

UNIVERSIDADE ESTADUAL DO RIO GRANDE DO SUL - UERGS
UNIDADE DE MONTENEGRO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM MÚSICA: LICENCIATURA

LUCAS LUAN RAUBER HENSEL

A MÚSICA E O BEM ESTAR DOS IDOSOS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

MONTENEGRO

2021

LUCAS LUAN RAUBER HENSEL

A MÚSICA E O BEM ESTAR DOS IDOSOS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como exigência para
conclusão do curso de Graduação em
Música: Licenciatura, da Universidade
Estadual do Rio Grande do Sul.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Cristina Rolim
Wolffenbüttel

MONTENEGRO

2021

Catalogação de publicação na fonte (CIP)

H526m Hensel, Lucas Luan Rauber

Música e o bem estar dos idosos: uma revisão bibliográfica, A/
Lucas Luan Rauber Hensel. – Montenegro, 2021.

44 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Universidade
Estadual do Rio Grande do Sul, Curso de Música (Licenciatura),
Unidade em Montenegro, 2021.

Orientadora: Prof.^a Dra. Cristina Rolim Wolffenbüttel

1. Bem estar. 2. Idosos. 3. Saúde. 4. Trabalho de Conclusão de
Curso (Graduação). I. Wolffenbüttel, Cristina Rolim. II. Curso de
Música (Licenciatura), Unidade em Montenegro, 2021. III. Título.

Catalogação elaborada pelo Bibliotecário Uergs - Marcelo Bresolin CRB10/21

LUCAS LUAN RAUBER HENSEL

A MÚSICA E O BEM ESTAR DOS IDOSOS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como exigência para
conclusão do curso de Graduação em
Música: Licenciatura, da Universidade
Estadual do Rio Grande do Sul.

Aprovada em:/...../.....

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Dr.^a Cristina Rolim Wolffenbüttel (Orientadora)
Universidade Estadual do Rio Grande do Sul

Prof.^a Dr.^a Cristina Bertoni dos Santos
Universidade Estadual do Rio Grande do Sul

Prof. Dr. Eduardo Guedes Pacheco
Universidade Estadual do Rio Grande do Sul

Dedico este trabalho à minha família, aos meus amigos e a todos os professores e artistas que reconhecem o poder social que a arte e a música têm.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, à minha família - meus pais, Ivete e Auri, por sempre me apoiarem em todos os caminhos que escolho percorrer; aos meus irmãos Tatiane, Darlan e Taynara, por serem suporte um ao outro; ao meu afilhado Vinicius por sua doçura e seu carisma;

Agradeço a minha namorada Geovana, por podermos dividir nossas vidas diariamente, sempre nos ajudando, orientando e construindo a cada dia uma história com muito amor e cumplicidade;

Agradeço à minha orientadora, Cristina, por me apoiar e me acompanhar durante todo esse processo;

Agradeço aos professores e professoras do curso, Cristina Rolim, Cristina Bertoni, Eduardo, Paulo, Daltro e Amauri. Tenham certeza que toda vez que subo em um palco ou entro em uma sala de aula, muitos de vocês está comigo;

Agradeço aos meus colegas de turma, Pedro, Tainá, Nicole, Gustavo, Arlei, Eron, Jack, Mateus, Luís, Amanda, Washington, Camila, Alisson, Andreo e Ismael, com os quais tive o prazer imenso de dividir essa jornada. Serão amigos que levarei pra sempre em meu coração;

Agradeço aos meus grandes amigos da vida, Lucas, Luiza e Sandy, com os quais divido momentos desde minha infância e que assim possamos continuar eternamente.

Agradeço aos meus queridos parceiros de palco da Banda Choppão, Fernando, Marquinhos, Alexandre, Adriano, Maicon, Valdecir, Marcelo, Ivan e Rose, onde sou muito grato em poder levar alegria a milhares de pessoas através da música;

Agradeço aos meus amigos Mikael, Rodrigo, Leandro Schneider, Leandro Weber e Márcio pela amizade e parceria de sempre;

Agradeço ao CRAS de Maratá, Jaque, Thaís, Daiane e Gisele, por oportunizar o trabalho musical com idosos, levando a discussão para essa pesquisa;

Agradeço ao Marcos e a Tuty, pela parceria de sempre, levando teatro mundo afora;

Agradeço ao meu maior incentivador musical, Prof. Joãozinho, que sempre foi uma inspiração para mim, quanto pessoa, artista e educador musical;

Agradeço ao amigo Tiago, que me influenciou nessa caminhada de se tornar músico.

Por fim, agradeço a Uergs, especialmente em nome da Dulce e do Gilmar, sem vocês isso certamente não seria possível.

Muito obrigado!

Num mundo inundado de informações irrelevantes, clareza é poder. E o poder da transformação está na educação.

RESUMO

A presente pesquisa buscou investigar quais as pesquisas que tratam das temáticas relacionadas a música e os idosos nas revistas eletrônicas da área da educação musical, saúde e gerontologia, bem como também, investigar quais os efeitos que a música pode oportunizar na vida dos idosos. Foi utilizada, como metodologia, a abordagem qualitativa, e como método de pesquisa, a pesquisa bibliográfica. A técnica para coleta de dados foi a coleta de documentos via *Internet*, através de varreduras pelos *sites* das três áreas propostas pela pesquisa e para a análise dos dados utilizou-se a análise de conteúdo. A pesquisa se baseou em seus conceitos operacionais, trazendo os conceitos do envelhecimento, as funções da música de Merriam, o quadro conceitual de MacDonald, e a dissertação de Luz sobre educação musical na terceira idade. A revisão bibliográfica resultou em 13 artigos, divididos em 4 categorias: Musicoterapia, Música comunitária, música em medicina e educação musical. Constatou-se que a música pode trazer diversos benefícios para a saúde e do bem estar da população idosa, seja por meio de procedimentos musicoterapêuticos, pelo entretenimento, pela prática de socialização através da música, pela apreciação musical, como complemento em atividades clínicas e pelo processo da aprendizagem musical.

Palavras-chave: Música; Idosos; Saúde; Bem estar.

ABSTRACT

The present research sought to investigate which research deals with themes related to music and the elderly in electronic magazines in the area of music education, health and gerontology, as well as to investigate what effects music can have on the lives of the elderly. The qualitative approach was used as a methodology, and bibliographical research was used as a research method. The technique for data collection was the collection of documents via the Internet, by scanning the websites of the three areas proposed by the research and for data analysis, content analysis was used. The research was based on its operational concepts, bringing the concepts of aging, Merriam's music functions, MacDonald's conceptual framework, and Luz's dissertation on musical education in the third age. The literature review resulted in 13 articles, divided into 4 categories: Music Therapy, Community Music, and Music in Medicine and Music Education. It was found that music could bring several benefits to the health and well-being of the elderly population, whether through music therapy procedures, entertainment, the practice of socialization through music, musical appreciation, as a complement to clinical activities and by process of musical learning.

Keywords: Music; Elderly; Health; Well-being.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	11
1 CONCEITOS OPERACIONAIS.....	14
1.1 ENVELHECIMENTO.....	14
1.2 FUNÇÕES SOCIAIS DA MÚSICA.....	17
1.3 A MÚSICA NA SAÚDE E NO BEM ESTAR	19
1.4 EDUCAÇÃO MUSICAL NA VELHICE.....	21
2 METODOLOGIA.....	25
2.1 ABORDAGEM.....	25
2.2 MÉTODO.....	25
2.3 TÉCNICA PARA A COLETA DE DADOS.....	26
2.4. TÉCNICA PARA A ANÁLISE DE DADOS.....	28
3 RESULTADOS E ANÁLISE DOS DADOS.....	30
3.1 MUSICOTERAPIA.....	30
3.2 MÚSICA COMUNITÁRIA.....	32
3.3 MÚSICA NA MEDICINA.....	34
3.4 EDUCAÇÃO MUSICAL.....	36
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	38
REFERÊNCIAS.....	40

INTRODUÇÃO

A presente pesquisa trata de um Trabalho de Conclusão de Curso realizado na Universidade Estadual do Rio Grande do Sul – Campus Montenegro, no Curso de Graduação em Música: Licenciatura, durante o segundo semestre de 2021. A partir do componente curricular Pesquisa em Música, começou-se a desenvolver um trabalho partindo da curiosidade em investigar qual a importância da música na saúde e no bem estar dos idosos.

É importante refletir cada vez mais sobre a relevância do idoso numa sociedade que progressivamente vem crescendo a sua população idosa. De 2012 a 2017, o IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) aponta um crescimento de 18% da população com 60 anos ou mais, superando a marca de 30,2 milhões de idosos no Brasil em 2017. Estudos sobre o envelhecimento populacional estimam que até 2043, um quarto da população será de idosos, superando a proporção da faixa etária de zero até os 14 anos (IBGE, 2021).

Os dados sobre a expectativa de vida, revelam que em 2018, uma pessoa nascida no Brasil, tinha a expectativa de viver, em média, de 76,3 anos. Já em 2019, passou para 76,6 anos. Os homens com a expectativa em 73,1 e as mulheres em 80,1 anos. Com a pandemia, os dados do IBGE não foram mais atualizados devido ao impedimento de censos. Porém, algumas pesquisas já apontaram uma leve queda na expectativa de vida, pelo fato de que a Covid-19 teve maior mortalidade na população idosa (IBGE, 2021).

Cabe salientar que esta pesquisa foi produzida em meio a uma pandemia de Covid-19. O mundo inteiro teve que se adaptar e se isolar durante um longo tempo e, com isso, os idosos ficaram em total isolamento, por serem considerados integrantes do “grupo de risco”, pelo alto grau de contágio pelo vírus da Covid-19. Os encontros dos grupos de idosos foram suspensos, as famílias se restringiam em visitas por temerem contaminar os mais velhos, e circular em espaços públicos passou a ser um risco para todos.

