



4 atividades de musicoterapia para praticar em casa

A prática frequente desses exercícios traz benefícios para fala, coordenação, e equilíbrio, entre outros

DA REDAÇÃO

Que a música faz parte do nosso dia a dia em festas, no

PLANTÃO FARMACÊUTICO

**BRASIL
PEDRETTI**

Loterias



MEGA-SENA

Acumulou - Concurso 2411

07 26 29 34 43 44

QUINA

Acumulou - Concurso 5665

37 43 49 61 66

DUPLA SENA

Acumulou - Concurso 2276

1ª SORTEIO
07 10 14 31 40 46
2ª SORTEIO
24 29 37 41 46 49

TIMEMANIA

Acumulou - Concur 1692

23 36 43 52 53 69 70

LOTOMANIA

Acumulou - Concurso 2215

00 01 06 11 19 20 22
26 31 32 35 42 44 45
53 63 68 83 87 92

carro, no banho, até no consultório nós já sabemos. Mas você sabia que ela serve como terapia e ajuda pacientes neurológicos a melhorar aspectos como fala, coordenação e equilíbrio? De acordo com a musicoterapeuta do Centro de Excelência em Recuperação Neurológica (CERNE), Giovanna Balzer, a musicoterapia, como o próprio nome já diz, utiliza a música

como forma de tratamento. “É uma técnica que trabalha a saúde utilizando formas diversas de aprendizado através da música, melhorando a saúde física e mental dos nossos pacientes”.

Abaixo você confere 4 exercícios complementares que podem ser feitos em casa para auxiliar no tratamento:

Cantado suas músicas favoritas: Cantar auxilia na

expressão verbal e de sentimento, fluência e prosódia da fala. No canto, você consegue trabalhar respiração, articulação e expressividade. Escolha sua música favorita e solte a voz!

Tocando um instrumento musical: Tocar um instrumento musical auxilia na coordenação motora ampla e fina, além de auxiliar na precisão dos movimentos. Para aquelas pessoas que não tem um conhecimento musical prévio, um musicoterapeuta pode auxiliar na execução de atividades com instrumentos musicais.

Andando no ritmo da canção: Escolha uma música com um ritmo bem -marcado e caminhe acompanhando a canção. Andar no ritmo da música auxilia na iniciação da marcha e equilíbrio, ajuda nas demandas atencionais e no planejamento motor.

Ouvindo música: Ouvir música – seja ela ao vivo ou gravada – é uma ótima opção indicada a pacientes que precisam desenvolver suas habilidades de atenção e receptividade. A audição musical promove o relaxamento, e estimula os sentidos.

Para finalizar, Giovanna lembra que essas são algumas sugestões de atividades com música para serem realizadas em casa, e que as mesmas não substituem o acompanhamento com o profissional. “O acompanhamento do musicoterapeuta é fundamental, pois é ele quem irá desenvolver o tratamento de acordo com a necessidade de cada indivíduo e auxiliar na execução”.

FELIZ ANIVERSÁRIO



DIA 24

CLAUDIO MARTINS

DEBORA LAIS FABRICIO ABONIZIO

FRANCIELY ROCHA VIOLLINI

MARIA GORETTI DE SOUZA RIBEIRO

MIRTES G. SEGURA

SOLANGE PASSOS

DIA 25

ADRIANA MARTINS CASTRO

DIA 26

ALESSANDRA MITIE SATO
IDALINA GUSAO

IVANILDA RIBEIRO DOS SANTOS

JOSE ROBERTO CAPOVILA

LEONEIDE MARTINEZ

OSVALDO LORENCO

PRISCILA NOGUEIRA R. DE ALMEIDA

SUELI MIOKI

DATAS COMEMORATIVAS



DIA 24
Dia do Mototaxista



DIA 25
Dia Nacional do Rádio
Dia Nacional do Trânsito



DIA 26
Dia Internacional para a Eliminação Total das Armas Nucleares
Dia Mundial do Mar
Dia Interamericano das Relações Públicas
Dia Nacional do Surdo