

## A MUSICALIDADE NO DESPERTAR DE LEMBRANÇAS E EMOÇÕES EM IDOSOS RESIDENTES DE UMA ILPIs

CASTRO, P. O. <sup>1</sup>, OLIVEIRA, L. P. <sup>2</sup>, LUIZ, J. M. <sup>3</sup>, MOTA, R. S. <sup>4</sup>, SILVA, V. C. <sup>5</sup>.

<sup>1</sup> Universidade Estadual do Rio Grande do Sul (UERGS) – Bagé – RS – Brasil – [pamela-castro@uergs.edu.br](mailto:pamela-castro@uergs.edu.br)

<sup>2</sup> Universidade Estadual do Rio Grande do Sul (UERGS) – Bagé – RS – Brasil – [luan-oliveira@uergs.edu.br](mailto:luan-oliveira@uergs.edu.br)

<sup>3</sup> Universidade Estadual do Rio Grande do Sul (UERGS) – Bagé – RS – Brasil – [jaison-luiz@uergs.edu.br](mailto:jaison-luiz@uergs.edu.br)

<sup>4</sup> Universidade Federal de Santa Maria (UFSM) – Santa Maria – RS – Brasil – [rafa.motta92@gmail.com](mailto:rafa.motta92@gmail.com)

<sup>5</sup> Universidade Estadual do Rio Grande do Sul (UERGS) – Bagé – RS – Brasil – [veronice-silva@uergs.edu.br](mailto:veronice-silva@uergs.edu.br)

### RESUMO

O presente trabalho foi desenvolvido a partir do projeto de extensão intitulado “Letramento Digital: uso dos recursos tecnológicos e práticas corporais em espaços não formais”. Acadêmicos voluntários do curso de Pedagogia da Universidade Estadual do Rio Grande do Sul (UEGS) desenvolveram em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPIs) no município de Bagé/RS, a presente pesquisa, que tem por objetivo compreender o papel da música na vida dos idosos, residentes de uma ILPIs, buscando entender quais os benefícios que a música pode gerar na vida desses idosos. Para isso, desenvolveu-se uma pesquisa qualitativa, através de um questionário semiestruturado, contendo cinco perguntas, sobre a vida desses idosos, relacionando-as com a música. Após a presente pesquisa podemos constatar que a música desempenha um papel muito significativo na vida desses idosos, uma vez que auxilia na busca de memórias, desperta emoções e os faz esquecer um pouco a dura realidade de viver em uma ILPIs. Sendo assim, entendemos que a música pode ser uma grande aliada para a saúde e o bem-estar dos idosos, pois estimula sua memória, proporciona sentimentos, motivando e tranquilizando-os no cotidiano ao qual estão submetidos.

Palavras-chave: Idosos, música, qualidade de vida, saúde, bem-estar.

### 1 INTRODUÇÃO

O Grupo de Pesquisa e Estudos Integrados à Educação: Linguagens e Letramentos, da Universidade Estadual do Rio Grande do Sul, desenvolve numa Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPIs), no município de Bagé/RS, o projeto de extensão intitulado “Letramento Digital: uso dos recursos tecnológicos e práticas corporais em espaços não formais”. O mesmo é realizado por voluntários

acadêmicos do curso de Pedagogia e, a partir das intervenções surgiu a presente pesquisa que traz como tema a música na terceira idade.

A partir do entendimento de que o processo de envelhecimento pode trazer uma série de anseios e sofrimentos aos idosos, buscou-se compreender como a música pode auxiliar na qualidade de vida destes.

Percebemos que ao envelhecer em um espaço como a ILPIs não é fácil, os dias se tornam pesados, as mágoas perturbam os pensamentos, um aprisionamento em sua própria mente e a tristeza persegue-os todos os dias com a ociosidade.

Nesse sentido, são necessárias práticas que façam os idosos saírem desse isolamento no sentido de buscar uma melhora e um bem-estar para as suas vidas.

