

# O CORAL COMUNITÁRIO COMO DISPOSITIVO DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL:

MANUAL PARA  
IMPLEMENTAÇÃO

# 20 22



LEONARDO HADDAD  
DA COSTA BARROS

DANIELLE ABDEL  
MASSIH PIO

ROSELI VERNASQUE  
BETTINI

# O CORAL COMUNITÁRIO COMO DISPOSITIVO DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL:

## MANUAL PARA IMPLEMENTAÇÃO

**LEONARDO  
HADDAD DA  
COSTA BARROS**  
(DISCENTE DO MESTRADO  
PROFISSIONAL)

**DANIELLE  
ABDEL  
MASSIH PIO**  
(DOCENTE PERMANENTE DO  
MESTRADO PROFISSIONAL)

**ROSELI  
VERNASQUE  
BETTINI**  
(DOCENTE COLABORADORA DO  
MESTRADO PROFISSIONAL)

# O CORAL COMUNITÁRIO COMO DISPOSITIVO DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL:

## MANUAL PARA IMPLEMENTAÇÃO

### PREFÁCIO

As práticas em saúde necessitam cada vez mais de um cuidado humanizado, visando a integralidade e a clínica ampliada. Para tanto, elas devem contemplar a integração de diversas áreas do saber comprometidas com a mudança dos paradigmas herdados da psiquiatria clássica.

O marco atual que a Saúde Mental se encontra no Brasil pede a construção de um conceito de Reforma Psiquiátrica que vá além de uma mera reforma dos serviços assistenciais. Apesar dos recentes retrocessos, é possível perceber um expressivo processo de transformação do sujeito estigmatizado como “louco” para um ator social considerando-se a importância da subjetividade na promoção de saúde.

Desta maneira, a reabilitação psicossocial deve contar com recursos terapêuticos que lancem um olhar para um sujeito que vai além da patologia. Leva-se em conta o seu processo de saúde-doença e o lugar que ocupa na comunidade, considerando-se os recursos sociais e culturais na produção da subjetividade. Constrói-se assim uma ponte em direção à promoção da autonomia e do protagonismo em saúde.

O presente manual origina-se de uma prática de um coral com objetivos terapêuticos constituído no âmbito da Atenção Básica (AB). A prática gerou um estudo qualitativo intitulado "Repercussões de um coral comunitário como dispositivo de promoção de saúde mental". A pesquisa foi realizada com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001, a qual agradecemos. O que se segue é resultado de um estudo realizado pelo programa de mestrado profissional "Ensino em Saúde" da Faculdade de Medicina de Marília (FAMEMA) e sua finalidade é fornecer diretrizes para a implementação de grupos mediados pelo canto coral no âmbito da saúde.

Leonardo Haddad da Costa Barros  
Danielle Abdel Massih Pio  
Roseli Vernasque Bettini

### SAÚDE MENTAL E MÚSICA

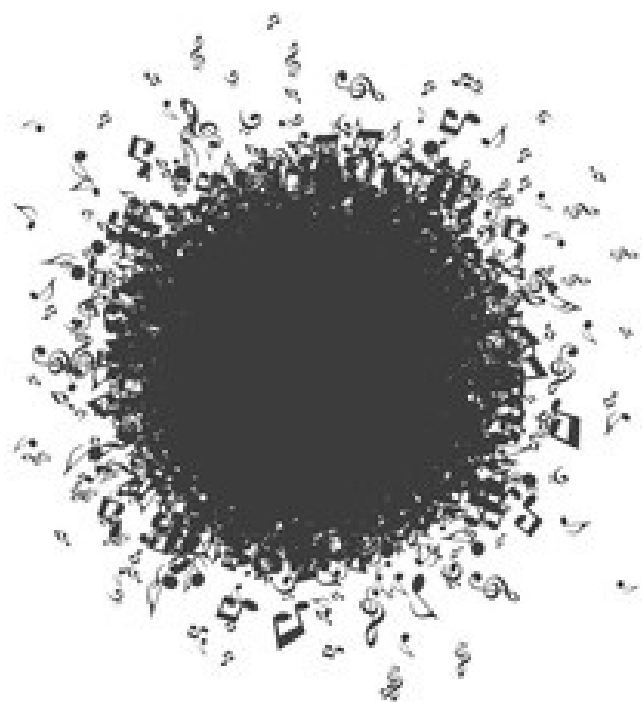
A utilização da música como terapêutica em saúde vem desde a era hipocrática, estando atualmente entre as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICs) instituídas pela portaria nº 849/2017 (BRASIL, 2017). Constitui uma tecnologia de baixo custo, sendo benéfica no âmbito emocional, na melhora da adesão no tratamento de aspectos físicos e na expressão da subjetividade. Nela estão inclusas não somente canções, mas ritmos, sons, melodias, harmonias, o que facilita as interações entre profissionais e indivíduos.