O interesse pelo estudo sobre educação musical para idosos, despertou-se a partir do convite do CRAS (Centro de Referência da Assistência Social) do município de Maratá/RS, em levar alegria e bem estar aos idosos através da música, tendo observado altos números de idosos entristecidos e alguns depressivos por conta da

solidão gerada pela pandemia. Desse modo, surgiu a curiosidade em entender, de que forma a área da educação musical poderia ou não, beneficiar na saúde e no bem estar dos idosos.

Buscou-se então, fazer uma revisão bibliográfica nas revistas do âmbito médico, educacional, e gerontológico procurando saber quais práticas, envolvendo a música diretamente ou indiretamente, poderiam propiciar num envelhecimento saudável e bem sucedido aos idosos.

Nesse sentido, Silva Junior (2019), traz o quadro conceitual em música, saúde e bem estar, apresentado por MacDonald *et. al* (2012) na tentativa de integrar cinco áreas que podem utilizar a música em resultados positivos para a saúde e o bem estar. São elas: a musicoterapia, a música comunitária, o uso da música no cotidiano, a música na medicina e a educação musical. MacDonald acrescenta ainda, que essas áreas não estão isoladas umas das outras, e sim, são multidisciplinares entre elas.

Já Hummes (2004) aborda as funções sociais da música, categorizada por Allan Merriam em 1964. As dez categorias são: função da expressão emocional; função do prazer estético; função de divertimento, entretenimento; função da comunicação; função da representação simbólica; função de reação física; função de impor conformidade a normas sociais; função de validação das instituições sociais e rituais religiosos; função para a contribuição da continuidade e estabilidade da cultura; função para a integração da sociedade.

Adentrando um pouco mais na perspectiva da educação musical, Luz (2005) disserta sobre os fundamentos pedagógicos da educação musical, considerando sua especificidade, num trabalho para a terceira idade, além de fazer considerações sobre o perfil de um educador musical na realização dessa docência com os idosos. Diante disso, a pesquisa no campo da educação musical sobre os idosos, se torna útil para contribuir com o meio acadêmico e social. A música atravessa as barreiras do lazer e do entretenimento, que são importantes também, mas que se juntam a outras funções sociais que cabe a ela também.

Diante disso apresentaram-se alguns questionamentos que são: Quais pesquisas têm sido realizadas sobre as temáticas música, idosos e saúde? A partir das pesquisas realizadas, o que tem sido apontado sobre os efeitos da música na vida de idosos? Com base nesses questionamentos, a pesquisa objetivou investigar as

pesquisas sobre as temáticas relacionadas à música, idosos e saúde, suas relações com a educação musical.

Este trabalho está estruturado em 4 capítulos. Na primeira parte, procura-se esclarecer os conceitos básicos sobre o envelhecimento, e como tal é abordado na sociedade; as funções sociais da música e suas relações com a vida do idoso; as diferentes perspectivas da utilização da música na promoção da saúde e do bem estar; e pôr fim, a educação musical numa aprendizagem benéfica e libertadora para o público alvo. Já no segundo capítulo, apresentaremos os procedimentos metodológicos para a elaboração da revisão bibliográfica. Na terceira parte, analisaremos os resultados e análises dos dados. Por fim, no último capítulo, relataremos as considerações finais observadas nos artigos analisados durante a pesquisa.

1 CONCEITOS OPERACIONAIS

Esta pesquisa utilizou alguns conceitos básicos com os quais operou, com vistas à posterior análise dos dados. Dentre estes conceitos encontram-se o envelhecimento; as funções sociais da música; a música na saúde e no bem estar; e a educação musical na velhice.

1.1 ENVELHECIMENTO

No cenário contemporâneo é comum nos depararmos com diferentes nomenclaturas para caracterizar uma faixa etária com vários anos de vida: “melhor idade”, “maturidade”, “velhos”, “idosos”. E as mais comuns, porém bem distintas em seus significados atribuídos: “terceira idade” e “velhice”.

Para Debert (2009) o termo velhice carrega uma conotação pejorativa, de decadência física e incapacidade produtiva, como algo que não serve mais, enquanto terceira idade seria um termo designado à uma população idosa inserida nas práticas culturais e sociais de uma sociedade consumista. Já o termo envelhecimento, já está associado como uma das fases do ciclo vital humano, a qual o sujeito passa por inúmeras mudanças biológicas, cognitivas, sociais, entre outras. O autor alega que os recortes não são naturais ou inerentes à humanidade, sendo produzidos socialmente através dos períodos históricos.

Não podendo ser compreendida apenas no contexto das modificações orgânicas advindas da idade, Bosi (1994) ressalta que a velhice é uma categoria social, além de ser um destino do indivíduo. Ela afirma que é a sociedade que atribui valor às pessoas e aos seus comportamentos. Borges (2007) destaca que para falar do idoso no Brasil, na atualidade, é preciso analisar de maneira mais ampla a estrutura social vigente, pois são inúmeras as variáveis que determinam a condição do idoso, e o olhar sobre ele deve ser abrangente. É preciso enfatizar que a posição que o idoso ocupa na sociedade não é apenas uma combinação das alterações biológicas e do seu impacto nas relações do indivíduo com o mundo.

Já Haddad (1986), afirma que o envelhecimento no Brasil é composto por perda do valor social do idoso, visto que este é um país que adota uma estrutura de produção capitalista, que torna o idoso elemento desnecessário e faz com que a capacidade

produtiva prevaleça sobre qualquer outra qualidade do ser humano. Aposentar os indivíduos mais velhos é uma solução da sociedade para garantir a manutenção da estrutura de produção, para que os indivíduos mais jovens encontrem lugar no mercado de trabalho, sendo a aposentadoria a alternativa para o idoso.

A perda do trabalho para o idoso pode ter um significado de impotência e inutilidade, gerando casos de depressão e solidão. Para Doll (2009) o trabalho também tem o papel de deixar o indivíduo integrado no meio social e a falta dele pode causar sensação de vazio, por isso nesta transição deve ser incluído atividades que tenham significado, que construa vínculos com a identidade do idoso, sua profissão, suas ideias e seus valores. Apesar de médicos e demais teóricos do envelhecimento, acentuam para a importância do trabalho em uma existência saudável e feliz, o mercado é difícil para esta categoria, tendo poucas chances de conseguir um emprego. Ainda mais se tratando no contexto brasileiro, onde a desigualdade econômica é gigantesca, o sistema previdenciário é falho na distribuição de renda, fazendo com que a aposentadoria não cobre os custos para uma justa qualidade de vida ao idoso, restando o trabalho como única opção para garantir sua independência econômica.

Beauvoir (1990) diz que há uma grande diferença entre os sujeitos idosos e os papéis que os mesmos desempenham na sociedade. Suas funções mudam de acordo com a classe social que eles pertencem, são estas diferentes sociedades que categorizam os indivíduos nos grupos diversos de acordo com seus interesses e segundo as necessidades de um determinado esquema de organização social. Portanto, se o idoso não trabalha mais, porém guardou capital ao longo dos anos, ele certamente terá uma qualidade de vida diferente daquele idoso que não possui bens ou casa própria e vive somente da aposentadoria. O primeiro pode ocupar uma posição social de prestígio, enquanto o segundo apenas soma a tão temida e problemática população dos idosos que utilizam os serviços de saúde e previdência do Estado.

Haddad (1986) destaca que ao idoso é estabelecido a responsabilidade de sanar as dificuldades adquiridas com a idade, e que é necessário se preparar para a velhice, onde ele precisa estar informado das suas condições biológicas, das limitações que terá, e da necessidade de manter-se ativo e integrar-se socialmente.

Porém ninguém se prepara para essa fase. Beauvoir (1990) diz que o nosso inconsciente ignora a velhice, alimentamos a ilusão da eterna juventude e tememos a

chegada dela, como se o envelhecimento fosse um momento específico da vida, com data marcada e a transformação do adulto para o velho acontecesse. A autora enfatiza que os padrões de beleza impostos culturalmente e propagados pela mídia e pelo mercado, reforça que as rugas e os cabelos brancos são os grandes vilões da velhice.

A mesma autora acrescenta, ainda, que essas transformações visuais causadas com o avanço dos anos, afetam a identificação do indivíduo com sua nova imagem, pois se sentem jovens em corpos velhos. Essa crise de identificação, causada pela não aceitação de suas novas realidades, gera a busca por procedimentos estéticos, seja do mais simples, como pintar os cabelos, como até dos mais complexos: as cirurgias plásticas. A aceitação é mais difícil para as mulheres devido a imposição da sociedade aos padrões estéticos femininos, já os homens não sofrem tanto com essa padronização, os cabelos brancos masculinos, por exemplo, são romantizados pela literatura e pelo cinema.

Pensando no envelhecimento em uma perspectiva de curso de vida surgiu o conceito de velhice bem sucedida. Lima *et al.* (2008) diz que para pensarmos em um envelhecimento saudável e bem sucedido, é necessário pensar na interação de múltiplos fatores, dentre eles: saúde física e mental, independência de vida diária, integração social, suporte familiar e independência econômica.

Já para Neri (1995), a velhice bem-sucedida depende de um sistema social que valorize o ser humano independentemente da produtividade econômica, sendo então, um equilíbrio entre perdas e ganhos, limitações e competências que se dá uma velhice satisfatória, portanto, relacionar a velhice com doença, perdas e competência comportamental, tem efeitos prejudiciais para o idoso e para sua família.

