



MEMÓRIA E MUSICOTERAPIA*¹

Memory and Music Therapy

Hélio Marcon dos Santos²

Resumo

Este artigo tem por finalidade apresentar como foi elaborado o projeto de pesquisa “Memória e Musicoterapia”, sob a orientação da professora Maryléa Elizabeth Ramos Vargas. Este projeto servirá para o futuro TCC do pesquisador. O presente projeto tem como objetivos: primeiro, expor a concepção de memória; segundo, demonstrar os tipos de memória e a sua classificação de acordo com o seu conteúdo, e por último, revisar e estudar por meio de pesquisa bibliográfica os escritos disponíveis na literatura sobre o uso da linguagem musical para estimular e prevenir a memória no processo musicoterápico. As fontes bibliográficas que servirão de base teórica para este projeto é o Dr. Iván Izquierdo e o Dr. Arthur C. Guyton.

Palavras-chave: Memória, Musicoterapia, linguagem musical.

Abstract

This article aims to present how the research project "memory and music therapy", under the guidance of Professor Maryléa Elizabeth Ramos Vargas. This project will serve for future TCC of the researcher. This project aims: first, to expose the memory design; Second, to demonstrate the types of memory and their classification according to their content, and finally, review and study by means of bibliographical research the writings available in the literature on the use of the musical language to stimulate and prevent the memory in Music Therapy process. The Bibliographic sources that will serve as a theoretical basis for this project is Dr. Ivan Izquierdo and Dr. Arthur c. Guyton.

Keywords: Memory, Music Therapy, musical language.

Considerações Iniciais

Este artigo foi realizado para a disciplina de “Pesquisa em Musicoterapia II” como requisito parcial para obtenção do Grau B. Esta disciplina guiará o graduando em Musicoterapia na elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso, contribuindo para a sua formação. A temática a ser pesquisada será “Memória e Musicoterapia”.

¹ O presente Artigo tem este título provisório e foi elaborado para a disciplina de Pesquisa em Musicoterapia II, para composição do Grau B, do Bacharelado em Musicoterapia, da Faculdades EST, sob a orientação da professora Maryléa Elizabeth Ramos Vargas, Psicóloga, com Especialização em Musicoterapia, ministra as disciplinas de Metodologia e Pesquisa do Bacharelado de Musicoterapia da Faculdades EST, de São Leopoldo-RS.

² Estudante do Curso de Musicoterapia da Faculdades EST, de São Leopoldo - RS.

A escolha pela pesquisa de revisão bibliográfica em livros, artigos, resumos e documentos que comprovem os componentes da linguagem musical na estimulação da memória em Musicoterapia, contribuirá de uma maneira eficaz para o avanço da Musicoterapia. A presente pesquisa tem como objetivos: primeiro, expor a concepção de memória; segundo, demonstrar os tipos de memória e a sua classificação de acordo com o seu conteúdo, e por último, revisar e estudar os escritos disponíveis na literatura sobre o uso da linguagem musical para estimular e prevenir a memória no processo musicoterápico.

Metodologia

A metodologia a ser empregada será a pesquisa de revisão bibliográfica a partir de material disponível na literatura sobre a temática. Serão considerados os trabalhos que sustentem a utilização dos componentes da linguagem musical para estimular a memória. Os livros, artigos, resenhas, internet, Portal da CAPES e outros documentos relacionados à pesquisa, são informações capitais que contribuirão no intuito de corroborar as argumentações. Com o objetivo de argumentar as informações concernentes do uso dos componentes da linguagem musical na estimulação da memória, serão pesquisados em diversas documentações e escritos disponíveis na literatura. O presente estudo e a análise do material a ser pesquisado, contribuirão para alicerçar o encaminhamento do TCC do acadêmico.