Assim, a música pode servir como uma potente fonte a serviço da promoção de saúde, indo além da simples experiência auditiva e podendo ser uma poderosa estratégia em Saúde Coletiva (BARROS, PIO e BETTINI, 2022).



# O CORAL COMUNITÁRIO COMO DISPOSITIVO DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL:

## MANUAL PARA IMPLEMENTAÇÃO



### O CANTO CORAL E A SAÚDE MENTAL

Os resultados do estudo apontaram que o coral comunitário contribuiu para o fomento/surgimento da sensação de pertencimento, altruísmo e ocupação por meio de um cuidado humanizado e inclusivo. Favoreceu ainda a autonomia, a criação e o fortalecimento de vínculos, a autoestima e a cognição. Mediado pela música, esse grupo também foi capaz de evocar memórias pela via afetiva, possibilitando novas oportunidades de compreensão.

Além disso, as interações proporcionadas pelo coral favoreceram a comunicação, o que repercutiu nas relações de maneira geral.

O protagonismo e a autonomia também se destacaram a partir do convívio entre pares e com os profissionais de saúde. Estes desempenharam um papel acolhedor e inclusivo, favorecendo ainda mais a formação de redes de apoio. (BARROS, PIO e BETTINI, 2022)

### APRESENTAÇÃO

A proposta deste manual nasce da história de uma prática implementada no município de Marília-SP. Trata-se do "Coral Saber Viver", um grupo criado na abrangência da Estratégia de Saúde da Família (ESF) em parceria com uma equipe do Núcleo Ampliado da Saúde da Família (NASF-AB) que tinha como principal objetivo a promoção de saúde mental por meio da música.

Nascido em 2016, o "Coral Saber Viver" funcionou no decorrer de três anos e meio, até ser interrompido pelo distanciamento imposto pela pandemia de Covid-19 (BARROS, PIO e BETTINI, 2022).

Neste manual, além da importância da música na promoção de saúde, serão abordados os resultados do trabalho, uma história breve do grupo e, por fim, alguns passos para a sua implementação em outros espaços.



# O CORAL COMUNITÁRIO COMO DISPOSITIVO DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL:

## MANUAL PARA IMPLEMENTAÇÃO

### HISTÓRIA DO "CORAL SABER VIVER"

#### NASCIMENTO DO CORAL

O “Coral Saber Viver” nasceu de uma necessidade em se trabalhar a promoção de Saúde Mental na comunidade a partir da Atenção Básica. Recebeu este nome por sugestão dos próprios integrantes em alusão à música “É Preciso Saber Viver”, de Roberto e Erasmo Carlos. Teve como ponto de partida os grupos preexistentes no território e os profissionais de saúde envolvidos que identificavam-se com a prática musical. (BARROS, PIO e BETTINI, 2022)

#### OS ENCONTROS

Os encontros consistiam em um espaço para trocas sobre o cotidiano, sentimentos, repercussões e lembranças despertados a partir das canções. Também haviam exercícios musculares e respiratórios, além do ensaio propriamente dito. Convites para apresentações em diversas instituições aconteciam com certa frequência considerável e integravam as atividades do grupo (BARROS, PIO e BETTINI, 2022).