Lima *et al.* (2008) acrescenta na discussão, que o envelhecimento bem-sucedido é conceito subjetivo, pois depende da adaptação do idoso nesta nova fase, das vivências e condições que o indivíduo chegou à velhice. Traz algumas estratégias de adaptação para ajudar nessa fase, usa-se estratégias como seleção, otimização e compensação. A seleção pressupõe que os idosos tendem a realizar atividades nas quais creem ter um bom desempenho, evitando em que não têm. A otimização é a manutenção de habilidades que já possuem, e o aprimoramento das mesmas. A compensação é a utilização de comportamentos que se destinam a compensar uma habilidade enfraquecida, por exemplo no caso de falta de memória, seria o uso de agenda. Essas estratégias são indicadores de um bom envelhecer, pois indicam que

mesmo com o declínio de habilidades, o sujeito ainda pode ser bem funcional, sabendo como contornar as dificuldades naturais da velhice.

1.2 FUNÇÕES SOCIAIS DA MÚSICA

Sabemos que a música está praticamente em todo lugar da sociedade contemporânea. Seja nos meios de comunicação, na *internet*, nas lojas, nos bares, nos consultórios médicos, nas missas ou cultos, nos alto-falantes, nas academias, nos intervalos da escola, entre outras muitas possibilidades que possamos imaginar, sendo consumida para nos comunicar, nos divertir, nos emocionar, nos representar, celebrar rituais, enfim, a música pode estar de diversas formas com usos e funções diferentes.

As funções da música na sociedade tem sido tema de reflexões e investigações de vários professores e pesquisadores do cenário nacional e internacional da educação musical. Um dos pioneiros no debate desse assunto é Allan Merriam, onde em 1964, teoriza suas concepções sobre as funções da música na sociedade. Merriam revela uma diferença entre “uso” e “função”, de modo que uma música é usada pode determinar sua função, mesmo que a música não seja idealizada para aquela função. O autor explica que “O uso, então, se refere à situação na qual a música é aplicada em ações humanas; a função diz respeito às razões para o seu emprego e, particularmente, os propósitos maiores de sua utilização.” (MERRIAM *apud* HUMMES, 2004).

Hummes (2004) disserta em seu artigo, trazendo as funções sociais da música a partir da categorização de Merriam, sendo 10 categorias: Função da expressão emocional; função do prazer estético; função de divertimento, entretenimento; função da comunicação; função da representação simbólica; função de reação física; função de impor conformidade a normas sociais; função de validação das instituições sociais e rituais religiosos; função para a contribuição da continuidade e estabilidade da cultura; função para a integração da sociedade.

A função da expressão emocional seria a função da música em despertar a liberação dos sentimentos, liberação de ideias e pensamentos e a manifestação da criatividade. Já a função do prazer estético, se dá pela reflexão a respeito da beleza

sensível do fenômeno artístico, tanto do ponto de vista do criador, quanto do contemplador. A função do divertimento e entretenimento como o nome já indica, tem a função de promover descontração, além de interagir com outras funções, como a comunicação. A função da comunicação para Merriam (1964) é o fato de a música ter o poder de comunicar algo, transmitir emoções e pensamentos, através de sua linguagem e de seu texto musical, moldada nos termos da cultura em que ela faz parte. A música tem ainda a função da representação simbólica, onde ela representa um símbolo, uma ideia, um comportamento em todas as culturas. (HUMMES, 2004).

Seguindo a categorização de Merriam (1964), o autor traz a função de reação física, onde através da música, extrai-se a hesitação ou uma resposta física, moldando o comportamento dos grupos, como por exemplo, encorajar reações físicas de guerreiros ou caçadores. A função de impor conformidade às normas sociais, seria a música de protestos, que alertam o decoro e a inconveniência de sujeitos indesejáveis ou desejáveis na sociedade. Ou seja, a música tem um controle social num número importante de culturas. A função de validação das instituições sociais e dos rituais religiosos é semelhante à função descrita anteriormente. Os sistemas religiosos são válidos como nas citações de lendas e canções do folclore, também doutrinando os preceitos religiosos. Já as instituições sociais, são válidas quando a música enfatiza o que é próprio ou impróprio para as pessoas serem ou fazerem. (HUMMES, 2004).

Por fim, as duas últimas funções reiteram as outras funções listadas acima. Pois, se a música promove a expressão emocional, o entretenimento, a comunicação, a representação, a imposição e a validação, pode-se afirmar que a esta, assim como a história, tem a função de contribuição para a continuidade e estabilidade da cultura. Bem como, a Função de contribuição para a integração da sociedade, onde os membros da sociedade participam de atividades que exigem cooperação, solidariedade e coordenação de grupos, onde a música tem o papel de fornecer pontos de convergência entre os indivíduos (HUMMES, 2004).

Sabendo da importância da música no aspecto social, Merriam resume o papel da música na cultura humana, sendo indispensável para uma promulgação apropriada das atividades que constituem uma sociedade.

1.3 MÚSICA NA SAÚDE E NO BEM ESTAR

Quando se fala em música atrelado aos idosos em contextos de saúde e bem estar, gera-se muitas dúvidas e confusões quanto às possibilidades em que a música pode contribuir para uma qualidade de vida saudável e ativa para essa faixa etária. Para isso, a pesquisa buscou um referencial que ajudasse a esclarecer sobre o tema. MacDonald (2013) desenvolveu um quadro conceitual, tentando estabelecer uma relação causal entre atividades musicais e benefícios na saúde e no bem-estar.

De acordo com o quadro conceitual, existem cinco áreas nas quais as pesquisas sobre música, saúde e bem-estar se concentram para verificar os benefícios da música nos sujeitos que estão inseridos nesses contextos. São elas: musicoterapia, música comunitária, uso da música no dia a dia, música na medicina e educação musical. Em cada uma dessas áreas, os benefícios da música serão buscados como objetivo primário ou secundário. MacDonald acrescenta ainda, que essas áreas não estão isoladas umas das outras, e sim, são multidisciplinares entre elas. (SILVA JUNIOR, 2019).

A musicoterapia é a área mais popular quando se trata de música e idosos, e por conta disso, muitas vezes se relaciona a todas as experiências musicais em saúde, são proporcionadas por essa área, o que não é verdade. Talvez, o aspecto mais importante da musicoterapia seja a relação terapêutica entre o paciente e o musicoterapeuta, utilizando a música como o principal meio para estabelecer e manter essa relação, bem como produzir benefícios positivos para o paciente. As intervenções musicoterapêuticas priorizam os benefícios psicológicos ou fisiológicos, e não o desenvolvimento musical, com o aumento de habilidades técnicas, ou aumento geral das atividades artísticas no domínio musical (SILVA JUNIOR, 2019).

A segunda área do quadro conceitual é a música comunitária. Seu objetivo primário está no acesso a atividades artísticas fora dos contextos convencionais de ensino. Ela pode promover diversão ou prazer a quem vai assistir a um artista, criando um senso de comunidade dentro de um espaço compartilhado. Cabe a ela também, exercitar experiências receptivas ou intervenções ativas que se destinam exclusivamente a fins de diversão, destacando-se as atividades de ouvir, tocar um instrumento e cantar, que não envolvam objetivos dentro de especificidades médicas,

diferenciando-se das experiências de música em medicina e musicoterapia (SILVA JUNIOR, 2019).

A terceira área é o uso da música no dia a dia, onde se discute sobre como ouvir música pode produzir efeitos positivos em nossa saúde e bem-estar. Para Silva Júnior (2019) cada vez que selecionamos uma música para ouvir, estamos fazendo muitas avaliações sobre nosso estado mental e sobre o ambiente em que iremos escutar música. Dessa forma, nós reconhecemos que nossa escuta musical tem efeitos profundos sobre como nós nos sentimos e também afeta as outras pessoas que podem estar escutando nossa seleção musical. Essa situação musical não é explicitamente terapêutica, clínica ou educacional, mas tem importância em como pode afetar positivamente a saúde e o bem-estar, tendo relações com a educação musical, a musicoterapia e a música comunitária.

A quarta área é a música na medicina, a qual é uma área especializada da música, saúde e bem-estar que ocorre em contextos médicos. Sendo utilizada por diferentes profissionais da saúde, além do médico. Essa área é facilmente confundida pela musicoterapia, pois as duas têm os mesmos objetivos primários: promover benefícios psicológicos e fisiológicos. Porém, as diferenças estão no profissional que atua com a música nesses espaços e a forma o qual é aplicada.

Bruscia (2000) faz uma distinção entre música “como” terapia e música “na” terapia. Na música “como” terapia, a música exerce uma influência direta sobre o paciente, e sua saúde, atuando como agente primário na mudança terapêutica, executados por musicoterapeutas. Enquanto que na música “na” terapia, a música não é o único agente da mudança, e sua utilização depende dos profissionais da saúde que implementam uma experiência auditiva passiva utilizando músicas pré-gravadas. Diferencia-se, portanto, da musicoterapia pela ausência do musicoterapeuta (BRUSCIA *apud* SILVA JUNIOR, 2019).

Por fim, a última área do quadro conceitual é a educação musical, onde o objetivo primário está no desenvolvimento de habilidades musicais. Silva Junior (2019) diz que tanto a educação musical quanto a musicoterapia, utilizam a música e podem vir a ter efeitos terapêuticos, mas a única que tem objetivos terapêuticos e se constitui como terapia é a musicoterapia. Nesse sentido, há um interesse muito grande em descobrir se as aulas de músicas podem produzir benefícios nas habilidades de outras

áreas, como por exemplo, se as aulas de música aumentam o desempenho em matemática, no QI, ou nas capacidades cognitivas em geral.

