficiência respiratória após lesão da coluna cervical afeta a função vocal e explorar as estratégias de recrutamento muscular usadas durante tarefas vocais após a quadriplegia e os efeitos do treinamento de canto na função respiratória, vocal, no humor e qualidade de vida para as pessoas com quadriplegia crônica.	Promoveu efeito positivo não apenas em resultados físicos, mas também na melhora humor, energia, participação social e qualidade de vida para a população em risco, como aqueles com quadriplegia. A terapia de canto específica também pode aumentar essas melhorias gerais, incluindo a intensidade vocal.
Aden, 2014 (Suécia)	Neonatologia	Verificar se a voz da mãe fornece uma fonte importante sensorial para o feto e criança.	A conclusão de que o canto materno, durante o cuidado “canguru”, confortou tanto a mãe quanto o bebê prematuro.
Dassa & Amir, 2014 (Israel)	Musicoterapia	Explorar a função do canto com canções familiares no encorajamento de conversação entre pessoas com estágio intermediário e avançado da doença de Alzheimer.	As canções evocaram memórias principalmente às relacionadas com origem social e identidade nacional. As conversas relacionadas ao cantar foram extensas e o ato do cantar em grupo encorajou

			respostas espontâneas do tipo sentimentos positivos, senso de “dever cumprido” e de pertencimento.
Chan, 2014 (Hong Kong)	Enfermagem	Observar a eficácia das canções na facilitação da aprendizagem dos alunos da enfermagem.	O uso de canções promoveu entendimento de que foi uma abordagem de aprendizado bem sucedida que permitiu que os alunos aprendessem, memorizassem informações de forma mais fácil e aumentassem suas habilidades de pensamento.
Cordeiro et al., 2014 (Brasil)	Musicoterapia	Verificar se os aspectos da emissão vocal cantada contribuem para a manutenção das capacidades musicais e cognitivas do idoso	Observou-se que a respiração, ressonância, articulação e ritmo indicaram colaborar com a manutenção das capacidades musicais e cognitivas do idoso, promoveram momentos de descontração e riso, liberdade de expressão, melhora na autonomia, auto-realização e aumento da auto-estima.
Grocke et al., 2014 (Austrália)	Musicoterapia, psiquiatria, doença mental, psicologia.	Examinar a eficiência do uso da voz em musicoterapia com pessoas sem abrigo e doentes mentais.	O uso do canto possibilitou o aumento de qualidade de vida e espiritualidade das pessoas com doença mental severa.
Harris et al., 2014 (EUA)	Sociologia e criminologia, música	Formar um coro intergeracional com o objetivo de combater o estigma da doença de Alzheimer com	Promoveu uma redução do estigma e do desconforto social em estudantes universitários e

		estudantes universitários e nesse processo diminuir o isolamento social com doença de Alzheimer e seus membros familiares.	diminuição do isolamento para membros mais antigos de um coro intergeracional, um aumento nas atitudes positivas e temas de reconhecimento das capacidades e compreensão da doença de Alzheimer.
Fu et al., 2015 (EUA)	Enfermagem e medicina	Examinar a relação entre os benefícios percebidos associados ao canto coral e qualidade de vida entre os adultos mais velhos da comunidade.	Memórias recentes de música e do canto foram altamente associados à vínculo e socialização. O canto melhorou a saúde cerebral e pulmonar. O aquecimento vocal é importante por ajudar no controle de intensidade e facilitar experiências no canto para pessoas mais velhas. O envelhecimento traz mudanças biológicas tais como a perda de fibras elásticas e colágeno das pregas vocais prejudicando o controle vocal e fala.
Hinshaw et al., 2015 (UK)	Psicologia, sociologia, medicina	Investigar o impacto de um projeto de canto em um grupo comunitário sobre o bem estar psicológico de crianças em idade escolar na área de Londres.	O uso do canto foi benéfico para crianças participantes em um grupo de canto.
L'etoile, 2015 (EUA)	Musicoterapia	Comparar as respostas do canto em crianças com Síndrome de Down e crianças de desenvolvimento típico. Os comportamentos	Todas as crianças sustentaram o olhar. As crianças de desenvolvimento típico, porém, demonstraram olhares intermitentes