Para Azevedo (2015) o envelhecimento

É um processo complicado, assíncrono, diverso, onde as disparidades aparecem dentro do próprio indivíduo; de um indivíduo para o outro, de uma população para a outra e em distintas gerações. Refere ainda que o envelhecimento consiste num processo adaptativo, moroso e contínuo, que implica diversas modificações em todos os sentidos, e que intervém nos fatores biológicos, psicológicos e sociais (AZEVEDO, 2015, p.26, apud MARTÍN, 2006).

O envelhecimento, nesse sentido, pode trazer alguns desconfortos aos idosos, tendo em vista que se sentem tristes e até mesmo inferiores. Dessa forma, é indicado um maior acompanhamento emocional nessa nova fase, no entanto, muitas vezes esse acompanhamento não acontece com idosos que são levados para ILPIs porque lá eles passam a se sentir mais sozinhos e, por esse motivo, muitos acabam entrando em depressão interferindo nos fatores biológicos, psicológicos e sociais.

Ao procurar amenizar essas modificações surge a música já que a mesma pode se constituir, de acordo com Tourinho (2004, p.2), como “um estímulo potente para a evocação de lembranças e é lembrando que podemos avivar fatos inconscientes que ampliam o significado do ser velho”. Na visão deste autor, a música pode ser uma grande aliada na vida dos idosos, pois os fazem recordar momentos vividos e, assim, compreenderem mais sobre sua situação atual, ajudando-os a aceitarem essa fase da vida e terem um olhar menos negativo e mais construtivo para esse momento.

É possível considerar que a música traz muitos benefícios ao ser humano, pois através dela podemos reviver momentos felizes, dançar, sentir saudades, tristeza ou alegria. A música como podemos constatar, pode trazer muitos benefícios para o ser humano e, ao ouvi-la, o sujeito pode se sentir mais contente, lembrar-se de momentos vividos, esquecer seus problemas do cotidiano.

Com a música os sujeitos podem sair um pouco da sua realidade atual e mergulhar em momentos vividos, lembrar-se de pessoas queridas, refletir sobre suas vidas, proporcionando satisfação, e sentimentos que fazem bem ao nosso organismo. (MACHADO, 2015, p. 12)

Ao levar a música a uma ILPIs é possível proporcionar momentos de alegria e bem-estar aos idosos que lá residem. Esta pesquisa foi tem como objetivo compreender o papel da música na vida dos idosos, residentes de uma ILPIs, e através desse olhar entender quais os benefícios que ela pode gerar na vida desses senhores e senhoras.

## **2 METODOLOGIA**

Utilizou-se uma abordagem qualitativa com análise descritiva, cujo instrumento foi uma entrevista com perguntas sobre a vida desses idosos, relacionando-as com a música. Este foi aplicado a três idosos: duas mulheres e um homem. Escolhemos um senhor que possui Alzheimer e duas senhoras ditas saudáveis.

Buscou-se observar as fases da vida desses idosos, relacionando-as com a música. Para aplicação, aproveitamos uma das intervenções com música na ILPIs e, posteriormente, entrevistamos individualmente os sujeitos selecionados. As entrevistas, gravadas e transcritas, foram devidamente autorizadas pela instituição, após foi gravada a entrevista e transcrita.

## **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Ao serem questionados sobre quais músicas marcaram suas vidas, vieram na lembrança músicas alegres e que falavam de amor. A partir das respostas, foi possível perceber que a música tem um papel importante nas vidas desses idosos, uma vez que ela ajuda a recordar momentos vividos, além de constatar que a música desperta emoções positivas, já que nenhum dos entrevistados lembrou-se de acontecimentos tristes.

