

## PERCEPÇÃO DA EQUIPE DE ENFERMAGEM SOBRE A MÚSICA PARA ALÍVIO DO ESTRESSE NO CONTEXTO DE CENTRO CIRÚRGICO

Malú Mahet C. M. Batista<sup>1</sup>, Marluce A. Nunes Oliveira<sup>1</sup>, Cláudia Elisiane Ferreira dos Santos<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Saúde da Universidade Estadual de Feira de Santana, Brasil.  
malumahet@gmail.com; milicialves@yahoo.com.br

<sup>2</sup>Departamento de Música da Universidade Estadual de Feira de Santana, Brasil.  
claudiaefs@gmail.com

**INTRODUÇÃO:** A música pode promover sentimentos de alegria ou tristeza, ser utilizada para se fazer declarações amorosas, cumprimentar alguém, agradecer, elogiar, protestar, adorar a deuses e também pode ser utilizada para curar e para promover o bem-estar das pessoas na vida pessoal e na atividade laboral no cuidado durante o perioperatório.

**OBJETIVOS:** conhecer a percepção dos profissionais de enfermagem sobre a música para a promoção do alívio do estresse no contexto do centro cirúrgico, descrever como a equipe de enfermagem do centro cirúrgico se sente antes e após a audição musical e identificar limites da música para o alívio do estresse dos profissionais de enfermagem no centro cirúrgico.

**METODOLOGIA:** Trata-se de estudo qualitativo. Projeto de Pesquisa aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos sob parecer de nº 2818.202. Foi realizado em dois hospitais, um geral público e um filantrópico, no município de Feira de Santana-Bahia. Participaram 10 profissionais da equipe de enfermagem. A coleta de dados foi realizada nos meses de outubro e novembro de 2018. Para análise dos dados foi utilizada a técnica de Análise de Conteúdo proposta por Bardin, em dois momentos: antes e após a audição musical dos participantes. Emergiram as categorias empíricas: primeiro momento: “Realização profissional x cansaço físico e mental” e “Associação entre a audição musical, o relaxamento e o trabalho”; no segundo momento: “A música como propulsora de relaxamento”, “Percepção da equipe de enfermagem sobre o uso da música para promoção do alívio do estresse em centro cirúrgico” e “Limites da música para alívio do estresse em centro cirúrgico”.

**RESULTADOS:** Observou-se que os profissionais da equipe de enfermagem percebem a importância da música para o alívio do estresse no contexto do centro cirúrgico. Acerca do estado geral dos participantes antes da audição musical, foi mencionado que se sentem bem, esperançosos e felizes no ambiente laboral, mas com relação ao estado físico referem sentir cansaço físico, mental e sono. Revelaram que costumam realizar a audição musical durante o trabalho doméstico, para relaxar e dormir. Como limites da audição musical para alívio do estresse em centro cirúrgico foi sinalizada a dificuldade de se encontrar um ambiente propício, privativo e favorável neste espaço para a realização da audição musical.

**CONCLUSÃO:** Constatamos através dos relatos que a audição musical proporcionou aos participantes o relaxamento e eles consideram a proposta do uso da música no centro cirúrgico como uma estratégia para alívio do estresse, desde que seja utilizada de forma individualizada e que seja respeitado o interesse musical individual. Inferimos que a audição musical é considerada uma estratégia importante para prevenção do estresse no contexto do centro cirúrgico e concluímos que o uso da música para alívio do estresse está condicionado ao momento e ambiente propício e a realização de forma individual.

**Palavras-chave:** Música. Centro Cirúrgico. Equipe de Enfermagem. Estresse.

## 1 INTRODUÇÃO

A ideia de utilizar a música como terapia existe há milhares de anos, contudo a musicoterapia enquanto profissão existe apenas há algumas décadas e ainda está em desenvolvimento (BRUSCIA, 2000).

Para Bruscia (2000), a musicoterapia pode envolver a escuta, composição, movimento, fala, artes plásticas, dança, dramatização e poesia, é utilizada com finalidade educativa, recreativa, preventiva, psicoterapêutica e de reabilitação, em espaços diversos, como creches, escolas, clínicas, hospitais, prisões, centro residenciais entre outros. Entre a clientela estão crianças com distúrbios emocionais e autistas, crianças e adultos com distúrbios psiquiátrico e mental, deficientes físicos, dependentes de drogas, presidiários, idosos, pacientes terminais, e outros.

Para a World Federation of Music Therapy (WFMT, 2011), a musicoterapia é aplicação profissional da música e de seus elementos com proposta terapêutica e educacional, individual ou com grupos, famílias, comunidades, a fim de melhorar a qualidade de vida em aspectos físicos, sociais, comunicativos, emocionais, intelectuais e espiritual.

De acordo Barcellos e Taets (2011, p. 1) “a musicoterapia é uma atividade aplicada por um profissional qualificado: o musicoterapeuta”. Temos, portanto, duas atividades distintas: a musicoterapia, aquela direcionada por um profissional qualificado e a utilização da música pelos demais profissionais de saúde com finalidade terapêutica, que foi a utilizada para guiar este estudo.

Ao que se conhecem, os efeitos mais produzidos pela música no ser humano são a alteração na frequência cardíaca e respiratória e na pressão arterial, relaxamento muscular, aceleração do metabolismo, redução de estímulos sensoriais como a dor e outros, sendo desse modo, utilizada como intervenção complementar para alívio da dor, bem como da angústia espiritual, de distúrbio do sono, de desesperança, de risco para solidão, de isolamento social e de estresse. É por este motivo que a música vem sendo utilizada em diferentes níveis de atenção de diversas áreas da saúde para promoção da saúde física, emocional e mental (PUCHIVAILO; HOLANDA, 2014; NÓBREGA; SOUSA, 2013; GONÇALEZ; NOGUEIRA; PUGGINA, 2008).