		medidos incluíram o olhar e o afeto como indicadores de autoregulação.	com significativa maior frequência do que as crianças com Síndrome de Down. Todas as crianças demonstraram afeto neutro.
Abell et al., 2016 (UK)	Psicologia	Verificar os efeitos do canto em grupo na melhora da qualidade de vida da pessoa diagnosticada com doença de Parkinson.	Reduziu os déficits no tempo motor e processamento emocional e melhorias na qualidade de vida em grupo de canto com pessoas com a Doença de <i>Parkinson</i> .
Bradt et al., 2016 (EUA)	Musicoterapia	Promover relaxamento e administrar a dor	Promoveu relaxamento e melhora na administração da dor.
Fancourt et al., 2016 (Inglaterra)	Música, medicina, psicologia, epidemiologia e saúde pública	Avaliar se intervenções musicais, particularmente cantadas, melhoram os sintomas de saúde mental, bem-estar e respostas imunes para pessoas afetadas com câncer.	O canto foi associado à reduções significativas no afeto negativo e aumentou o afeto positivo. Também foi associado à reduções de cortisol, betaendorfina e oxitocina. Este estudo também apontou para evidências de que o canto melhorou estados de humor e modulou componentes do sistema imunológico.
Hopper et al., 2016 (UK)	Psicologia	Explorar as percepções dos participantes que sofrem de dor crônica em um coral comunitário e avaliar o bem-estar psicológico, auto-eficácia, e relacionamentos com a sua dor.	Promoveu melhora do afeto, autoestima, relações interpessoais e bem-estar geral em um coro. Os achados expandiram-se sobre evidências existentes relacionadas ao canto e ao bem-estar, destacando o papel do coro na promoção da

			resiliência e aceitação da dor.
Iliya et al., 2016 (EUA)	Musicoterapia	Entender a experiência das terapias criativas das artes de cantar criando um diálogo entre um ente falecido.	Promoveu compreensão sobre as aplicações de cantar um diálogo imaginário com uma pessoa falecida.
Lewis et al., 2016 (UK)	Medicina respiratória, arte e saúde	Avaliar se o canto em grupo é uma atividade de promoção da saúde para pessoas com condições respiratórias de doença pulmonar obstrutiva crônica e asma.	O canto em coro foi uma experiência agradável e que ajudou a lidar melhor com doenças respiratórias.
McNaughton et al., 2016 (Nova Zelândia)	Medicina, serviço de saúde comunitária, reabilitação.	Explorar como a participação em um grupo de canto comunitário contribui para a saúde e bem-estar de pacientes com doença pulmonar obstrutiva crônica.	O canto em grupo demonstrou benefícios para saúde e bem-estar identificados por 4 temas-chave: estar no “lugar certo”, conexão, proposta e crescimento e participação física que faz sentido.
Osman et al., 2016 (Inglaterra)	Saúde mental e arte.	Explorar o impacto de “cantar para o cérebro” (Singing for the Brain), uma intervenção baseada em atividades de canto em grupo desenvolvidas pela THE ALZHEIMER’S SOCIETY para pessoas com demência e seus cuidadores.	O uso do canto promoveu estabilidade na qualidade de vida de pessoas com demência e de seus cuidadores e aceitação da doença.
Pearce et al., 2016 (Inglaterra)	Neurociência e psicologia	Enfocar os aspectos sociais do canto em grupo, explorando se as melhorias na saúde e no bem-estar são medidas	Facilitou inclusão social e promoveu melhorias nos relacionamentos, memórias e humor.