Contudo, o que se pode afirmar por enquanto, é que as aulas de música melhoram as atividades de conhecimentos musicais e indiretamente, as habilidades não musicais, tais como os aspectos da cognição, memória, linguagem, habilidades espaciais entre outros, que ajudam na manutenção e na promoção da saúde e do bem estar. (SILVA JUNIOR, 2019).

A seguir, veremos como a educação musical pode contribuir para um envelhecimento saudável e quais os seus efeitos e desafios para a terceira idade.

1.4 EDUCAÇÃO MUSICAL NA VELHICE

Ainda são poucas as discussões sobre a importância da aprendizagem musical na velhice dentro do campo da educação musical. A relação do idoso com a música, muitas vezes, está atrelada somente com a área da musicoterapia.

Entretanto, Luz (2005) disserta que o processo da educação musical pode ser acessível para os idosos, porém é preciso transformar um pensamento que está arraigado na sociedade de que chegar na velhice significa a decadência física e psicológica e, portanto, devem se afastar das relações sociais e do processo de aprendizagem. Sabe-se que as alterações biológicas e sociais ocorrem com o envelhecimento, mas de forma gradativa e variável, dependendo da individualidade genética, além da forma de como vivemos ao longo da vida.

Segundo Luz (2005), ainda há muitos mitos e estigmas propagados pelo senso comum, que dificultam o desenvolvimento de habilidades e de novas aprendizagens, inibindo as capacidades dos idosos. O mito da inutilidade (vindo de valores impostos na sociedade que preza a força, o trabalho, o poder econômico e o poder); a subestimação do idoso com pensamentos negativos; a crença de que “aprender música precisa ter um dom”, fazem com que o fazer musical se torne distante de suas realidades.

A mídia em geral, também contribui para essa estigmatização, em que se tem a ideia de que o idoso ocupa seu tempo jogando xadrez em praças públicas, reforçando o preconceito da incapacidade. Para Luz, (2005) o modelo social imposto pela mídia, sempre atribui a beleza, a memória, a força, a produtividade como

características de um corpo jovem, logo, pensa-se que essas qualidades são opostas a um corpo idoso.

Para reverter essa visão negativa sobre o idoso, é preciso adotar metodologias adequadas para trabalhar com esse público. Nesse sentido, Sousa e Sousa (2019) falam que:

Quando pensamos em musicalizar idosos, precisamos ter em mente que esse processo de ensinar é somar conhecimento musical aos que os alunos já o possuem, e nunca pensar que se está partindo do zero, porque o zero na educação de idosos não existe. (SOUSA; SOUSA, 2019, p. 191).

Luz (2005) aborda uma metodologia para os idosos através da ressignificação da Sensibilização e da iniciação à Linguagem Musical, fundamentadas pelas pedagogias-musicais de Edgar Willems e Hans Joachim Koellreutter. De acordo com tais autores, a música vem antes do instrumento, ou seja, é preciso, primeiro, viver os fenômenos musicais; senti-los afetivamente e/ou sensorialmente (sensibilização); para só então transferir toda essa vivência para um estado de consciência (linguagem musical). Willems defende, ainda:

[...] a música enriquece o ser humano pelo poder do som e do ritmo, junto com a melodia e a harmonia; eleva o nível cultural dos participantes do seu estudo e dá alegria ao ouvinte, ao executor e ao compositor; a música favorece algumas virtudes principais das faculdades humanas como: vontade, sensibilidades, amor, inteligência e imaginação criadora, e, portanto, a música é encarada quase unanimemente como fator cultural indispensável. (WILLEMS *apud* LUZ, 2005, p. 3).

Com o uso dessa didática para introduzir a música para os idosos, deve-se motivar os participantes com a possibilidade real de uma aprendizagem prazerosa e transformadora, resgatando a autoestima e a alegria para quem se deixa levar por essa experiência. Diferentemente da metodologia adotada até algumas décadas atrás, onde o educador valorizava a técnica e a exaustão, sem a interferência do aluno, tornando uma aula pouco prazerosa (LUZ, 2005).

A falta de compreensão do educador nas necessidades, expectativas e potencialidades de seus alunos idosos, fazem com que o aluno subestime sua própria capacidade de aprender música, reforçando o preconceito de que “velho não aprende mais nada”. Luz (2005) afirma que, ao propor ensinar música aos mais velhos, normalmente não se tem a compreensão da finalidade dessa aprendizagem para suas

vidas, indicando mais uma vez o mito e o estigma de que aprender música só é útil para jovens, ou pessoas com um dom específico.

Percebe-se o desconhecimento dos idosos sobre os benefícios da prática musical onde Sousa e Sousa (2019) exemplificam:

Tocar um instrumento musical propõe uma atividade mental intensa e um desenvolvimento sensorio motor de qualidade superior. Cantar, em especial, proporciona melhoras na condição respiratória; resgata a boa dicção, a ressonância, a articulação, a flexibilidade, a extensão e a projeção vocal, além, é claro, da tonicidade da musculatura facial - essencial à boa comunicação. Além de realizar um trabalho de desenvolvimento da percepção auditiva utilizando voz; também se faz necessário estimular a memória por meio de exercícios de imitação rítmica e melódica; proporcionar maior consciência corporal por meio de exercícios de respiração, relaxamento, lateralidade, alongamento e aquecimento corporal; trabalhar a coordenação motora por meio da flauta doce, danças e jogos sonoros; trabalhar conceitos de análise e apreciação musical, como dinâmica, fraseado, estilo, andamentos, e outros, ou seja, partindo da vivência musical dos participantes. (SOUSA; SOUSA, 2019, p. 192).

Sendo assim, nota-se que a aprendizagem musical vai muito além de formar um músico profissional. Compete a ela também, desenvolver múltiplas habilidades humanas e ainda, questões afetivas e sociais dentro dos grupos, corais, entre outros. Admitir novas aprendizagens na velhice é um desafio para todos, partido do enfrentamento dos preconceitos do idoso sobre a sua capacidade; trabalhando numa metodologia que aborde a sensibilização e a iniciação da linguagem musical através de práticas que enaltecem a troca de experiência entre professor e aluno; transformando gradativamente o pensamento de que a aprendizagem musical pode ser adquirida em qualquer idade e faixa etária.

Luz (2005) alerta que existe também uma resistência inicial ao “novo” pelos idosos. Cabe ao professor potencializar o comportamento da autoconfiança e predisposição do idoso, para estimular cada vez mais a aprendizagem, afastando de vez o sentimento de subestimação, tão comum entre eles. Mas o que mais compete a um professor de música quando se trata de aprendizagem para idosos? Quais saberes são importantes para trabalhar com essa faixa etária?

Para Luz (2005) é preciso buscar entender a complexidade do processo de envelhecimento, a prática musical de idosos, além de conhecimentos específicos sobre educação na terceira idade. Considerando tais aspectos, primeiramente o educador musical deve ter uma formação pedagógico-musical, pois os perigos da falta

de conhecimento na área, juntamente com a falta de instrumentação específica para os conteúdos, desqualifica toda a importância da educação musical como ciência e como área do conhecimento. Por conseguinte, o educador que trabalha com um grupo de idosos, por exemplo, não está fazendo apenas uma ação educacional ou promovendo a música como forma de lazer e ocupação para os mesmos. Mas está também, promovendo múltiplos aspectos tais como: sensorial, motor, cognitivo, emocional e social.

O mesmo autor complementa que é necessário que o educador saiba as possibilidades de desenvolvimento da capacidade musical humana, para implementar de maneira eficiente o processo de aprendizagem, estimulando a criatividade através da prática musical. Muitas vezes, os educadores reduzem sua docência para transmitir informações musicais por meio de imitações e repetições, ou pior: com uma narrativa infantilizada, desconsiderando a ampla consciência do aluno idoso sobre as formas e os elementos que se está sendo trabalhado.

2 METODOLOGIA

A pesquisa foi realizada utilizando como estrutura de metodologia a abordagem qualitativa, tendo como método a pesquisa bibliográfica e a coleta de documentos via *Internet* como técnica para a coleta de dados, além de utilizar a análise de conteúdo para a análise dos dados.

2.1 ABORDAGEM

Ao utilizar a abordagem qualitativa, segundo Bogdan e Biklen (1994), busca-se dar importância ao processo descritivo, onde os dados recolhidos são em forma de palavras ou imagens e não por números, quantificação. O pesquisador é o principal mecanismo da pesquisa, que tende a analisar de forma indutiva seus dados, não se importando com resultados ou produtos. O processo tem maior valor, à medida que as abstrações vão sendo construídas e vão se agrupando. Os dados recolhidos podem ser como transcrições de entrevistas, notas de campo, fotografias, vídeos, documentos pessoais, memorandos e outros registros oficiais.

Bogdan e Biklen acrescentam:

Os investigadores qualitativos estabelecem estratégias e procedimentos que lhes permitam tomar em consideração, as experiências sob o ponto de vista do informador. O processo de condução de investigação qualitativa reflete em uma espécie de diálogo entre os investigadores e os respectivos sujeitos, dado estes a serem abordados por aqueles de uma forma neutra. (BOGDAN; BIKLEN, 1994. p. 51).

No caso desta pesquisa, buscou-se analisar artigos científicos com a temática: música, idosos e bem estar, em periódicos científicos de educação musical, saúde e gerontologia, disponíveis *on-line*, os quais serão apresentados no item técnica para a coleta dos dados.

2.2 MÉTODO

Por essa pesquisa se tratar de uma revisão bibliográfica, aplicou-se a o método da pesquisa bibliográfica, que tem como base, materiais já publicados. Segundo Gil (2010) tais materiais são tradicionalmente impressos, como livros, revistas, teses,

dissertações e anais. Porém, com os atuais formatos digitais, encontram-se outros tipos de fontes através da *Internet*. O autor ressalta, ainda, que a principal vantagem desse método é uma cobertura maior para se ter acesso aos materiais desejados, do que aquela onde o pesquisador poderia pesquisar diretamente. Gil (2010, p. 29-30) complementa que a “revisão bibliográfica é elaborada com o propósito de fornecer fundamentação teórica ao trabalho, bem como a identificação do estágio atual do conhecimento referente ao tema”.