A respeito do centro cirúrgico (CC), Oliveira (2012, p. 35), afirma que este "representa lugar de importância no hospital, atende pacientes em caráter eletivo e emergencial, com capacidade de promover procedimentos de alta complexidade nos pacientes no perioperatório".

De acordo com Passos, Silva e Carvalho (2010, p. 35), entre setores do ambiente hospitalar, o CC é uma unidade complexa do hospital e onde suas atividades são desenvolvidas em um clima de tensão, pela existência de procedimentos estressantes geradores de ansiedade, quer pela gravidade dos pacientes, quer pela complexidade dos atos anestésico e cirúrgico.

Diante do estresse vivenciado pela equipe de saúde, em especial de CC, consideramos importante conhecer os benefícios da utilização da música para a promoção do alívio do estresse desses profissionais no perioperatório.

De acordo com Panacioni e Zanini (2012, p. 227) o estresse é compreendido como “[...] processo geral pelo qual o indivíduo percebe e responde a eventos ameaçadores ou

desafiadores, está inserido no cotidiano das pessoas e pode vir de várias direções, incluindo da escola, da família e dos amigos, de interações com estranhos e do trabalho”.

Sobre os benefícios do uso da música para os pacientes no transoperatório, Caitano e outros (2014), trás a redução da ansiedade e do estresse dos pacientes e que estes se tornam colaborativos durante a realização de procedimentos e conseqüentemente melhora a integração entre estes e equipe de saúde, o que contribui para redução do estresse apresentado por essa equipe.

Pelo fato de o CC ser uma unidade onde os profissionais vivenciam constantemente situações de conflitos e estresse em decorrência de sua complexidade (SILVA et al., 2016), por haver poucas pesquisas que apontem os benefícios da música para a equipe de saúde (CAMPOS; NAKASU, 2016), e diante dos benefícios da música já expostos, consideramos pertinente a realização desta pesquisa.

Buscamos estudos realizados com os descritores “música e centro cirúrgico”, “equipe de enfermagem em centro cirúrgico” nas bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), e no Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) na literatura nacional e foi encontrado apenas um artigo no LICACS, Intitulado “Música durante o transoperatório: concepção de profissionais e pacientes” de Caitano e colaboradores (2014).

Aprofundar o conhecimento sobre benefícios da música para o profissional de enfermagem do CC é uma proposta atraente, visto que neste setor a utilização da música voltada para o alívio do estresse do profissional ainda não foi investigada. Além disso, existem evidências de que o envolvimento da equipe de saúde nessas práticas é interessante por promover, dentre inúmeros benefícios, a humanização do ambiente hospitalar, maior envolvimento do profissional com o setor e os pacientes, estabelecerem vínculos e por reduzir o estresse (BERGOLD; ALVIM; CABRAL, 2006).

Este estudo tem como objetivo conhecer a percepção dos profissionais de enfermagem sobre a música para a promoção do alívio do estresse no contexto do centro cirúrgico, descrever como a equipe de enfermagem do centro cirúrgico se sente antes e após a audição musical e identificar limites da música para o alívio do estresse dos profissionais de enfermagem no centro cirúrgico.

Consideramos esta pesquisa relevante pelo ineditismo e por buscar conhecer os benefícios da música para o alívio do estresse vivenciado pela equipe de enfermagem por meio da audição musical no ambiente laboral, pois acreditamos ser uma prática cujos resultados podem ser significantes e positivos.

## **2 Metodologia**

A fim de alcançarmos os objetivos propostos, optamos por realizar uma pesquisa qualitativa de caráter exploratória e descritiva.

Para Minayo (2010), a pesquisa qualitativa permite trabalhar com questões particulares, de um nível de realidade que não pode ser quantificado. Envolve um universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis.

Esta pesquisa possui caráter exploratório por proporcionar familiaridade com o problema a ser pesquisado visando torná-lo mais explícito através de entrevistas com pessoas experientes no assunto ou a construir hipóteses. Nessas pesquisas, tem-se como principal objetivo, o aprimoramento de ideias ou descobertas de intuições (GIL, 2008).

A pesquisa foi realizada no CC de dois hospitais em Feira de Santana – BA, sendo um hospital geral público, o maior do interior do estado e o outro, mantido por uma entidade filantrópica de direito privado, sem fins lucrativos, articulado e integrado com o Sistema Único de Saúde (SUS).

O hospital geral público possui 300 leitos, atende urgência e emergência, além de realizar cirurgias eletivas, funciona 24 horas, possui sala de recuperação pós-anestésica e 08 salas cirúrgicas, conta com uma coordenadora de enfermagem, 10 enfermeiros assistenciais e 49 Técnicos de Enfermagem. O segundo hospital possui 109 leitos, realiza cirurgias eletivas e de urgência, a equipe de enfermagem é composta de uma enfermeira gerente, duas assistenciais e 17 Técnicos de Enfermagem, possui 05 salas cirúrgicas e 03 leitos de recuperação pós-anestésica.

Participaram do estudo 10 profissionais da equipe de enfermagem, sendo 05 de uma unidade de CC e 05 de outra e composta por 05 enfermeiras e 05 TE, que atuam em CC e que se encontrava em plena atividade laboral. Foram excluídos os profissionais que estavam de férias e licença médica.

Entre estes profissionais, 09 são do sexo feminino e 01 do sexo masculino, com faixa etária entre 22 e 56 anos de idade e com tempo de atuação no CC de 01 a 20 anos. Desses, 06 são casados, 04 solteiros e 07 possuem outros vínculos empregatícios.

Para preservar o anonimato os participantes foram identificados com a categoria profissional e a ordem numérica da entrevista, por categoria, assim discriminadas: E1, E2, [...] TEC4 e TEC5.