		por vínculos sociais mais fortes, tanto para o grupo como um todo (vínculo coletivo) e para o indivíduo do grupo (ligação relacional).	
Skingley et al., 2016. (UK)	Artes	Avaliar as perspectivas dos participantes sobre a aceitabilidade e efeito sobre a saúde e o bem-estar de um programa de canto comunitário para pessoas idosas.	Em grupo de cantores, levou a benefícios específicos e incrementais para o bem-estar físico, psicológico, social e comunitário para pessoas idosas. Os benefícios tendiam a diminuir após o término do programa.
Stewart et al., 2016. (UK)	Psicologia	Comparar o canto coral com outras atividades de lazer, cantando solo e jogando um esporte em equipe, usando medidas de bem-estar, necessidade de satisfação e motivação.	O uso do canto com cantores e jogadores de esporte de equipe promoveu bem-estar psicológico significativamente maior do que em cantores solistas.
Sun et al., 2016 (Austrália)	Medicina	Avaliar o impacto de um programa de canto meditativo sobre os resultados de saúde das pessoas aborígenes de Torres Strait Islander.	Cantar em comunidade ligada aos serviços de saúde preventiva foi associada à melhoria da saúde, resiliência, sensação de conexão, suporte social e estado de saúde mental entre os adultos aborígenes e dos habitantes do Império do estreito de Torres.
Yinger & Lapointe, 2016 (EUA)	Musicoterapia	Examinar os efeitos da participação em coro na fala de indivíduos com doença de Parkinson.	Melhorou a fala funcional de crianças com apraxia, aumentou significativamente a intensidade da fala com pessoas com doença de Parkinson.

Discussão

Em primeiro lugar, queremos abrir a seção de discussão esclarecendo que reconhecemos que há inúmeros trabalhos clínicos, pedagógicos e artísticos que não foram por nós citados ou por não terem sido publicados ou por enfatizarem a utilização da canção e não do canto.

Em segundo lugar, o que nos chama atenção é a grande diversidade de objetivos e de resultados detectados na utilização do canto à saúde. São várias áreas de conhecimento envolvidas no estudo deste tópico. Detectamos onze: musicoterapia, medicina, enfermagem, educação, psicologia, criminologia, sociologia, artes, música, fonoaudiologia e ciências sociais e comportamentais. Ou seja, tem-se as artes, a medicina, o direito, a educação e a sociologia como eixos de interesses contemporâneos sobre o assunto, o que é significativo uma vez que demonstra uma abrangência da aplicação do canto que a nós foi inesperada.

No envolvimento da medicina no estudo do canto aplicado, por exemplo, foi possível detectar inúmeras subáreas: psiquiatria, saúde mental, neonatologia, neurologia, reabilitação, doença mental, epidemiologia, saúde pública, medicina respiratória, neurociência e neurobiologia. Os trabalhos de pesquisa acerca da aplicação do canto pra estas demandas foram por vezes associadas a outras áreas, incluindo a musicoterapia.