Com isso, a *internet* passou-se ser uma importante ferramenta na busca de artigos científicos, teses, dissertações e livros *online*, ampliando as fontes de coleta de dados, otimizando o tempo de procura (através das palavras chaves) e garantindo o andamento da pesquisa, que no contexto pandêmico, a busca por dados impressos não teria tanto êxito.

2.3 TÉCNICA PARA A COLETA DOS DADOS

A revisão bibliográfica desta pesquisa, abordando os temas como música, idosos, saúde e bem estar, foram coletadas através da internet, em *sites* de revistas eletrônicas da área da saúde, gerontologia e da educação musical. A escolha dessa coleta deu-se por ser disponibilizado a qualquer momento um leque enorme de materiais de diferentes regiões do país e do mundo.

Contudo, Freitas *et al.* (2006) alerta que essa facilidade de acesso à informação e conteúdos pode gerar alguns problemas. Os dados textuais são ambíguos e mal definidos, obrigando o pesquisador a realizar uma limpeza de dados, antes de qualquer interpretação. Ou seja, quanto mais dados, maior a complexidade da tarefa. Para driblar essas dificuldades, os autores indicam uma análise aos dados textuais (título, subtítulo, resumo) traçando associações lexicais, revelando assim, as redes semânticas cujo texto contém as ligações ou caminhos para a busca dos dados.

Freitas *et al.* (2006) advertem:

Mas é o analista que deve tomar conhecimento desses substitutos lexicais: as palavras mais frequentes, a utilização mais representativa de acordo com os respondentes, as propensões a associar certos termos e opor outros, etc. Em casos de grandes corpos lexicais, a estatística permite utilizar a redundância da linguagem para reduzir de forma considerável o esforço de leitura e orientar o retorno ao texto a partir das entradas lexicais, as quais somente a estatística pode revelar à curiosidade do pesquisador. (FREITAS *et al.* 2006. p. 123-124).

Nesse sentido, foram pesquisados artigos que abordassem a música como um meio de bem estar e saúde para idosos em diferentes perspectivas. Para isso utilizou-se palavras chaves de acordo com a especificidade do site em que se eram coletados os artigos. Vale ressaltar que os critérios de inclusão foram: Artigos que continham estudos de caso com idosos, onde a música fosse um meio ou complemento na melhora ou não, da saúde e do bem estar dos mesmos.

Nos sites de educação musical, as palavras chaves foram: Idosos; velhos; velhice; envelhecimento e terceira idade. As revistas de educação musical foram: Revista Claves; Em pauta; Música em Perspectiva; Música Hodie; Opus; Orfeu; Ouvirouver; Per Musi; Vortéx e Abem. Dessas 10 revistas eletrônicas de educação musical do Brasil, foram coletados quatro artigos: dois na Revista da Abem, e dois na Revista Vórtex. Todavia, um artigo da Revista Abem foi excluído, pelo fato de não fazer menção à participação de idosos na pesquisa, tratando-se de uma discussão sobre a docência para esse público.

Já nas revistas de saúde, obtidas por meio da busca na Plataforma Sucupira-¹ Qualis¹, selecionando periódicos classificados como Qualis A e B, foram analisadas 21 revistas sendo estas: Boletim da Saúde; Ciência e Saúde Coletiva; Psicologia, Saúde e Doenças; Revista de Saúde Pública; Saúde e Pesquisa; Saúde e Transformação Social; Revista de Saúde e Educação; Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento; Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento; Ciência e Saúde (Poa); Ensaio Saúde e Ambiente; Interface Comunicação Saúde e Educação; Contexto e Saúde; Psicologia e Saúde; Saúde e Desenvolvimento Humano; Revista Família Ciclos da vida e Saúde no Contexto Social; Mudanças Psicologia da Saúde; Trabalho Educação e Saúde; Boletim Informativo Unimotrisaúde em Sociogerontologia; Psicologia e Saúde em Debate; e Revista Integrativa em Saúde e Educação.

Destas, somente seis artigos estavam relacionados com as seguintes palavras-chave: Música; idosos; saúde do idoso; música na medicina e envelhecimento. Os artigos se encontraram: um na revista Ciência e Saúde Coletiva; um na revista Saúde e Pesquisa; dois na revista Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento; e mais dois na revista brasileira de ciências do envelhecimento. Porém, após leituras de

¹ Plataforma Sucupira, no site <https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/#>.

resumo, foram excluídos três artigos, sendo um que não se tratava de música na promoção de saúde para os idosos, por mais que utilizasse ela como instrumento em sua pesquisa e outros dois artigos foram descartados, por não apresentarem seus textos completos no *site* da revista.

Dando sequência para a coleta dos dados, outra ferramenta de busca foi requerida. Através do acesso *online* ao Portal de periódicos da Comunidade Acadêmica Federada (CAFE), foram encontrados 10 artigos de diferentes revistas do Brasil e até estrangeiras. No entanto, somente dois artigos foram incluídos nesta revisão bibliográfica. Os demais artigos apresentaram: erro no acesso; escritos em outros idiomas; se tratavam de revisões bibliográficas; ou não utilizavam idosos na pesquisa.

Por fim, como última ferramenta de busca, buscou-se em mais duas revistas na área da gerontologia. As revistas foram: Kairós Gerontologia e a Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, as palavras-chave utilizadas foram música e saúde do idoso. Ao todo foram obtidos 14 artigos, todos da revista “Kairós Gerontologia”. Destes, nove artigos foram descartados, pelos seguintes motivos: cinco artigos não possuíam o elo dos três temas propostos pela pesquisa (saúde, idoso, música); dois tratavam-se de revisões de literaturas; e dois artigos não utilizavam idosos na pesquisa, somente dissertavam sobre eles. Após a coleta de dados e uma breve varredura dos dados, para uma interpretação mais detalhada, foi utilizada a técnica para a análise de dados, explicitada a seguir.

2.4 TÉCNICA PARA A ANÁLISE DOS DADOS

A análise dos dados dirigiu-se por meio da análise de conteúdo, que se constitui como um método de descrever e interpretar os conteúdos como documentos e textos. Segundo Moraes (1999), através de descrições sistemáticas qualitativas, como codificação e categorização, são reinterpretados os dados que irão atingir outra compreensão sobre os seus significados. Nesse sentido, a análise de conteúdo se desenvolveu observando as etapas propostas pelo autor, que consistem em: Preparação das informações; transformação dos conteúdos em unidades; classificação das unidades em categorias; descrição e, por fim, interpretação.

Após leitura prévia de 34 artigos, coletados em 33 revistas eletrônicas da área da saúde, música e gerontologia, iniciou-se o processo de preparação dos materiais, estabelecendo-se um código que possibilitasse identificar rapidamente cada elemento da amostra de documentos a serem analisados. Os 34 artigos estavam divididos de acordo com a área da revista ou conforme a plataforma de busca em que foram encontrados, sendo quatro artigos coletados nas revistas de educação musical; seis artigos coletados das revistas de saúde; 10 artigos coletados da Plataforma Sucupira-Qualis; e finalizando com 14 artigos coletados em revistas de gerontologia.

Na categorização dos artigos, foram destinadas as diferenciações conforme as funções em que a música desempenhava na saúde e no bem estar dos idosos. Para isso, foi utilizado como parâmetro o quadro conceitual desenvolvido por MacDonald (2013). As categorias foram: musicoterapia, música comunitária, uso da música no dia a dia, música na medicina e educação musical. Nesse processo, foram excluídos os artigos que não se adequavam aos critérios dessas categorias. No capítulo “resultados e análises dos dados” tais critérios serão explicitados.

Segundo Moraes (1999), a última etapa da análise é a interpretação, a qual foi executada, a partir das relações encontradas na etapa anterior, em diálogo com o referencial teórico. Após a leitura completa dos artigos selecionados, chegou-se ao total de 13 artigos de sete revistas das áreas abordadas neste trabalho, como será apresentado a seguir.

3 RESULTADOS E ANÁLISE DOS DADOS

A análise dos dados, como dito, resultou em 13 artigos de sete revistas de diferentes áreas como: saúde, educação musical e gerontologia. Os artigos se dividiram em quatro categorias para a discussão dos resultados, sendo elas: Musicoterapia; Música comunitária; Música na medicina e Educação Musical.

A categoria Música no dia a dia, que se encontra junto ao quadro conceitual de MacDonald ficou de fora dos resultados, pois nenhum artigo se enquadra nesse conceito, apesar de estar entrelaçado nos demais artigos. Vale lembrar que, de acordo com o referencial (Hummes, 2004; Luz, 2005; Silva Junior, 2016) tais áreas não estão isoladas uma das outras, mas são multidisciplinares, interrelacionando-se.

3.1 MUSICOTERAPIA

Para essa categoria foram selecionados cinco artigos. Como já visto no capítulo dos Conceitos Operacionais, Silva Júnior (2019) define a musicoterapia como uma das áreas que utiliza a música na promoção de saúde e de bem estar. Ela pode ser definida de diversas maneiras, mas o aspecto mais importante a salientar é que a musicoterapia tem uma relação terapêutica com o paciente. Ou seja, o objetivo principal é promover benefícios psicológicos ou fisiológicos. Outro aspecto importante, é que essa terapia com a utilização da música deve ser feita por musicoterapeutas, pois se tratam de profissionais capacitados e com ferramentas metodológicas específicas para esse tipo de procedimento. Diante desse conceito bem definido, foi possível classificar os cinco artigos.