A coleta de dados ocorreu nos meses de outubro a novembro de 2018, após autorização do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Estadual de Feira de Santana, sob parecer de nº 2818.202, por meio de entrevista semiestruturada. Para Laville e Dionne (1999, p. 333), a entrevista semiestruturada é considerada como “série de perguntas abertas feitas oralmente em uma ordem prevista, mas na qual o entrevistador tem a possibilidade de acrescentar questões de esclarecimento”.

Foi priorizado que a entrevista fosse realizada no final da tarde, por acreditar que nesse turno os profissionais estavam mais propensos a participarem e porque já teriam vivenciado parte do seu trabalho diário e que estariam em meio à atmosfera de emoções comuns do dia a dia do serviço.

Os participantes foram convidados a se acomodarem durante a entrevista no vestiário, em um dos CCs, e no outro, no Conforto de Enfermagem, pois eram os lugares mais reservados no momento para se realizar as entrevistas sem que os profissionais precisassem se retirar do setor, pois indo para local externo ao CC, haveria a necessidade da troca da roupa privativa e demandaria mais tempo de ausência do profissional na unidade.

A entrevista foi realizada em dois momentos: antes e após a audição musical dos participantes. No primeiro momento foram realizadas duas perguntas de aproximação com finalidade de compreender o estado físico e emocional dos participantes e sua aproximação com a música: fale-me como se sente neste momento e em quais situações você costuma ouvir música?

Em seguida, foi apresentada ao participante uma relação com áudios de vinte e cinco músicas nacionais e internacionais de diferentes estilos e, dentre estas, deveriam selecionar uma para a audição.

A fim de evitar incômodo de ruídos externos, ou de gerar ruídos em ambiente laboral, a audição musical foi feita com uso de MP3 e fones de ouvido descartáveis. As músicas escolhidas pelos participantes a seguir foram: Clássica (01), Forró (01); MPB (02); Reggae (01); Samba (02); Sertanejo (02); Sertanejo Universitário (01).

No segundo momento da entrevista, foram feitas duas perguntas, com a finalidade de compreender a percepção dos profissionais acerca da música para promoção do alívio do estresse após audição musical: “Como se sente após ouvir a música? E como você percebe o uso da música para promoção do alívio do estresse de profissionais do CC?”.

Importante ressaltar que uma das entrevistas foi interrompida por profissionais da equipe cirúrgica que adentraram o vestuário após cirurgia. Eles se reportaram à profissional participante da pesquisa, durante a audição musical, o que inviabilizou o término da audição.

Para a concretização do processo de análise, foi utilizada Análise de Conteúdo de Bardin como modo de revelar a síntese da estrutura das categorias empíricas. A análise de conteúdo é um “conjunto de técnicas de análise das comunicações” (BARDIN, 2016, p. 37).

A análise dos dados seguiu à seguinte ordem cronológica, conforme Bardin (2016): A pré-análise constituída pela fase de organização propriamente dita que corresponde a um período de intuições, com o objetivo de tornar operacionais e sistematizar as ideias iniciais, de maneira a conduzir a um esquema preciso do desenvolvimento das operações sucessivas, num plano de análise. Teve início com a escolha dos documentos a serem submetidos à análise com a intenção de fundamentar o referencial teórico e a interpretação final.

A pré-análise foi realizada por meio de leitura flutuante dos documentos analisando-os, a fim de conhecer cada texto; em seguida, foram escolhidos documentos que forem julgados necessários para fundamentar o estudo. Foi observada a regra de exaustividade e de não seletividade, não deixando de fora nenhum documento que demonstre ser de importância para resposta do que foi buscado (BARDIN, 2011).

Na etapa de exploração do material, fase de análise propriamente dita foi realizada a operação de codificação que segundo Bardin (2011, p. 133) é onde se busca “saber a razão por que analisa, e explicitá-la de modo que se possa saber como analisar”. Na classificação dos dados foi operacionalizada através da leitura exaustiva e repetida dos textos, para através desse exercício fazer uma apreensão das estruturas de relevância a partir dos documentos pesquisados.

Por fim, na última etapa, foi realizado o tratamento dos resultados, inferência e a interpretação como finalidade alcançar os objetivos propostos.

### **3 ANÁLISE E DISCUSSÃO**

No primeiro momento emergiram as categorias “Realização profissional X cansaço físico e mental” e “Associação entre a audição musical, o relaxamento e o trabalho”; no segundo “A música como propulsora de relaxamento”, “Percepção da equipe de enfermagem sobre o uso da música para promoção do alívio do estresse no centro cirúrgico” e “Limites da música para alívio do estresse em centro cirúrgico”.

## Primeiro momento da análise

Neste primeiro momento da análise os participantes relataram sobre a realização profissional e associaram a audição musical ao relaxamento e o trabalho.

### Categoria 1 – Realização profissional x cansaço físico e mental

Nesta categoria, são analisadas as emoções e o estado físico relatado pelos participantes antes da audição musical.

Com relação ao estado emocional, percebemos que os profissionais da equipe de enfermagem sentem-se bem, esperançosos e felizes. Com relação ao estado físico, os participantes referiram sentir cansaço físico e mental, bem como o sono.

Feliz, porém um pouco cansada. (TE1)

Realizada graças ao meu bom Deus, apesar de tanta coisa né... [...] Tô ótima graças a Deus. (TE2)

Bem, graças a Deus. (TE3)

Bem, tranquila, com um pouco de sono... mas... (TE4)

Agora? Cansada, mas cheia de esperança e de vida. (E5)

Os depoimentos TE1, TE2, TE3, TE4 e E5 demonstram que no momento sentem bem-estar, mencionam sentimento de felicidade e de realização profissional, porém o cansaço físico e sono estão presentes no dia a dia dos mesmos. Os sentimentos apresentados por eles podem ser indicativos de satisfação profissional. Sartoreto e Kurcgant (2017, p. 186) salientam acerca da satisfação profissional que esta “[...] impacta na qualidade de vida profissional e na qualidade do serviço prestado ao cliente.”