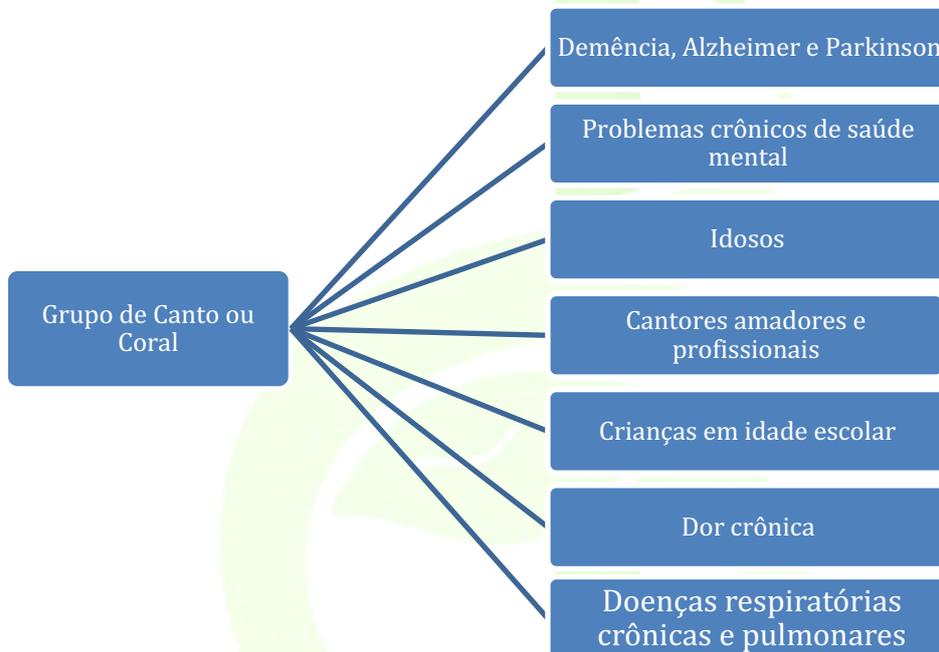
Aqui abre-se uma reflexão que envolve a histórica relação musicoterapia e medicina. Detectamos que a musicoterapia faz-se muito presente neste cenário de pesquisa. Foi a segunda área de conhecimento a qual apresentou o maior número de pesquisas (38,2%), pouco atrás da medicina que apresentou 41,1% dos trabalhos detectados. Muitos destes trabalhos em uma literal associação musicoterapia-medicina. Isto é curioso pois em seu último livro, Aigen (2014) apresenta treze perspectivas musicoterapêuticas contemporâneas. Dentre elas, doze possuem ênfase na música e dez criticam o modelo médico.

Encontramos muitas pesquisas acerca da utilização do canto e treinamento de canto para pessoas idosas, com diversas patologias como demência, Alzheimer, Parkinson. Grande parte destas pesquisas avaliaram os efeitos do canto em grupo, verificando a saúde, o bem-estar, a socialização, qualidade de vida entre outros benefícios. Não encontramos, por outro lado, estudos específicos com adolescentes. Percebemos na nossa prática, que os adolescentes utilizam o canto como uma maneira de extravasar suas emoções e utilizam este espaço para se desenvolverem e afirmar as suas identidades.

O canto coral ou canto em grupo é bastante estudado e explorado, principalmente com a população idosa. Foram encontrados dezoito trabalhos que exploram a dinâmica de coral ou grupos vocais/canto com diversas populações tais como: pessoas com problemas crônicos de saúde mental, portadores de Alzheimer e Parkinson, idosos, cantores amadores, cantores profissionais, estudantes universitários, crianças, pessoas que sofrem de dor crônica, pessoas com doenças respiratórias crônicas e pulmonares (Ver Figura 1). Todos estes trabalhos relatam benefícios sociais e emocionais ao cantar em grupo, melhorando os sintomas das doenças ou proporcionando uma melhor qualidade de vida, saúde e bem-estar. Apenas um estudo relata problemas vocais e de redução do bem-estar que o canto em grupo, sem preparo e técnicas vocais eficientes, pode acarretar.

MUSICOTERAPIA

Figura 1. Populações que utilizam o canto em grupo.



Além do foco no canto em grupo, estudos propuseram a aplicação do canto para outras populações e demandas. Detectamos estudos sobre os efeitos da voz e canto com pessoas com quadriplegia, estudos sobre o humor, sobre distúrbio de amusia, sobre mãe e bebê, sobre os efeitos na educação, com pessoas sem abrigo e doentes mentais, sobre dor crônica, com pessoas com câncer, sobre a relação de pessoas com entes falecidos.

Considerações finais

Os resultados discutidos nesta pesquisa são congruentes com o que observamos em nossa prática relacionada à técnica vocal com coros e à

pedagogia do canto. O cantor de coro e o aluno de canto, segundo nossa experiência, não parece buscar tais experiências somente com intuito de aprimorar seu canto mas também com intuito de buscar desenvolvimento e bem-estar.