Fundamentação Teórica

A memória é fundamental para o convívio social do ser humano. Sem memória, o relacionamento intrapessoal e interpessoal fica comprometido. “Não podemos fazer aquilo que não sabemos como fazer, nem comunicar nada que desconhecemos, isto é, nada que não esteja na memória”.³ Há diversos estudos, teorias e modelos de memória. “Os estudos dirigidos para a memória percorreram uma longa trajetória. São muitas as teorias... Sê fossemos descrevê-las, teríamos não um capítulo, mas, um livro, pois existem mais de cinquenta modelos”.⁴

O Doutor em Medicina e professor de Bioquímica da UFRGS, Iván Izquierdo, profere que “Memória é a aquisição, conservação e evocação de informações. A aquisição se

³ IZQUIERDO, Ivan. *Memória*. Porto Alegre: Artmed, 2002. p. 9

⁴ LIMA, Sônia Regia Albano de (Org.). *Memória, Performance e Aprendizado Musical: Um Processo Interligado*. Jundiaí: Paco Editorial, 2013. p. 66.

denomina também aprendizado. A evocação também se denomina recordação ou lembrança”.⁵

Para Izquierdo, há três tipos de memória: “De acordo com a sua duração, existem a memória imediata, que dura segundos, raras vezes minutos; a memória de curta duração, que dura de uma a seis horas e a memória de longa duração, que dura muitas horas, dias ou anos”.⁶ O aprendizado depende de repetição para fixar a informação, independente da faixa etária. Prestar atenção é muito importante para registrar a informação.

[...] O registro é uma forma de entrada de dados. Se, por falta de atenção, pulamos essa etapa e não colocamos o nome ou o fato na memória não haverá nada a ser lembrado. Preste atenção! Na maioria das vezes, a incapacidade de lembrar nomes deve-se à falta de atenção. Quando registramos um nome, um fato ou uma habilidade é preciso armazená-lo para referência futura. Esse armazenamento eficiente é chamado de retenção.⁷

Se o indivíduo não consegue reter a informação não terá como lembrá-la, e isto, acarretará dificuldades na sua rotina diária. A repetição da informação é necessária para evocá-la, porém, o contexto pode ajudar para a boa memorização. “Pesquisas de ‘Golden e Baddeley (1975)’ afirmam que a informação será resgatada com mais facilidade se o contexto em que foi recebida for similar no momento do resgate”.⁸ Há diversos fatores importantes para a memória além da atenção para uma boa retenção, ou seja, motivação, a associação de eventos ou fatos pessoais e vínculo emocional com a informação recebida. Está descrito abaixo algumas orientações fundamentais para a memória e não receita.

Não existem receitas para melhorar a memória, mas alguns conselhos são essenciais, trazendo benefícios para os processos de aprendizagem, principalmente os musicais [...].

[...] As informações mais complexas devem ser memorizadas de forma significativa, portanto, associações e códigos pessoais são requisitos importantes.

As informações recentes devem ser revisadas ou recordadas. Deve-se registrar bem, repassar bem a informação antes de tentar memorizar novas informações [...].

Quanto mais concentrado o indivíduo estiver no momento de registrar a informação, mais fixada ela ficará [...].

⁵ IZQUIERDO, Ivan. *Questões Sobre Memória*. São Leopoldo: Editora Unisinos, 2004. p. 15

⁶ IZQUIERDO, 2004, p. 19.

⁷ GESSONI, 2009 apud LIMA, 2013, p. 57.

⁸ LIMA, 2013, p. 83.

Descanse depois de receber uma informação, pois a melhor fixação acontece depois do indivíduo dormir.⁹

Outro fator para fixar a informação na memória é a emoção. “A memória emocional ocorre nas respostas emocionais aprendidas em relação a diferentes estímulos, como: medo racionais e irracionais, sentimentos de aproximação ou repulsa”.¹⁰

A memória emocional tanto fixa bons, como maus acontecimentos; por exemplo, se um pianista teve um lapso de memória durante uma apresentação, poderá ter duas reações: não tocar mais essa peça ou estudar este trecho de tal forma que nunca mais poderá esquecê-lo.¹¹