Em contrapartida, o sentimento de cansaço é comum na equipe de enfermagem e percebemos que pode ser oriundo da complexidade da unidade, sobrecarga de trabalho por falta de recursos humanos e a jornada múltipla de trabalho.

Para E2, o cansaço físico está associado à carga horária de trabalho e deficiência de recursos humanos. Enquanto TE5 refere ter trabalhado durante 24 horas e E3 estar saindo de um emprego e indo para outro e se queixa de cansaço físico.

Cansada, com a mente né... cansada devido a carga horária de trabalho e a deficiência de funcionário. (E2)

Um pouco cansada... eu trabalhei o dia e a noite... mas... eu tô bem. (TE5)

Neste momento eu tô cansada... [...] no momento só cansada mesmo. (E1)

Cansado. Na verdade assim, eu tô saindo aqui pra ir para outro serviço, então eu tô apressado e relativamente cansado. Tô movimentado. (E3)

Apesar de os entrevistados referirem bem-estar mesmo com o cansaço, é notória a predisposição à insatisfação laboral em virtude das condições físicas e mentais a qual estão submetidos.

Para Costa e Santana (2017) e Dalri e colaboradores (2014), a remuneração inadequada e a extensa jornada de trabalho exercida pelos profissionais da equipe de enfermagem levam ao cansaço e são fatores predisponentes a insatisfação laboral, geram sofrimento ao trabalhador podendo ocasionar o adoecimento, bem como danos a terceiros pela ocorrência de iatrogenias devido às exigências e a complexidade do trabalho.

Ainda sobre a sobrecarga de trabalho e a insatisfação dos profissionais, Lemos, Rennó e Passos (2012) afirmam que este é um dos motivos que levam ao absenteísmo na equipe de enfermagem juntamente com as condições inadequadas de trabalho, o desgaste do trabalhador e o dimensionamento inadequado de recurso humanos.

Assim, vale a ressalva de que é importante estar atento aos sentimentos dos profissionais e que, caso haja submissão destes à jornada dupla de trabalho no CC, que para Assis e outros (2017) é um ambiente de maior complexidade e propenso à vivência de conflitos e dilemas éticos que culminam no estresse, os profissionais podem estar sujeitos a sofrerem com a insatisfação laboral.

## **Categoria 2 - Associação entre a audição musical, o relaxamento e o trabalho**

Nesta categoria os participantes relatam acerca do hábito de audição musical. Nas falas existe a associação entre a música e o relaxamento/sono no trabalho doméstico e em outras situações fora do contexto de trabalho.

Nos momentos de estudos ou então antes de dormir. (TE1)

Eu gosto... De repente tô arrumando a casa, fazendo comida... ai eu gosto de ouvir. [...] e também a noite, eu gosto de música suave para relaxar... (TE3)

Ah, quando estou realizando alguma atividade, né... Em casa, ou até mesmo descansando, pra relaxar um pouco... gosto de ouvir. (TE4)

Nos depoimentos de TE1, TE3 e TE4 fica claro que a prática de audição musical estar relacionada ao momento de relaxamento e descanso.

Para Jespersen e colaboradores (2015) a música pode ser eficaz para melhorar a qualidade subjetiva do sono em adultos com sintomas de insônia, pois ouvir música pode reduzir a ansiedade e as respostas ao estresse, promove distração, o que pode levar a um maior relaxamento e melhora do sono.

Conforme Silva Jr. (2015) a música pode ter efeito sedativo ou estimulante, as que conseguem o efeito sedativo são as lentas e as estimulantes àquelas que possuem ritmo mais irregular e/ou andamento mais rápido. As sedantes podem provocar redução das frequências cardíacas e respiratórias, enquanto as estimulantes causam o oposto (SILVA JR., 2015).

Para Areias (2016, p. 8), a música promove “o efeito, tendo em comum o prazer, pode ser diferente, provocando excitação ou acalmia, conforme o tipo de música e o ambiente criado”, e Silva Jr. (2015) complementa que com a música as pessoas mostram sentir-se mais entusiasmo e motivação durante a realização de exercícios e que ao despertar emoções, a música libera adrenalina e talvez outros hormônios.

TE2, TE5 e E2 relatam que as suas práticas de audição musical ocorrem durante o trabalho doméstico. Essas práticas parecem ser populares nos ambientes de trabalho braçais e pelos esportistas em virtude de um aparente estímulo gerado por elas.

De acordo Matos, França e Duarte (2019) existe influência da música na prática da atividade física com relação a aspectos neurofisiológicos e que a mesma é vista como um elemento motivador pelos atletas, apesar de ainda existir necessidade de estudos para explicarem esta relação.

[...] quando eu estou faxinando. (TE2)

Geralmente quando eu estou viajando e quando estou em casa arrumando a casa. (TE5)

Mais em casa, quando eu tô fazendo minha faxina, pra relaxar um pouquinho o juízo... Né? Esquecer... Dar mais ânimo, que eu gosto. (E2)

Percebemos que os profissionais da equipe de enfermagem reconhecem a música como um agente capaz de amenizar o estresse, levando ao relaxamento e a indução do sono e também que a mesma é um importante estimulante para o trabalho doméstico.

## **Segundo momento da análise**

Neste segundo momento de análise os participantes desvelam que a música promove relaxamento, desestressa e os limites da música para alívio do estresse em centro cirúrgico.

### **Categoria 1 - A música como propulsora do relaxamento**

Após a seleção e a audição da música pelos participantes, no ambiente laboral, estes afirmaram encontrarem-se relaxados, mesmo que as situações estressoras e suas demandas continuaram existindo na unidade.