No entanto, chama nossa atenção o fato de não havermos detectado estudos relacionados à aplicação do canto com determinadas populações. Aqui, mais especificamente, fazemos referência à adolescência, à pessoa com qualquer tipo de transtorno do desenvolvimento e neurológico. Talvez a razão para a não detecção destes estudos seja o fato de os autores que os produzem atribuírem ênfase no uso da canção e não especificamente no canto.

Este estudo não pretende abranger todas as possibilidades de discussão sobre o tema entendendo que é território bastante vasto. Buscou, isto sim, fazer reconhecimento das variadas demandas acolhidas pela utilização do canto. Concluiu-se que há uma escuta ao assunto e que diversas demandas vêm sendo acolhidas. Fica aqui o convite para que mais estudos investiguem e discutam mais detalhes sobre esta tão rica experiência que é o cantar.

REFERÊNCIAS

ABELL, Romane V.; BAIRD, A. D.; CHALMERS, K. A. Group singing and health-related quality of life in Parkinson's disease. *Health Psychology, Advance online publication*, 2016.

ÄDÉN, Ulrika. Maternal singing for preterm infants during kangaroo care comforts both the mother and the baby. *Acta Paediatrica*, 103, 995-996, 2014.

AIGEN, Kenneth. **The study of music therapy: current issues and concepts**. Nova York: Routledge, 2014.

ANDERSON, Susan; HIMONIDES, Evangelos; WISE, Karen; WELCH, Graham; STEWART, Lauren. Is there potential for learning in amusia? A study of the effect

os singing intervention in congenital amusia. ***Annals of the New York Academy of Sciences***, 345-363, 2012.

AUSTIN, Diane. **The Theory and Practice of Vocal Psychotherapy: Songs of the Self**. Londres: Jessica Kingsley Publishers, 2008.

BARANOW, Ana Léa Maranhão. Cantar-mãe-filho-cantar: um território de sons e motivações. **Anais do III Fórum Paranaense de Musicoterapia**, 2001.

BRADT, Joke; NORRIS, Marisol; SHIM, Minjung; GRACEY, Edward J.; GERRITY, Patricia. Vocal music therapy for chronic pain management and inner-city African Americans: a mixed methods feasibility study. ***Journal of Music Therapy***, 53(2), 178-206, 2016.

BUETOW, Stephen A.; TALMAGE, Alison; McCANN, Clare; FOGG, Laura; PURDY, Suzanne. Conceptualizing how group singing may enhance quality of life with Parkinson's disease. ***Disability and Rehabilitation***, 36(5), 430-433, 2014.

CAMIC, Paul M.; WILLIAMS, Caroline M.; MEETEN, Frances. Does a 'Singing Together Group' improve the quality of life of people with a dementia and their carers? A pilot evaluation study. ***Dementia***, 12(2), 157-176, 2011.

CORDEIRO, Adriana F. Martinowski; PIAZZETTA, Clara Márcia. A aplicação de elementos vocais no processo musicoterapêutico de idosos institucionalizados. ***Revista Brasileira de Musicoterapia***. 17, 17-38, 2014.

CHAN, Zenobia C.Y. Nursing problem-based learning activity: song writing and singing. ***Nurse Education in Practice***, 14, 380-384, 2014.

DASSA, Ayelet; AMIR, Dorit. The role of singing familiar songs in encouraging conversation among people with middle to late stage of Alzheimer's disease. ***Journal of Music Therapy***, 51(2), 131-153, 2014.

DINGLE, Genevieve A.; BRANDER, Christopher; BALLANTYNE, Julie; BAKER, Felicity A. 'To be heard': the social and mental health benefits of choir singing for disadvantaged adults. ***Psychology of Music***, 41(4), 405-421, 2012.

FANCOURT, Daisy; WILLIAMON, Aaron; CARVALHO, Livia A.; STEPTOE, Andrew; DOW, Rosie; LEWIS, Ian. Singing modulates mood, stress, cortisol, cytokine and neuropeptide activity in cancer patients and carers. ***ecancer***, 10:631, 2016.