#### ESCOLHA DO REPERTÓRIO

O grupo foi constituído na proposta transdisciplinar, ficando os participantes responsáveis pela sugestão de todo o repertório musical. Podemos entender a construção do repertório como sendo uma composição que surge das possibilidades e das necessidades do grupo (MALUF et al., 2009).



Na rotina das atividades e antes de partir para o ensaio de uma nova canção, era realizada a leitura da letra em grupo.

Depois, o grupo seguia com a escuta da nova música para finalmente conversar a respeito do que aquela canção despertou em cada um. Assim, era estimulada uma conversa a respeito das mensagens, sensações, memórias, surpresas, emoções, sentimentos e experiências de vida singulares e coletivas.

Os ensaios de uma mesma canção se repetiam por meses até a chegada de uma música seguinte. Era assim que o repertório se ampliava.

O recorte das músicas que comporiam o repertório de uma apresentação levava em conta as particularidades do público que iria assistir (BARROS, PIO e BETTINI, 2022).



# O CORAL COMUNITÁRIO COMO DISPOSITIVO DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL:

## MANUAL PARA IMPLEMENTAÇÃO

### PROTAGONISMO E SAÚDE

E o coral se fortalecia. Uma de suas integrantes, que tinha como ofício a costura, ofereceu a confecção de estolas\*. O grupo se mobilizou com a doação do tecido, de pastas para a organização do repertório musical e na composição de uma logomarca, que posteriormente foi impressa como adesivo.

Diante da dificuldade junto à gestão local, o transporte para as apresentações passou a ser articulado pelos integrantes, sendo a van de um deles utilizada por algumas vezes...

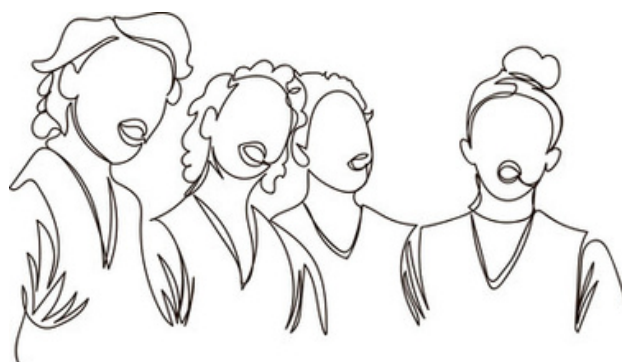


Os membros também já começavam a assumir as iniciativas na negociação das apresentações. Em seu tempo de vida, o grupo se apresentou em instituições como a Associação de Combate ao Câncer (ACC), Instituições de Longa Permanência de Idosos (ILPI), outros serviços de saúde, eventos, domicílios de acamados e escolas.

Também foram realizadas apresentações-convite para um dos CAPS do município. Após essa ação, três integrantes do serviço passaram a integrar o coral na comunidade (BARROS, PIO e BETTINI, 2022).

### MODALIDADE DO GRUPO

O coral era um grupo de promoção de Saúde Mental gratuito, para todos os gêneros e idades (a partir de 18 anos) e aberto a toda a comunidade, independentemente da área de abrangência em saúde. Os encontros contavam com uma periodicidade quinzenal e tinham a duração de uma hora (BARROS, PIO e BETTINI, 2022).



\* Segundo o *Oxford Languages* (dicionário do Google), são uma “espécie de xale, de tecido ou pele animal, usado em torno do pescoço ou em volta dos ombros”(s/p).