Mais tranquila, deu vontade até de dormir, porém o dever nos chama, né?... Mas assim, deu pra relaxar um pouco. (TE1)

Ah... Mais tranquila né... Acho que dá uma relaxada assim, que você acaba esquecendo até... Dos momentos que você está aqui no trabalho. Tranquilidade... (E1)

É... Acho que promove um relaxamento, uma certa desinquietação. É... Sinto assim, relativamente melhor. Não vou dizer que a música mudou meu ânimo, minha preocupação, mas com certeza é... Traz uma calma entre gente. Acho que é isso. (E3)

Para TE1, E1 e E3, a audição musical permitiu que vivenciassem um momento de fuga da realidade do trabalho, o que possibilitou um momento de relaxamento e melhora, promovendo sono e estado de calma.

De acordo Silva et al. (2012) as músicas com determinadas características são capazes de induzir o relaxamento e podem, portanto, ser utilizadas como ferramentas de redução de estresse e ansiedade, pois promovem o bem-estar físico e psicológico da pessoa.

No CC, Caitano et al. (2014, p.79) concluíram após estudo com pacientes e profissionais, que:

[...] fator facilitador na diminuição, tanto do estresse na maioria das vezes apresentados pela equipe multiprofissional, quanto na redução dos níveis de ansiedade apresentados pelo paciente no ambiente hospitalar. [...]. Já para a equipe cirúrgica, a música é fator estimulante para a tranquilidade e concentração, além de considerável aumento no raciocínio elevando assim a capacidade de autoconfiança, de modo a deixar o procedimento prazeroso além de atenuar os níveis de estresse.

TE2 revela que gosta de música, e que por isso se sentiu bem após a audição. Dessa forma, o bem-estar relacionado ao prazer proporcionado pela audição musical. TE3 refere sentir tranquilidade e ter vivenciado emoções, como desejo de ter um neto, devido à letra da música que ouviu.

Desestressada, eu me sinto bem. Viu, eu gosto de música é por que eu gosto de música, entendeu? Mas eu me sinto bem depois que eu ouço música, relaxada. (TE2)

Ah viajei né... senti assim muita paz, tranquilidade, desejei até um neto (TE3)

Para Silva Jr. (2015), a música pode provocar a qualidade do humor ou emoção se o ouvinte estiver prestando atenção total à música. A música consegue despertar vários tipos de emoções profundas e significativas, como o realce de alegria ou tristeza, um simples alívio da monotonia, tédio ou depressão e podem ter ações de ordem física, psicológica, cognitiva, espiritual ou outra (AREIAS, 2016; SILVA JR., 2015).

De acordo com Oliniski e Lacerda (2006) a responsabilidade e a qualificação exigidas atreladas aos déficits existentes no CC, acarretam ao longo dos anos, desgaste físico, emocional e social para os trabalhadores que os ambientes de trabalho da forma como estão estruturados atualmente, não favorecem o autocuidado dos cuidadores e que por tal motivo, os serviços de saúde devem implementar medidas para minimizar o estresse desses trabalhadores juntamente com a melhoria das condições de trabalho e da infraestrutura da unidade, a fim de melhorar a qualidade dos serviços prestados, uma vez que na falta de interferências que minimizem essa situação, os trabalhadores podem sentir-se exauridos e estarem sujeitos ao adoecimento.

Nesse contexto, entendemos que a audição musical seja capaz de promover o relaxamento e motivação da equipe de enfermagem, vez que pode ser uma estratégia utilizada no ambiente de trabalho por estes profissionais para o autocuidado em momentos de lazer.

## **Categoria 2 - Percepção da Equipe de Enfermagem Sobre o Uso da Música para Promoção do Alívio do Estresse em Centro Cirúrgico**

Nesta categoria, abordaremos a percepção dos participantes acerca do uso da música para a promoção do estresse dos profissionais da equipe de enfermagem, em CC. Eles consideram o CC um ambiente gerador de estresse e diante da proposta de intervenção com a música demonstraram empolgação, mas, ao mesmo tempo, preocupação a respeito da proposta, associando à ideia da utilização da música às práticas que já são comuns na sala cirúrgica, pelos médicos, durante os procedimentos cirúrgicos.

A melhor coisa do mundo... que vai ser óh, ótimo, pra todo mundo! (TE2)

Ah eu acho ótimo, principalmente no centro cirúrgico, né? Que é todo mundo assim muito estressado, né... Entra muito paciente um atrás do outro e às vezes a equipe realmente, né? Está muito estressada. Eu acho bom dar um alívio assim no ambiente, dá muita paz. (TE3)

Para TE2 e TE3, a música irá promover alívio e paz no contexto de CC. Percebemos que em função da característica da unidade de CC, por ser ambiente em que cuidam de pessoas que encontram-se muitas vezes em estado de vida ou morte, os profissionais da equipe de enfermagem vivenciam inúmeras situações geradoras de estresse. Nesse sentido, Stumm, Maçalai e Kirchner (2006) salientam que a equipe de enfermagem de CC estar susceptível a situações difíceis, de intensa pressão prejudicando a saúde e repercutindo no desempenho das atividades laborais. Assim, entendemos que a música poderá promover o bem-estar a equipe de enfermagem e como resposta desenvolver suas atividades com disposição e qualidade.

Os depoimentos de TE4, TE1 e E1 demonstram que a música alivia o estresse e pode ser disponibilizado para a equipe de enfermagem, bem como os pacientes que se encontram no CC, a fim de aliviar a tensão por ser um ambiente de alta complexidade.