FU, Musetta Chang-chi; LIN, Shih-Yin; BELZA, Basia. Insights of senior living residents and staff on group-singing. **Activities, Adaptation & Aging**, 39, 243-261, 2015.

GROCKE, D.; BLOCH, S.; CASTLE, D.; THOMPSON, G.; NEWTON, R.; STEWART, S.; GOLD, C. Group music therapy for severe mental illness: a randomized embedded-experimental mixed methods study. **Acta Psychiatrica Scandinavica**. 130, 144-153, 2014.

HALSTEAD, Lucinda A.; McBROOM, Deanna M.; BONILHA, Heather Shaw. Task-Specific singing dystonia: vocal instability that technique cannot fix. **Journal of Voice**. 29(1), 71-78, 2015.

HAMMAR, Lena M.; EMAMI, Azita; GÖTELL, Eva; ENGSTRÖM, Gabriella. The impact of caregivers' singing on expressions of emotion and resistance during morning care situations in persons with dementia: na intervention in dementia care. **Journal of Clinical Nursing**. 20, 969-978, 2011.

HARA, Mariko. Expanding a care network for people with dementia and their cares through musicking: participant observation for "Singing for the Brain". **Voices**, 2011.

HARRIS, Phyllis Brady; CAPORELLA, Cynthia Anne. An intergenerational choir formed to lessen Alzheimer's disease stigma in college students and decrease the social isolation of people with Alzheimer's disease and their family members: a pilot study. **American Journal of Alzheimer's Disease & Other Dementias**. 29(3), 270-281, 2014.

HINSHAW, Tessa; CLIFT, Stephan; HULBERT, Sabina; CAMIC, Paul M. Group singing and young peoples's psychological well-being. **International Journal of Mental Health Promotion**. 17(1), 46-63, 2015.

HOPPER, Mirella J.; CURTIS, Suzi; HODGE, Suzanne; SIMM, Rebecca. A qualitative study exploring the effects of attending a community pain service choir on wellbeing in people who experience chronic pain. **British Journal of Pain**. 10(3), 124-134, 2016.

ILIYA, Yasmine Afif. Singing for healing and hope: music therapy methods that use the voice with individuals who are homeless and mentally ill. **Music Therapy Perspectives**. 29(1), 14-22, 2011.

MUSICOTERAPIA

ILIYA, Yasmine A.; HARRIS, Brian T. Singing an imaginal dialogue: a qualitative examination of a bereavement intervention with creative arts therapists. ***Nordic Journal of Music Therapy***. 25(3), 248-272, 2016.

JOHNSON, Julene K.; GRAZIANO, Amy B. Some early cases of aphasia and the capacity to sing. ***Progress in Brain Research***. 216, 2015.

JOHNSON, Julene K.; LOUHIVUORI, Jukka; STEWART, Anita L.; TOLVANEN, Asko; ROSS, Leslie; ERA, Pertti. Quality of life (QOL) of older adult community choral singers in Finland. ***International Psychogeriatrics Association***. 25(7), 1055-1064, 2013.

KIDWELL, Mary Delacy. Music therapy and spirituality: how can I keep from singing? ***Music Therapy Perspectives***, 32(2), 129-135, 2014.

KIRSH, Elliana R.; LEER, Eva van.; PHERO, Heidi J.; XIE, Changchun.; KHOSLA, Sid. Factors associated with singers' perceptions of choral singing well-being. ***Journal of Voice***. 27(6), 786.e25-786.e32, 2013.

LAGASSE, Blythe. Evaluation of melodic intonation therapy for developmental apraxia of speech. ***Music Therapy Perspectives***, 30, 49-55, 2012.

L'ETOILE, Shannon K. *Journal of Music Therapy*. Self-regulation and Infant-directed singing in infants with Down Syndrome. ***Journal of Music Therapy***, 52(2), 195-220, 2015.