# O CORAL COMUNITÁRIO COMO DISPOSITIVO DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL:

## MANUAL PARA IMPLEMENTAÇÃO

### ESTRUTURA DO CORAL

A partir do processo envolvendo a organização do coral e os resultados da pesquisa é possível apoiar a formação de outros grupos na mesma modalidade. Neste sentido pode-se iniciar um grupo de coral a partir dos grupos pré-existentes na comunidade. Cada encontro deve se constituir de uma programação dividida em quatro etapas principais:

- **Momento para trocas livres**
- **Momento para recados**
- **Exercícios de aquecimento, postura e respiração**
- **Ensaio**

Na primeira etapa (momento para trocas livres) o grupo deve se reunir em círculo para dar início a um momento para apresentações pessoais e o compartilhamento livre sobre experiências particulares do dia a dia. E aí abre-se um espaço para recados (logística de eventos, materiais, comunicações de falta etc.), que podem ser informados pelos participantes ou pelos profissionais. Na terceira etapa pode ser realizado um trabalho muscular individual com a parte superior do corpo (alongamento dos músculos do pescoço, da face, boca e interior da boca com movimentos da língua), aquecimento da voz e exercícios de postura e respiração. A partir de então, o grupo já está pronto para o início do ensaio. As bases harmônicas podem ser mediadas por instrumento(s) musical(is) (não é imprescindível).



A partir da lista das canções já sugeridas pelos integrantes, fica a cargo dos coordenadores (profissionais responsáveis) a análise e escolha das músicas para ensaiar. Neste momento deve ser levado em conta a dificuldade do emprego da voz. Caso haja o ensaio de uma nova música, é importante que exista a oferta de um espaço para o compartilhamento de impressões, sensações, pensamentos e sentimentos despertados após a leitura da letra e a escuta inicial da canção. O grupo deverá ser divulgado na comunidade e nos demais dispositivos da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) e as apresentações deverão priorizar espaços aonde serão importantes a presença da promoção de saúde mental e seu potencial terapêutico.



# O CORAL COMUNITÁRIO COMO DISPOSITIVO DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL:

## MANUAL PARA IMPLEMENTAÇÃO

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente manual conta com a proposta de um grupo que funcione continuamente e por tempo indeterminado, considerando a música enquanto uma potente ferramenta a serviço do cuidado humanizado em saúde. Considera-se ser este um tipo de intervenção de baixo custo a favor da promoção da saúde mental e da prevenção de seus agravos.

As práticas devem ser mediadas pela transdisciplinaridade, e o grupo deve contar com profissionais dispostos para este tipo de trabalho e que tenham algum tipo de afinidade musical independentemente da especialidade ou de uma área do saber específica. O coral não tem como objetivo a técnica musical e sim o fator terapêutico. É desejável a presença de um profissional psicólogo enquanto integrante.

A depender das características, do tempo de vida e da maturidade progressiva do grupo, a coordenação poderá ser assumida por outro(s) membro(s) do grupo (usuários), sem necessariamente ser um profissional de saúde (indicativo de autonomia). Não é imprescindível a mediação por um instrumento musical.

É importante que se considere a intersetorialidade, discutindo ações integradas com outras iniciativas municipais (cultura, educação, esporte, assistência social, etc.) e comunitárias. A implementação do grupo deve contar com o incentivo e subsídios provenientes da gestão municipal.





## REFERÊNCIAS

BARCELLOS, L.R.M. Musicoterapia em medicina: uma tecnologia leve na promoção da saúde – a dança nas poltronas! Revista Música Hodie, GO, v. 15, n. 2, p. 33-47, fev. 2016. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/musica/article/view/39679>. Acesso em: 22 set. 2022.

BARROS L. H. C.; PIO, D.A.M.; BETTINI, R.V. Repercussões de um coral comunitário como dispositivo de promoção da saúde mental. 2022. Dissertação (Programa de Mestrado Profissional em Ensino em Saúde) - Faculdade de Medicina de Marília, Marília, 2022.

BRASIL. Portaria n. 849, de 25 de março de 2017. Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849\\_28\\_03\\_2017.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849_28_03_2017.html). Acesso em: 22 set. 2022.

MALUF, J.C.G. et al. O Coral Cênico Cidadãos Cantantes: um espaço de encontro entre a música e a saúde. Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo, SP, v. 20, n. 3, p. 199-204, dez. 2009. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/rto/article/view/14077>. Acesso em: 22 set. 2022.