A música ela alivia a tensão né? Tira aquele clima pesado, assim... [...] simplesmente... aqui também seria ótimo, né? Pra enfermagem... por que a gente acaba muito estressado aqui no dia a dia, né? No trabalho e a música quebra esse... esse clima. (TE4)

Seria importante por que... não só pra a equipe de enfermagem, mas até também para o paciente, para aliviar um pouco a tensão do setor, [...] Então, a partir do momento que a gente tem algo que possa contribuir pra poder nos deixar um pouco mais tranquilo... Isso é bem válido. E contribui pra saúde também. (TE1)

Rapaz... É bom, alivia realmente, né... Porque a gente vive momentos intensos aqui no centro, o tempo todo. E... Eu acho que seria uma coisa boa, principalmente que tivesse no ambiente todo, claro que se fossem músicas boas né. [...] Eu acho que ajudaria bastante amenizando a carga de estresse da gente. (E1)

Para Amaral (2013) a conexão com a música, favorece a expressão de sentimentos e que possibilita uma ressignificação dos mesmos e da própria existência, favorecendo a relação com familiares e amigos, reduzindo a possibilidade de solidão. Pensando no bem-estar dos

pacientes e na interação dos pacientes com a equipe, faz sentido considerar o uso da música para ambos, como revelam TE4 e TE1.

Provavelmente seja pensando nos pacientes que E1 também menciona a proposta da audição musical como uma intervenção boa para ser realizada no ambiente de CC, desde que seja feita uma seleção de músicas “de boa qualidade”.

Sabemos que a utilização da música pode ser um fator que amenize o estresse, bem como ser a causa deste, visto que a música opera de diferentes maneiras e em diferentes pessoas, Blasco, Serafina e Pocho (1999) salientam que a música pode atuar na bioquímica do organismo humano de forma positiva ou negativa, de acordo com o tipo de música. Esta tem relação com a preferência musical do ouvinte, baseado na sua história de vida, cultura, grupo social, estado físico e emocional.

Por este motivo, Silva Jr (2015) afirma que, de fato a música deve ser escolhida de forma particular, levando consideração a finalidade e aspectos fisiológicos e emocionais individuais e que o efeito da mesma depende do interesse da pessoa pela música.

Conforme os relatos dos participantes, a audição musical traz resultados significativos e positivos, ela deve ser utilizada no ambiente do CC, contudo, de forma individual.

### **Categoria 3 – Limites da música para alívio do estresse em centro cirúrgico**

Nesta categoria serão apresentados os depoimentos de profissionais da equipe de enfermagem que apontaram limites para a audição de música no contexto de CC.

Reforça-se que durante a realização da entrevista, fatores relacionados ao ambiente de trabalho inviabilizaram a privacidade durante a audição musical e impossibilitaram a participante E2 de concluir a audição.

A mesma coisa que eu tava antes. Não relaxei nada, **não consegui né, pra você ver, como é o ambiente de trabalho aqui...** viu... relaxei não. (E2)  
(Grifo nosso)

Durante a entrevista com E2, realizada no vestiário feminino (vez que não existe um conforto de Enfermagem), a equipe de enfermagem que havia saído da sala de cirurgia, interrompeu a audição da entrevistada, enquanto a mesma estava com os fones de ouvido. Os ruídos no vestiário, juntamente com as interrupções, inviabilizaram o término da audição musical. Desse modo, percebemos que a eficácia da música para promoção do relaxamento está relacionada a um momento propício, privativo e favorável.

Para E3 e E2, a audição musical deve ser em um momento adequado e deve ter relação com o estado de espírito de pessoa, caso contrário o resultado será negativo.

Assim, como eu falei antes, eu acho que cada música que tem um momento certo para ouvir, sabe... depende do nosso estado de espírito [...]. (E3)

[...] como a gente tem uma equipe aqui dia de segunda-feira, até que já ouve música, mas a gente tem hora até que se irrita. (E2)

De acordo com Gatti e Silva (2007) a escolha da seleção musical é considerado de extrema relevância quando se quer proporcionar efeito além do sentido estético que a música oferece.

Os depoimentos de TE5 e E5 corroboram com E2 de que a música que a equipe irá ouvir não deve ser selecionada por uma única pessoa, pois para alguns ou em dados momentos isso pode causar até irritação.

Eu acho importante, mas assim, pra ser utilizada individualmente... não coletivo assim pra todos na sala estarem ouvindo a música que um só quer ouvir. (TE5)

[...] Boa, mas assim, mas assim, no coletivo é meio difícil né...agradar a todos. Mas no individual eu creio que tenha uma resposta positiva. (E5)

A prática dos médicos de escolher a música durante o procedimento cirúrgico pode ser agradável para alguns, conforme mencionado por E1, contudo, não para outros. Por este motivo, deve-se existir bom senso e consenso entre os membros da equipe quanto às músicas escolhidas.

[...] Por isso que em algumas cirurgias... Na verdade a gente coloca em todas as cirurgias da minha equipe de urologia. Claro que é a música que o médico quer, né... não bem a que a gente escolhe. Mas é uma maneira de descontrair, de você esquecer mesmo do momento e amenizar, né? A carga do trabalho. (E1)

Para Areias (2016, p.07), “Os efeitos da música no ser humano são conhecidos há milhares de anos. Contudo, a receptividade é subjetiva, dependendo do estado emocional de cada um”.

Reforçando a afirmação acima, aponta-se que a música, no contexto da Musicoterapia, pode ser um elemento iatrogênico se utilizada de forma indiscriminada, se utilizada uma música que um paciente não goste e quando a música for colocada em ambiente para múltiplos tipos de públicos, como crianças, adolescentes e adultas, devem ser escolhidas músicas que contemplem a todos, como as clássicas por terem efeito tranquilizante comprovado e as de ritmo calmo. (SILVA JR., 2015).

Percebemos que no contexto do CC esta situação não diverge, a música que pode promover tranquilidade a uma pessoa, pode despertar sentimentos desagradáveis a outra, e isto justifica que a seleção musical deve ser feita individualmente.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Este estudo possibilitou conhecer a percepção dos profissionais da equipe de enfermagem sobre a música para a promoção do alívio do estresse no contexto do CC, bem como os limites da música para o alívio do estresse dos profissionais de enfermagem por meio da música.