O primeiro artigo “A Musicoterapia na Doença de Parkinson”, já foi possível prever, em qual categoria seria enquadrado. Côrte (2008) faz uma entrevista com 10 idosos que possuem Parkinson, por intermédio da Associação Brasil de Parkinson Paulistana. Entre os objetivos, estava a curiosidade em verificar, a partir de narrativas pessoais, qual a importância de práticas alternativas com elementos sonoro-rítmico-musicais (tocar um instrumento, cantar em grupo) como forma terapêutica para idosos com doença de Parkinson. Conforme coleta e análise dos dados, a autora constatou que a musicoterapia é uma excelente via no tratamento da doença, minimizando seu

sofrimento, fazendo-o conviver com ela e implicando uma mudança na própria relação do idoso, com a doença de Parkinson.

O segundo artigo incluído nessa categoria, também por se tratar do mesmo tema “A Musicoterapia no fortalecimento da comunicação entre os idosos institucionalizados”, Araújo *et al.* (2016) investigam se a musicoterapia promove o fortalecimento da comunicação entre os idosos institucionalizados. Ao todo, 17 idosos participaram dessa pesquisa. As sessões eram divididas em três partes: Primeiro aquecimento, diálogo, exercícios respiratórios e de alongamento; segundo desenvolvimento, aplicação de técnicas musicoterapêuticas para a realização da terapia (teste projetivo sonoro musical, ficha de Identidade Sonora do idoso, entre outros); e Terceiro fechamento/conclusão e depoimentos dos participantes. Os resultados mostraram que a musicoterapia entre idosos institucionalizados pode contribuir para o fortalecimento da comunicação, propiciando a sua socialização junto a profissionais e funcionários, além de consequentes sinais de recuperação da autoestima. Os autores concluíram que, apesar da idade avançada, as habilidades e os conhecimentos ainda podem ser adquiridos, como os de compor ou interpretar música, assim como terem estimulado seu exercício de habilidades físicas e mentais.

O terceiro artigo, “Análise de conteúdo de Procedimentos Musicoterapêuticos em Pacientes Idosos da Atenção Domiciliar” Miranda *et al.* (2018) trataram de analisar os procedimentos musicoterapêuticos, realizados em 10 pacientes idosos, na faixa etária de 63 a 94 anos, com doenças crônicas, inseridos na atenção domiciliar de uma empresa que presta serviços de Assistência Domiciliar, com uma equipe de musicoterapeutas. A aplicação dos procedimentos foi individualizada, com tratamento personalizado, de acordo com a especificidade do paciente. Após a análise de relatórios e das sessões semanais de 60 minutos, durante quatro meses, as autoras observaram diversos benefícios em diferentes aspectos como: físico, emocional, comunicacional, social, cognitivo, musical, espiritual e autoconsciência.

O quarto artigo, ainda abordando o tema musicoterapia, chamado “O tempo emocional e o tempo cronológico nos encontros de musicoterapia com idosas institucionalizadas” tratou de investigar o que expressam as idosas nas interações verbais e musicais, nos encontros de musicoterapia, na perspectiva da dualidade do tempo emocional e cronológico. Os autores Bollini e Santos (2020) realizaram a pesquisa em uma instituição de longa permanência feminina com idosas entre 66 a

86 anos. Através de gravações de áudio, relatórios e diário de campo foi possível coletar dados desses encontros terapêuticos, contendo falas em destaque sobre juventude, família, o processo de envelhecimento e música. Após análise, foi concluído que a musicoterapia se mostrou como uma mediadora ao resgate de memórias afetivas e no prazer de ouvir e cantar músicas para as idosas institucionalizadas.

Como último artigo dessa categoria, “A música como prática integrativa complementar em idosos institucionalizados”, Pscheidt e Pereira (2021) realizaram a pesquisa em uma Instituição de Longa Permanência com 10 idosos que estivessem residindo na instituição por pelo menos dois meses. O objetivo das autoras foi analisar os efeitos terapêuticos da música na promoção de saúde em idosos de uma instituição de longa permanência. Para isso, foram aplicados como instrumentos de avaliação, o questionário MEEM (miniexame do estado mental) e o WHOQOL-OLD (não especificado). Os mesmos foram aplicados pré e pós-intervenção, totalizando 10 encontros com duração de 45 minutos. Ao término, foi aplicado, ainda, um questionário de satisfação dos participantes. Como resultados, o MEEM obteve aumento na avaliação e no WHOQOL-OLD foi observado aumento pós-intervenção nos domínios de autonomia, atividades passadas, presentes e futuras e no domínio da intimidade. A satisfação dos pacientes em participar da pesquisa foi positiva. Por fim, foi concluído que a musicoterapia apresenta resultados positivos para a melhora do cognitivo, qualidade de vida, e na socialização dos idosos de uma ILP.

Ao finalizar as leituras dos cinco artigos, foi possível observar que a intervenção musicoterapêutica tem muita eficácia com os idosos, com diferentes realidades físicas, psicológicas e sociais. A musicoterapia tem cada vez mais espaço em revistas de saúde, pois vem se mostrando uma área competente e importante como alternativa de terapia em idosos e em pacientes com doenças crônicas.

3.2 MÚSICA COMUNITÁRIA

Para essa categoria foram selecionados três artigos. A música comunitária se caracteriza por uma intervenção musical fora do contexto formal de educação. Silva Junior (2019) afirma que o objetivo primário seria o acesso a atividades artísticas fora dos contextos convencionais de ensino, em que o foco não está no desenvolvimento

de habilidades específicas, mas no social, no agradável, gerando benefícios não-musicais. Pode ser denominado, também, como música recreativa. Na música comunitária é bem comum a utilização de coros comunitários ou coros da terceira idade, mostrando que ela tem interface com as outras áreas como a musicoterapia e a educação musical.

O primeiro artigo, “A poesia cantada, com idosos asilados, na possível reconstrução do imaginário”. Os autores Schlögl *et al.* (2012) não apresentam claramente no texto qual é o objetivo. Trata-se do recorte de uma intervenção maior, em que descrevem a formação de um coral e parecem justificar a intervenção, com a intenção de intensificar os vínculos afetivos entre os residentes, e foram feitas análises com o Arquétipo Teste dos nove elementos (AT-9). Os resultados foram apresentados em relação ao imaginário dos idosos, considerando que as canções são de posse de cada um dos sujeitos, pois cada música tem a sua época e os meios de comunicação e, portanto, estão associados a nossa história, as nossas emoções.

No segundo artigo “O canto como sopro de vida: um estudo dos efeitos do canto coral em um grupo de coralistas idosas”, Prazeres *et al.* (2013) realizaram uma pesquisa com 21 idosas de um coral vinculado a uma Universidade Aberta da Terceira Idade, objetivando analisar como na prática do lazer, expressam-se, no canto coral, a música e as memórias geradas pelas canções antigas que influenciavam na qualidade de vida das idosas. Foram realizadas entrevistas, questionários e a Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR). Após a coleta e análise dos dados, os autores observaram um aumento na autoestima dos idosos que fazem coral há mais de seis meses. Também foram observados alguns benefícios, como bem estar, socialização, auto entrega, perseverança, entre outros. Concluiu-se que o canto coral e seus elementos, possibilitam uma melhora na saúde física e mental de mulheres idosas.

O último artigo da categoria música comunitária é “A simbologia da música erudita aplicada a utentes institucionalizados”, em que Fernandes (2016) aborda a música erudita como forma de animação para utentes/idosos com doenças crônicas, degenerativas e distúrbios psiquiátricos. Entre os objetivos, buscou-se averiguar qual o significado da apreciação musical utilizando a música erudita, na qualidade de vida dos utentes institucionalizados. Através de apresentações ao vivo de músicos ou por gravações de áudio, a autora fez algumas observações e questionários com idosos de diferentes lares na região de Lisboa, Portugal. O repertório erudito, com músicas

de Bach, Vivaldi, Mozart entre outros, geraram diferentes sentimentos e emoções ao público, entre eles, prazer em ouvir os instrumentos, alegria e tristeza. Além de despertar uma comunicação, saindo palavras, gestos e expressões faciais. Em suas considerações, Fernandes (2016) diz que a música erudita pode trazer uma melhora na qualidade de vida para os idosos, propondo um elo comunicativo das emoções com o corpo e mente.

3.3 MÚSICA NA MEDICINA

Para essa categoria foram incluídos três artigos. A música na medicina se configura quando a música está promovendo saúde e bem estar em contextos médicos. Como já abordado em capítulos anteriores, há diferenças entre a musicoterapia e a música em medicina, apesar de possuírem objetivos em comum. As principais diferenças estão em quem aplica a intervenção musical e o protagonismo da música nos espaços clínicos. Segundo Silva Júnior (2019) a música na medicina é realizada por profissionais da área médica, como médicos e enfermeiros, e não por musicoterapeutas. Outro ponto importante é que na musicoterapia a música exerce uma influência direta no paciente, pois ela é a forma terapêutica. Já na música na medicina, a música entra como elemento complementar, sendo aplicada durante cirurgias, anestésias, pediatria, entre outros.