LEWIS, Adam; CAVE, Phoene; STERN, Myra; WELCH, Lindsay; TAYLOR, Karen; RUSSELL, Juliet; DOYLE, Anne-Marie; RUSSEL, Anne-Marie; McKEE, Heather; CLIFT, Stephen; BOTT, Julia; HOPKINSON, Nicholas S. Singing for Lung Health – a systematic review of the literature and consensus statement. ***Nature Partner Journals/Primary Care Respiratory Medicine***.26, published online, 2016.

McNAUGHTON, Amanda; ALDINGTON, Sarah; WILLIAMS, Gayle; LEVACK, William M. M. Sing your lungs out: a qualitative study of a community singing group for people with chronic obstructive pulmonary disease (COPD). ***BMJ Open***. 6:e012521, 2016.

MELLOR, Liz. An investigation of singing, health and well-being as a group process. ***B.J.Music***.30(2), 177-205, 2013.

MILLECCO, Luís Antonio; BRANDÃO, Maria Regina Esmeraldo; MILLECCO, Ronaldo Pomponét. ***É Preciso Cantar***. Rio de Janeiro: Enelivros, 2000.

OSMAN, Sara Eldirdiry; TISCHLER, Victoria; SCHNEIDER, Justine. 'Singing for the brain': a qualitative study exploring the health and well-being benefits of singing for people with dementia and carers. *Dementia*. 15(6), 1326-1339, 2016.

PEARCE, Eiluned; LAUNAY, Jacques; MACHIN, Anna; DUNBAR, Robin I. M. Is group singing special? Health, well-being and social bonds in community-based adult education classes. *Journal of Community & Applied Social Psychology*.26, 518-533, 2016.

SILVERMAN, Michael J.; SCHSWARTZBERG, Edward T., Effects of voice timbre and accompaniment on working memory as measured by sequential monosyllabic digit recall performance. *Journal of Music Therapy*, 51(2), 171-185, 2014.

SKINGLEY, Ann; MARTIN, Anne; CLIFT, Stephen. The contribution of community singing groups to the well-being of older people: participant perspectives from the United Kingdom. *Journal of Applied Gerontology*.35(12), 1302-1324, 2016.

STEFFEN, Luciana. Cantar: elementos não verbais e estados de humor no processo musicoterapêutico. *Revista Brasileira de Musicoterapia*.(11), 52-78, 2011.

STEWART, Nick Alan; LONSDALE, Adam Jonathan. It's better together: the psychological benefits of singing in a choir. *Psychology of Music*.44(6), 1240-1254, 2016.