No primeiro momento da análise acerca do estado físico e emocional dos profissionais da equipe do CC, compreendemos que apesar de mencionarem o bem-estar mesmo com o cansaço, pode haver predisposição à insatisfação laboral em virtude das condições físicas e mentais a qual estão submetidos no ambiente do CC.

Acerca da associação entre a música, o relaxamento e o trabalho, percebemos que a música comumente está relacionada ao trabalho doméstico devido ao seu efeito estimulante, causando motivação para a realização das atividades domésticas, relaxamento e sono.

No segundo momento de análise, percebemos que, após a audição musical, a música proporcionou um estado de relaxamento aos profissionais da equipe de enfermagem, e, que eles consideram a proposta do uso da música no CC, como uma estratégia para alívio do estresse, desde que seja utilizada de forma individualizada, respeitando o interesse musical de cada pessoa.

Como limites da audição musical para alívio do estresse em centro cirúrgico, percebemos a dificuldade de se encontrar um ambiente propício, privativo e favorável para a realização da audição musical no ambiente de trabalho. Foi também apontado que o uso da música em ambiente coletivo, muitas vezes não satisfaz a todos. Nesse sentido, percebemos que o uso da música para alívio do estresse está condicionado ao momento, ambiente propício e de forma individualizada.

Conclui-se, portanto, que a audição musical pode ser utilizada de forma espontânea e independente pelos profissionais a fim de se obter os benefícios que a música pode oferecer, em momentos adequados e oportunos de modo que não comprometa a execução de suas atividades no setor, fazendo uso de fones de ouvido individuais e um aparelho eletrônico reproduzidor de áudio portátil. Como estratégias, sugerimos às coordenações dos serviços de enfermagem que seja estimulado a audição musical durante os intervalos para descanso e refeições e a criação de um ambiente tranquilo e silencioso destinado ao descanso para estes profissionais.

## REFERÊNCIAS

AMARAL, J. B. **A música como terapia complementar na palição da dor em idosos hospitalizados: à luz da teoria de Jean Watson.** Tese (doutorado) – Universidade Federal da Bahia. Escola de Enfermagem, 2013, 262 pg.

AREIAS, J. C. A música, a saúde e o bem estar. **Nascer e Crescer.** v. 25, n.º 1, 2016. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/pdf/nas/v25n1/v25n1a01.pdf>. Acesso em 06 de jan. de 2019.

ASSIS, D. S. et al. Conflitos éticos vivenciado pelo enfermeiro no centro cirúrgico frente a tomada de decisão. **Convibra - Gestão, Educação e Promoção da Saúde**, 6 ed. 2017. Disponível em: < [http://www.convibra.com.br/upload/paper/2017/156/2017\\_156\\_14189.pdf](http://www.convibra.com.br/upload/paper/2017/156/2017_156_14189.pdf)>. Acesso em: 10 de fev. 2019.

BARCELLOS, L. R. M.; TAETS G. G. de C. “Musicoterapia” ou música em enfermagem? **Conservatório Brasileiro de Música** – Centro Universitário. Rio de Janeiro, ago.2011.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo.** São Paulo: Edições 70, 2016.

BERGOLD, L. B.; ALVIM, N. A. T.; CABRAL, I. E. O lugar da música no espaço do cuidado terapêutico: sensibilizando enfermeiros com a dinâmica musical. **Texto contexto -**

**enferm.**, Florianópolis, v. 15, n. 2, p. 262-269, jun. 2006. Disponível em:  
[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-07072006000200010](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072006000200010). Acesso em: 15 jul. 2017.

BLASCO, SERAFINA POCHO. **Compêndio de Musicoterapia**. Barcelona: Empresa Editorial Herder, S.A, Vo1, 1999. 382p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução **CNS 510/2016**. Conselho Nacional de Saúde. Comissão Nacional de Ética e Pesquisa com Seres Humanos. 2016. Disponível em:  
<http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf>. Acesso em: 27 jul. 2017.

BRUSCIA, K. E. **Definindo musicoterapia**. 2ª ed, Rio de Janeiro: Enelivros, 2000.

CAMPOS, L. F.; NAKASU, M. V. Efeitos da Utilização da Música no Ambiente Hospitalar: revisão sistemática. **Revista Sonora**, Campinas, SP.n. 11, v. 6, 2016. Disponível em: <http://www.publonline.iar.unicamp.br/index.php/sonora/article/view/686>. Acesso em: 14 jul. 2017.

CAITANO, J. s. o., et al. Música durante o transoperatório: concepção de profissionais e pacientes. **Rev. Bras. Pesq. Saúde**, Vitória, n. 16, v. 2, p. 76-83, 2014. Disponível em: <http://periodicos.ufes.br/RBPS/article/view/9289>. Acesso em 17 de dez. 2018.

COSTA, E. C.; SANT'ANA F. R. S. Jornada de trabalho do profissional de Enfermagem e fatores relacionados à insatisfação laboral. **REAS, Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 9, n. 4, p. 1140-1145, 2017. Disponível em: <[https://www.acervosaude.com.br/doc/31\\_2017.pdf](https://www.acervosaude.com.br/doc/31_2017.pdf)>. Acesso em 17 de dez. 2018.

DALRI, R. C. M. B, et al. Carga horária de trabalho dos enfermeiros e sua relação com as reações fisiológicas do estresse. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**. v. 22, n. 6, p. 959-65. 2014. Disponível em: <[http://www.scielo.br/pdf/rlae/v22n6/pt\\_0104-1169-rlae-22-06-00959.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rlae/v22n6/pt_0104-1169-rlae-22-06-00959.pdf)>. Acesso em 17 de dez. 2018.