A parte do cérebro responsável pelas emoções é o sistema límbico, estando este atrelado a memória emocional. “A memória está fortemente ligada as emoções, razão pela qual a porção medial do lobo temporal participa dos circuitos do sistema límbico, estrutura intimamente relacionada as emoções”.¹² “Estudos psicológicos mostraram que a repetição da mesma informação várias vezes na mente acelera e potencializa o grau de transferência da memória de curto prazo para memória de longo prazo [...]”.¹³ É importante investigar no momento atual, o uso da linguagem musical no processo musicoterápico como estímulo e prevenção da memória, pois, a expectativa de vida está mais longa. Geralmente, uma sessão de musicoterapia tem a duração de 45(quarenta e cinco minutos), e isto, pode colaborar para mudanças na memória conforme relata Dr. Arthur C. Guyton:

[...] A memória de curto prazo, se ativada repetidamente, iniciará mudanças químicas, físicas e anatômicas nas sinapses que são responsáveis pela memória de longo prazo. Este processo requer 5 a 10 minutos para uma consolidação mínima e uma hora ou mais para uma consolidação forte.¹⁴

Os princípios básicos da Musicoterapia serão fundamentais no processo musicoterápico, porque além de estimular a memória do indivíduo e contribuir para relacionar-se com outras pessoas, ajudará na sua organização. [...] “Os três princípios básicos da Musicoterapia: 1. O estabelecimento ou restabelecimento das relações interpessoais. 2.

⁹ LIMA, 2013, p. 90-91.

¹⁰ LIMA, 2013, p. 78.

¹¹ LIMA, 2013, p. 84.

¹² LIMA, 2013, p. 18.

¹³ GUYTON, Arthur C; HALL, John E. *Tratado de Fisiologia Médica*. 11. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006. p. 726.

¹⁴ GUYTON, 2006, p. 726.

O logro da autoestima mediante a autorealização. 3. O emprego do poder singular do ritmo para dotar de energia e organizar”¹⁵.

Considerações Finais

Este artigo foi apresentado para mostrar a elaboração do projeto de pesquisa “Memória e Musicoterapia” para a disciplina de “Pesquisa em Musicoterapia II”, como avaliação parcial do “Grau B”, sob a orientação da Professora Maryléa Elizabeth Ramos Vargas, da Faculdades EST, localizada no município de São Leopoldo-RS.

O presente artigo tratou do projeto de pesquisa e de vários autores que serão utilizados no TCC do pesquisador. Penso que esses referenciais teóricos utilizados, poderão contribuir na pesquisa sobre o uso da linguagem musical na estimulação e prevenção da memória no processo musicoterápico. Esta temática precisa ser revisada e estudada, e entendo que a linguagem musical com objetivo terapêutico poderá contribuir na estimulação da memória, e conseqüentemente, numa melhor qualidade de vida do indivíduo em relação à temática proposta. Além de estudar e revisar diversos autores para elaborar este projeto de pesquisa, este artigo servirá de base para o futuro TCC que pretendo apresentar no segundo semestre do ano de 2015.

Referências

GASTON, E. Thayer. Traduzido por Marta Fernández. Enrique Dias, Sara Elena Hassan. *Tratado de Musicoterapia*. Buenos Aires: Paidós, 1968. Traduzido de Music in Therapy.

GUYTON, Arthur C; HALL, John E. *Tratado de Fisiologia Médica*. 11. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

HOLMES, David. *Psicologia dos Transtornos Mentais*. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.

IZQUIERDO, Ivan. *Memória*. Porto Alegre: Artmed, 2002.

_____. *Questões Sobre Memória*. São Leopoldo: Editora Unisinos, 2004.

¹⁵ Los tres principios de la musicoterapia: 1. El establecimiento o restablecimiento de las relaciones interpersonales. 2. El logro de la autoestima mediante la autorrealización. 3. El empleo del poder singular del ritmo para dotar de energía y organizar (GASTON, E. Thayer. Traduzido por Marta Fernández. Enrique Dias, Sara Elena Hassan. *Tratado de Musicoterapia*. Buenos Aires: Paidós, 1968. p. 15).

LIMA, Sônia Regia Albano de (Org.). *Memória, Performance e Aprendizado Musical: Um Processo Interligado*. Jundiaí: Paco Editorial, 2013.