Uma senhora ao ser entrevistada relacionava cada música que lembrava a alguém de sua família, a sua mãe, marido, trazendo lembranças bonitas de quando era jovem. Então, é possível dizer que a música é significativa na vida desses idosos. Para eles a lembrança pode ser, muitas vezes, um estímulo para continuar dando sentido as suas vidas, pois viver em um local isolado da sociedade, não é fácil e a tristeza assola-os todos os dias. Dessa maneira, esses momentos de

escutar música fazem bem para esses senhores e senhoras. Notou-se também que a música trouxe lembranças para o senhor que possui Alzheimer, mostrando assim, mesmo que por instantes, o seu grande papel na memória dos idosos.

Os dados mostram que a música pode proporcionar que os idosos sintam-se mais felizes, pois como relatou uma senhora que ir ao passado por meio das lembranças provindas da música lhe transmite paz, mas que essa viagem ao passado deve ser curta, para que ela possa novamente retornar a sua realidade. Não podemos deixar de mencionar que a música pode proporcionar bem-estar, auxiliando, assim, na qualidade de vida dos idosos e na prevenção da depressão.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Foi gratificante perceber o quanto eles se sentem felizes quando ouvem música. Isso nos faz acreditar que ela pode se constituir como um recurso para amenizar a triste realidade de viver em uma ILPIs. Entendemos que a música pode ser uma grande aliada para a saúde mental dos idosos, pois ela os motiva a recordarem momentos vividos, sendo muito significativa, pois ao ouvir músicas, emoções vêm à tona, trazendo muito benefícios, através desse contato com os residentes.

Em uma de nossas intervenções, levamos músicas tradicionais e fizemos um baile com os idosos. Constatamos que ao dançarem, suas fisionomias mudaram e uma expressão de alegria e contentamento em seus rostos substituiu o olhar triste até então constatado. Ao dançar, eles começaram a relatar fatos de suas vidas a partir das músicas que estavam ouvindo. Com essa constatação, passamos a compreender que a música pode ter um papel muito significativo na vida dos idosos.

O envelhecer necessita de tranquilidade e um olhar mais carinhoso com essas pessoas, pois elas estão passando por um processo que pode lhes trazer muitos questionamentos sobre suas vidas, também a relação da finitude traz alguns sentimentos ruins. É preciso zelar por esses senhores e senhoras e ajudá-los em sua qualidade de vida. Torna-se fundamental fazer com que esse período não se torne duro e pesaroso, mas um momento rico, pois é na velhice que concretizamos nossas vidas e temos muitos aprendizados para passar para os próximos.

#### **5 REFERENCIAS**

AZEVEDO, Maria Sofia. **O envelhecimento ativo e a qualidade de vida: uma revisão integrativa.** Disponível em:

<https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/10776/1/marta%2020%20de%20abril%20-%20tese%20final%20-%20pdf.pdf> Acesso em: 14 set. 2018.

**Estatuto do idoso. Lei Nº 10.741.** Disponível em:  
<https://presrepublica.jusbrasil.com.br/legislacao/98301/estatuto-do-idoso-lei-10741-03> Acesso em: 15 set. 2018.

MACHADO, Luiz A. R. **A paródia como objeto de aprendizagem.** Disponível em:  
<http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/134394/000986817.pdf>

MOREIRA, Rafael. L; LUDOVICI, Flaminia. M; SILVEIRA, Nadia D. **A música e o processo de ressignificação da cidadania do idoso sob a ótica Kairosiana da temporalidade.** Disponível em:  
<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/37703> Acesso em: 14 set. 2018.

OLIVEIRA, G; LOPES, V; DAMASCENO, M; SILVA, E; **A contribuição da musicoterapia na saúde do idoso.** Disponível em:  
<http://web.unifoa.edu.br/cadernos/edicao/20/85-94.pdf> Acesso em: 14 set. 2018.

SILVA, A; TREVIZAN, B; MAZARON, E; COVAS, I; BALAN, N; BARBOSA, A. **A música na qualidade de vida do idoso.** Disponível em:  
<https://www.webartigos.com/artigos/a-musica-na-qualidade-de-vida-do-idoso/95809>  
Acesso em: 14 set. 2018.