GATTI, M.F.Z.; SILVA, M.J. P. Música ambiente em serviço de emergência: percepção dos profissionais. **Rev Latino-am Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 3, n. 15, maio/jun. 2007. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/rlae/v15n3/pt\\_v15n3a03.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rlae/v15n3/pt_v15n3a03.pdf). Acesso em: 12 jun. 2017.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GONÇALES, D.F.C.; NOGUEIRA, A.T.O.; PUGGINA, A.C.G. O uso da música na assistência de enfermagem no Brasil: uma revisão bibliográfica. **CogitareEnferm**. Curitiba-PR, v. 13, n. 4, p. 591-596, 2008. Disponível em:  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=483648981016>. Acesso em 4 ago. 2017.

JESPERSEN, K. V. et al. Música para insônia em adultos. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, n. 8, 2015. Disponível em:

<https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD010459.pub2/full>. Acesso em: 17 de dez. 2018.

JÚNIOR, J. D. S. **Interfaces entre musicoterapia e bioética**. Editora CRV. Curitiba, 1 ed. p. 176, 2015.

LAVILLE, C.; DIONNE, J. **A construção do saber: manual de metodologia da pesquisa em ciências humanas**. Belo Horizonte: Editora UFMG, 1999.

LEMOS, M.C.; RENNÓ, C.O.; PASSOS, J.P. Absenteísmo na equipe de enfermagem: uma revisão de literatura. **R. pesq.: cuid. fundam. Online**. Ed. Supl. p. 13-16, 2012. Disponível em: <[http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/1698/pdf\\_506](http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/1698/pdf_506)>. Acesso em 17 de dez. 2018.

MATOS, M. J. S.; FRANÇA, M. A. R.; DUARTE R. N. Respostas neurofisiológicas da música no corpo humano durante a prática de exercícios físicos. **Revista Expressão Científica** - Edição Especial. 2019. Disponível em: <https://aplicacoes.ifs.edu.br/periodicos/index.php/REC/article/view/554/454>. Acesso em : 16 de ago 2020.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 12. ed. São Paulo: Hucitec, 407 p., 2010.

NOBREGA E. D. da; SOUSA M. N. A. de. Música na assistência de enfermagem: resultados baseados em evidências. **InterScientia**, João Pessoa, v.1, n.3, p.103-114, set./dez. 2013. Disponível em: <<https://periodicos.unipe.br/index.php/interscientia/article/view/227>>. Acesso em: 15 jun. 2017.

OLIVEIRA, M. A. N. Conflitos e dilemas éticos vivenciados na prática da enfermeira no centro cirúrgico. 2012. 227 f. [tese de doutorado]. Salvador (BA): Universidade Federal da Bahia. 2012.

PANACIONI, G. F. A.; ZANINI, C. R. O. Musicoterapia na promoção da saúde: contribuindo para o controle do estresse acadêmico. **Opus**, Porto Alegre, v. 18, n. 1, p. 225-256, jun. 2012. Disponível em: <http://www.anppom.com.br/revista/index.php/opus/article/view/184/162>. Acesso em: 4 ago. 2017.

PASSOS, J. B.; SILVA, E. L.; CARVALHO, M. M.C. Estresse no centro cirúrgico: uma realidade dos profissionais de enfermagem. **Revista de Pesquisa em Saúde**, São Luis, n. 2, v. 11, p. 35-38, 2010. Disponível em: <http://www.periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/revistahuufma/article/view/550/301>. Acesso em 4 ago. 2017.

PUCHIVAILO, M. C.; HOLANDA, A. F. A história da musicoterapia na psiquiatria e na saúde mental: dos usos terapêuticos da música à musicoterapia. **Revista Brasileira de**

**Musicoterapia.** n° 16, p. 122-142, 2014. Disponível em:

<http://www.revistademusicoterapia.mus.br/wp-content/uploads/2016/10/8-A-HIST%C3%93RIA-DA-MUSICOTERAPIA-NA-PSIQUIATRIA-E-NA-SA%C3%9ADE-MENTAL-DOS-USOS-TERAP%C3%8AUTICOS-DA-M%C3%9ASICA-%C3%80-MUSICOTERAPIA-.pdf>. Acesso em: 12 de jul. 2017.

SARTORETO, I. S.; KURCGANT, P. Satisfação e Insatisfação no trabalho do Enfermeiro. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde.* v. 21 n. 2 p. 181-188, 2017. Disponível em: < <http://www.periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/rbcs/article/view/23408>>. Acesso em: 06 de jan. de 2019.

SILVA, A. C. O. C. et al. Dilemas éticos vivenciados na prática dos enfermeiros no centro cirúrgico. **Convibra** - Gestão, Educação e Promoção da Saúde. 5 ed., 2016. Disponível em: <http://www.convibra.com.br/artigo.asp?ev=118&id=12981>. Acesso em: 10 de fev. 2019.

SILVA, M. N. et al. A música para indução de relaxamento na Terapia de Integração Pessoal pela Abordagem Direta do Inconsciente – ADI/TIP. **Contextos Clínicos**, v. 5, n. 2, p. 88-99, 2012. Disponível em: < <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/cclin/v5n2/v5n2a04.pdf>>. Acesso em 17 de dez. 2018.

STUMM, E. M. F.; MACALAI, R. T.; KIRCHNER, R. M. Dificuldades enfrentadas por enfermeiros em um centro cirúrgico. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v. 15, n. 3, p. 464-471, set. 2006. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-07072006000300011](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072006000300011). Acesso em: 4 ago. 2017.

WORLD FEDERATION OF MUSIC THERAPY. Supporting Music Therapy Worldwide. 2011. Disponível em: [http://www.musictherapyworld.net/WFMT/About\\_WFMT.html](http://www.musictherapyworld.net/WFMT/About_WFMT.html). Acesso em: 5 ago. 2017