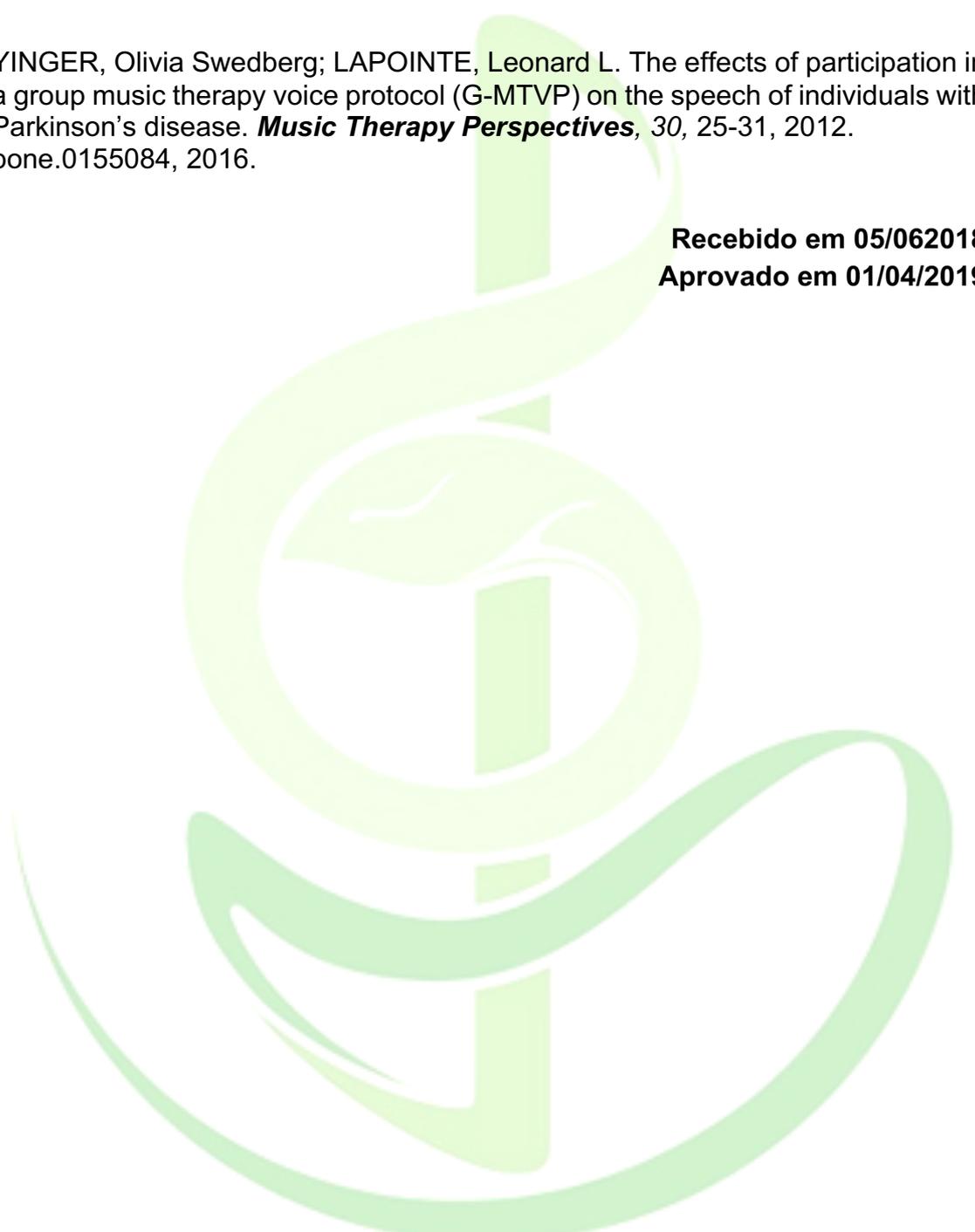
SUN, Jing; BUYS, Nicholas. Effects of community singing program on mental health outcomes of Australian aboriginal and Torres Strait Islander people: a meditative approach. *American Journal of Health Promotion*.30(4), 259-263, 2016.

TAMPLIN, Jeanette; BRAZZALE, Danny J.; PRETTO, Jeffrey J.; RUEHLAND, Warren R.; BUTTIFANT, Mary; BROWN, Douglas J.; BERLOWITZ, David J. Assessment of breathing patterns and respiratory muscle recruitment during singing and speech in quadriplegia. *Arch Phys Med Rehabil*. 92:250-6, 2011.

TAMPLIN, Jeanette; BAKER, Felicity A.; GROCKE, Denise; BRAZZALE, Danny J.; PRETTO, Jeffrey J.; RUEHLAND, Warren R.; BUTTIFANT, Mary; BROWN, Douglas J.; BERLOWITZ, David J. Effect of singing on respiratory function, voice, and mood after quadriplegia: a randomized controlled trial. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*.94:426-34, 2013.

YINGER, Olivia Swedberg; LAPOINTE, Leonard L. The effects of participation in a group music therapy voice protocol (G-MTVP) on the speech of individuals with Parkinson's disease. *Music Therapy Perspectives*, 30, 25-31, 2012. pone.0155084, 2016.

Recebido em 05/062018
Aprovado em 01/04/2019



MUSICOTERAPIA