Sabendo dessas distinções, apresenta-se o primeiro artigo intitulado "Os efeitos da música em idosos com doenças de Alzheimer de uma instituição de longa permanência" (ALBUQUERQUE *et al.*, 2021) abordam os efeitos da música em idosos com Alzheimer. As autoras são da área de enfermagem e, portanto, estão na categoria de música na medicina. Albuquerque *et al.* (2012) aplicaram sessões musicais com cinco idosos (80% masculino, 20% feminino) com Alzheimer em uma IPLI de Maceió/AL, utilizando um formulário semiestruturado de entrevistas; o instrumento de acompanhamento do idoso (contendo informações do idoso e as descrições das reações e expressões antes durante e após das sessões); e o diário de campo onde constavam as impressões percebidas pelas pesquisadoras. Os resultados e as discussões apontados foram sobre quatro eixos temáticos: A música no resgate das memórias e experiências vividas, sentimentos proporcionados pela música, reações corporais e a influência da música no controle da dor. Nas considerações finais as

autoras explicam que os efeitos da música foram benéficos, em sua maioria, pois proporcionaram aos idosos a sensação de bem-estar, relaxamento, distração, recordações agradáveis e conforto. Também foi observado, em geral, que em algumas sessões causaram efeitos adversos, pelo fato de os idosos apresentarem-se cansados, famintos ou sonolentos.

O segundo artigo, intitulado “Efeitos do uso de um aplicativo com estimulação auditiva rítmica com música associado a um protocolo de fisioterapia sobre a marcha e a mobilidade funcional da doença de Parkinson: uma série de casos”, apresenta a música como complemento numa sessão de fisioterapia. Gondim *et al.* (2020) descrevem os efeitos do uso de um aplicativo com Estimulação Auditiva Rítmica (EAR) com música, associado a um protocolo de fisioterapia com pessoas portadoras de Doença de Parkinson (DP). Tratou-se de uma série de casos com seis idosos no estágio moderado da DP idiopática, sendo três homens e três mulheres cadastrados em um programa de referência de um hospital universitário do nordeste do Brasil. Foram aplicados alguns testes fisioterapêuticos, como o teste de caminhada de 10 metros (TC10m) e o teste *Timed Up & Go* (TUG), durante 10 sessões, em duas vezes na semana. As músicas escolhidas para cada paciente foram de acordo o incremento médio de 10% da cadência do ritmo, para cada música. Após verificação dos dados, os resultados se mostraram com ganhos nos parâmetros espaço-temporais da marcha no teste TC10m, além da redução do tempo no teste TUG. A conclusão foi de que o uso de um aplicativo com EAR com música associado a um protocolo de fisioterapia promoveu ganhos sobre a marcha e mobilidade funcional na população estudada.

O terceiro artigo foi “Efeitos do uso da música em pessoas idosas institucionalizadas” (FERREIRA; FAUSTINO, 2020). O objetivo da pesquisa foi relatar as respostas emocionais e físicas da utilização de música observados em idosos de uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI), localizada em Brasília/DF. Ferreira e Faustino (2020) aplicaram um estudo etnográfico selecionando seis idosos, seguindo alguns critérios, como aceitação em participar das sessões de música e apresentar capacidade auditiva e cognitiva para responder às perguntas contidas nas entrevistas. Os idosos participantes foram submetidos, ainda, a uma pesquisa sobre as preferências musicais, em que a partir dos resultados, os pesquisadores pudessem montar as *playlists* para cada um. Todo o processo de avaliação foi realizado de forma

individual, com a realização de três a cinco sessões com a duração de 45 minutos. Entre os resultados foi observada uma capacidade geradora de interação auditiva-motora no cérebro dos participantes. Através de estímulos sonoros, os idosos foram capazes de bater os pés e mãos no ritmo da música; ter expressões de sentimentos, como alegria, saudade e tristeza; e expressões faciais/corporais. Por fim, os autores concluíram que a terapia musical alternativa seria uma potencial ferramenta facilitadora para ativação da memória e das emoções, bem como para a manutenção de funções motoras.

Importante salientar que a categorização deste artigo em música na medicina, foi devido ao fato que os pesquisadores são da área médica e não musicoterapêutica, por mais que utilizassem métodos similares em suas pesquisas.

3.4 EDUCAÇÃO MUSICAL

Como última categoria do capítulo resultados e análises dos dados tem-se a educação musical. Ela inclui dois artigos que se configuram como objetivo primário, que é desenvolver habilidades musicais por meio de aulas de música. Contudo, como já dito, a educação musical pode promover objetivos secundários na saúde e no bem estar, de modo que desenvolve habilidades não musicais. Barcellos (2016) ressalta que há uma grande diferença em se ter objetivos terapêuticos ou em uma utilização que tenha efeitos terapêuticos sem que o trabalho tenha o objetivo de ser terapêutico. (apud SILVA JUNIOR, 2019).

Com essas afirmações, parte-se para o primeiro artigo, “O tempo musical no tempo do sujeito: ouvindo fazedores de música da idade madura” (RENNER; BAYER, 2007), que traz, em seus objetivos gerais, investigar quais as razões que levam os idosos a praticarem música, e qual a repercussão dessas práticas na qualidade de vida dos mesmos. Para essa pesquisa, Renner e Bayer (2007) utilizaram a metodologia histórias de vida, que incluiu relatos orais e entrevistas abertas, valorizando o subjetivo, o qualitativo e o afetivo, enfatizando as experiências de vida. O trabalho apresenta relatos dos músicos e cantores participantes (amadores e profissionais) e de profissionais que trabalham com pessoas idosas, reconhecendo a importância da educação musical na sua formação, e para a terceira idade. As entrevistas tiveram roteiros como: trajetória musical, prática atual, escolhas musicais,

contribuição do fazer musical para a qualidade de vida e sugestões para expandir a prática musical. As autoras afirmam em suas considerações finais, que o fazer musical é um processo educativo que ativa e integra as faculdades da mente, entre elas a sensibilidade, razão, intelecto e emoção, e enfatiza que a aprendizagem musical é importante para uma longevidade sadia de adultos maduros.

O segundo artigo “O canto coral e a terceira idade: o ensaio como momento de grandes possibilidades” (ALMEIDA, 2013), tem como foco verificar as possibilidades pedagógicas de afinação vocal e ritmo, em um coro da terceira idade (faixa etária de 54 a 93 anos). Almeida (2013) relata que todas as situações pedagógicas, desde o planejamento até na apresentação do coro, foram documentadas via gravações e relatórios. Em seu planejamento havia atividades de alongamento; aquecimento vocal e corporal; ensaio por naipes; e, por fim, ensaio coletivo. A pesquisa teve por base a observação durante um período de 13 meses. O grupo “Os jovens de Ontem”, como era chamado, compunha-se de 28 coralistas, sendo eles: 13 sopranos, oito contraltos, e sete tenores. Quanto ao repertório, as músicas eram escolhidas pelo regente conforme as possibilidades vocais do grupo. Em sua conclusão, Almeida (2013) diz que o processo teve uma pequena evolução nas questões de ritmo e afinação; quando se trata de idosos, tudo leva mais tempo para aparecer. Não se pode cobrar grandes desempenhos musicais, pois o objetivo não é esse. Reforça, ainda, que todos são aptos para cantar e é perceptível o desejo do grupo em cantar, de se sentirem úteis e importantes quando estão no coral.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho buscou contribuir para uma possível mudança de pensamento sobre o lugar do idoso na sociedade, pois se acredita na ressignificação da velhice, com possibilidade de mais saúde e bem estar, inclusão social, suporte familiar e possibilidades de aprendizagens. Não podemos mais tratar o envelhecimento como uma doença, ou subestimar as capacidades físicas e psicológicas dos idosos, mesmo sabendo que as mudanças acontecem, mas buscando uma velhice ativa, as aprendizagens e vivências ainda podem ser bem sucedidas.

As funções da música, sob ponto de vista social ou da saúde, revelam ainda mais de que a música vai além de entreter os indivíduos de uma sociedade. Ela está presente no cotidiano de todas as pessoas e exerce várias funções, dependendo da situação em que estiver inserida. Compreender essas funções abrange o conhecimento das múltiplas possibilidades que a música pode contribuir para os idosos e reforça ainda, que a música é muito mais complexa e multidisciplinar do que aparenta ser.

As pesquisas abordando música e idosos ainda estão muito relacionadas às áreas da musicoterapia e da medicina, como forma de tratamento para doenças crônicas ou degenerativas. Pouco se sabe, ainda, do poder da música como prática de socialização através de coros e encontros musicais. Poucos estudos que falam sobre a educação musical na terceira idade. Logo, os conhecimentos pedagógicos musicais de um educador musical para trabalhar com esse tipo de público, quase não se tem registros.

Pode-se levantar algumas hipóteses quanto à educação musical e idosos: As atividades musicais com idosos não estão sendo publicadas, ou estão sendo publicadas/divulgadas em outros periódicos, (fora da educação musical, saúde ou gerontologia) ou em outras mídias.

Portanto, é importante conhecermos e pesquisarmos ainda mais sobre os benefícios da música e, principalmente, a relação entre aulas de música e habilidades cognitivas não musicais com os idosos. O contato com a música tem potencialidades tanto nas habilidades de performance e conhecimento musical, quanto em promover saúde e bem estar. Seja através de intervenções terapêuticas; o acesso às atividades artísticas; à socialização de grupos; alívio de dores; redução da ansiedade; resgate

de memórias, relaxamento; controle da pressão arterial, evocação de sentimentos; entre outros benefícios.

Diante disso, pode-se concluir que o envelhecimento, assim como as outras etapas do ciclo vital, é marcado por vários desafios. Mas também, é possível descobrir muitos pontos positivos, desde que se encare a vida com otimismo, disposição e vontade de ser feliz, se preparando para ter um envelhecimento saudável, pois muito do que seremos, dependerá das nossas escolhas. A música tem uma contribuição importante para essa etapa da vida, fortalecendo o convívio social, a liberdade de expressão, e uma aprendizagem musical com êxitos, melhorando a saúde, o bem estar e a vontade de viver.

REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, Maria C. S; NASCIMENTO, Luciana O. LYRA, Sarah T. TREZZA, Maria C.S.F. BRÊDA, Mércia Z. Os efeitos da música em idosos com doenças de Alzheimer de uma instituição de longa permanência. **Revista Eletrônica de Enfermagem**. UFG. Goiás, Brasil. abr/jun v.14(2), 2012. p.404-413. Disponível em: <<https://www-periodicos-capes-gov-br.ez214.periodicos.capes.gov.br>> Acesso em: 13 out. 2021.
- ALMEIDA, Matheus Cruz Paes de. O canto coral e a terceira idade - O ensaio como momento de grandes possibilidades. **Revista da Abem**. Londrina. v.21, n.31, jul.dez 2013 p.119-133 Disponível em: <<http://www.abemeducacaomusical.com.br/revistas/revistaabem/index.php/revistaabem/search/results>> Acesso em: 09 set. 2021.
- ARAÚJO, L. F. de; SANTOS, L. M. S; AMARAL, E. de B; CARDOSO Anna C. de A. NEGREIROS, F. A Musicoterapia no fortalecimento da comunicação entre os idosos institucionalizados. **Revista Kairós Gerontologia**, v. 19, n. 22. São Paulo: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP 2016. p. 191-205. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/search/search?csrfToken=2d71faf55752fc8f2b5a7b17acf03664&query=m%C3%BAsica+e+idosos>> Acesso em: 26 set. 2021.
- BEAUVOIR, Simone de. **A velhice**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.
- BOGDAN, Robert C.; BIKLEN, Sari Knopp. **Investigação qualitativa em educação - uma introdução à teoria e aos métodos**. Porto: Porto Editora, 1994.
- BOLLINI, Laura B.; SANTOS, Hermes S. dos. O tempo emocional e o Tempo cronológico nos encontros de musicoterapia com idosos institucionalizadas. **Revista InCantare**. Curitiba. v.12 n.1. jan/jul. 2020. p. 72-94 Disponível em: <<http://periodicos.unespar.edu.br/index.php/incantare/article>> Acesso em: 26 set. 2021.
- BORGES, Marianna Braga de Oliveira. **A produção de conhecimento sobre o envelhecimento humano: aspectos históricos e sociais**. Monografia (Graduação em Psicologia) – Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2007.
- BOSI, Ecléa. **Memória e sociedade: lembranças de velho**. São Paulo: Companhia das Letras, 1994.
- CÔRTE, Beltrina. A Musicoterapia na Doença de Parkinson. **Revista Ciência e Saúde Coletiva**. 2008. Está disponível em: <<http://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/a-musicoterapia-na-doenca-de-parkinson/1663>> Acesso em: 06 set. 2021.
- DEBERT, G . G. Velhice ou terceira idade? Estudos antropológicos sobre identidade, memória e política. In: BARROS, M. (Org.). **A Antropologia e o estudo dos grupos**

e das categorias de idade. Rio de Janeiro: Fundação Getúlio Vargas, 2009, p. 69-85.

DOLL, Johannes. Educação, cultura e lazer: perspectivas de velhice bem-sucedida. In: NERI, Anita Liberalesso (Org.). **Idosos no Brasil: Vivências, desafios e expectativas na terceira idade.** São Paulo: SESCSP, 2009. p. 109-123.

FERNANDES, Maria H. A simbologia da música erudita aplicada a utentes institucionalizados. **Revista Kairós Gerontologia**, v. 19, jul/set. São Paulo, Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP 2016 p.09-28. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/search/search?csrfToken=2d71faf55752fc8f2b5a7b17acf03664&query=m%C3%BAsica+e+idosos>> Acesso em: 26 set. 2021.

FERREIRA, Vitor. H. S.; FAUSTINO, Andréa. M. Efeitos do uso da música em pessoas idosas institucionalizadas. **Revista Kairós Gerontologia**, v. 23. São Paulo, Brasil: FACHS/NEPE/PUC-SP. 2020. p. 331-345. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/search/search?csrfToken=2d71faf55752fc8f2b5a7b17acf03664&query=m%C3%BAsica+e+idosos>> Acesso em: 26 set. 2021.

FREITAS, Henrique; JANISSEK-MUNIZ, Raquel; BAULAC, Yves; MOSCAROLA, Jean. **Pesquisa via Web: Reinventando o papel e a ideia da pesquisa.** Canoas: Sphinx, 2006. Disponível em: <https://www.sphinxbrasil.com/uploads/files/PESQUISA_VIA_WEB_Reinventando_o_papel_e_a_ideia_de_pesquisa_2006.pdf> Acesso em: 13 ou. 2021.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

GONDIM, Ihana T. G. O.; AZEVEDO, Izaura M.; LINS, Otavio G.; LINS, Carla C. S.; CORIOLANO, Maria das G. W. S. Efeitos do uso de um aplicativo com estimulação auditiva rítmica com música associado a um protocolo de fisioterapia sobre a marcha e a mobilidade funcional da doença de Parkinson: uma série de casos. **Revista Estudos Interdisciplinares sobre o envelhecimento.** Porto Alegre, v. 25, edição especial, 2020. p. 100-114. Disponível em: <<https://seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/118159>> Acesso em: 26 set. 2021.

HADDAD, Eneida Gonçalves Macedo. **A ideologia da velhice.** São Paulo: Cortez Editora, 1986.

HUMMES, Júlia Maria. Por que é importante o ensino de música? Considerações sobre as funções da música na sociedade e na escola. **Revista da Abem,** Porto Alegre, v. 11, 2004. p. 17-25. Disponível em: <<http://www.abemeducacaomusical.com.br/revistas/revistaabem/index.php/revistaabem/search/results>> Acesso em: 06 jun. 2021.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Estatísticas sociais.** 2021. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de->

[imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/29502-em-2019-expectativa-de-vida-era-de-76-6-anos](https://www.impreza.com.br/imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/29502-em-2019-expectativa-de-vida-era-de-76-6-anos) Acessado em: 05 de jul. 2021.

LIMA, Ângela Maria Machado; SILVA, Henrique Salmazo da; GALHARDONI, Ricardo. Envelhecimento bem-sucedido: trajetórias de um constructo e novas fronteiras. **Interface – Comunicação, Saúde, Educação**, Botucatu, v. 12, n. 27, out./dez. 2008, p. 795-807. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/icse/v12n27/a10v1227.pdf>> acesso em: 15 et. 2021.

LUZ, Marcelo Caires. **A Educação Musical na Terceira Idade: uma proposta metodológica da Sensibilização e Iniciação à Linguagem Musical**. Dissertação de Mestrado. Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. São Paulo: 2005, 111 páginas. Disponível em: <<https://sapiencia.pucsp.br/bitstream/handle/12402/1/Dissertacao%20Luz%20M%20C.pdf>> Acesso em: 27 out. 2021.

MIRANDA, Claudia B.; FREIRE, Marina H.; RIBEIRO, Ana P.; VIEIRA, Samana B.; LOPES, Sheila S. S. Análise de Conteúdo de Procedimentos Musicoterapêuticos. **Revista InCantare**. Curitiba. v. 9, n. 2 jul./dez. 2018. p. 28-43. Disponível em: <<http://periodicos.unespar.edu.br/index.php/incantare/article/view/2703>> Acesso em: 26 set. 2021.

MORAES, Roque. **Análise de conteúdo**. Revista Educação, Porto Alegre, v. 22, n. 37, p. 7-32, 1999.

NERI, Anita Liberalesso. **Psicologia do envelhecimento: temas selecionados na perspectiva de curso de vida**. Campinas, SP: Papirus, 1995. p.13-40.

PRAZERES, M. M. V.; LIRA, L. C.; LINS, R. G.; CÁRDENAS, C. J.; MELO, G. F.; SAMPAIO, T. M. V. de. O Canto como Sopro da Vida: um estudo dos efeitos do Canto Coral em um grupo de coralistas idosas. **Revista Kairós Gerontologia**, v. 16, São Paulo, Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP 2013. p.175-193. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/search/search?csrfToken=2d71faf55752fc8f2b5a7b17acf03664&query=m%C3%BAsica+e+idosos>> Acesso em: 26 set. 2021.

PSCHEIDT, Thaynara Sabrine; PEREIRA, Paty Aparecida. A música como prática integrativa complementar em idosos institucionalizados. **Revista Saúde e Meio Ambiente**. v. 10,2021. p. 16-28. Disponível em: <<http://www.periodicos.unc.br/index.php/sma/article/view/2557>> Acesso em: 26 set. 2021.

RENNER, Katia K.; BEYER, Esther. **O tempo musical no tempo do sujeito: ouvindo fazedores de música da idade madura**. Revista Estudos Interdisciplinares do Envelhecimento, Porto Alegre, v. 11, 2007. p. 103-122. Disponível em: <<https://seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/4815/2713>> Acesso em: 26 set. 2021.

SCHLÖGL, Alberlei; LOUREIRO, Altair M. L.; SANTOS, Marcos F.; CÁRDENAS, Carmem J. de; BEZERRA, Armando J. C. A poesia cantada com idosos asilados na possível reconstrução do imaginário. **Revista Kairós Gerontologia** v.15(5) São

Paulo, Brasil:FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP 2012. p.141-167. Disponível em:<<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/search/search?csrfToken=2d71faf55752fc8f2b5a7b17acf03664&query=m%C3%BAsica+e+idosos>> Acesso em: 26 set. 2021.

SILVA JÚNIOR, José Davison da. Música, saúde e bem-estar: aulas de música e habilidades cognitivas não musicais. **Revista da Abem**, v. 27, n. 42, jan./jun. 2019. p. 36-51. Disponível em: <<http://www.abemeducacaomusical.com.br/revistas/revistaabem/index.php/revistaabem/search/results>> Acesso em: 06 jun. 2021.

SOUSA, Raquel Bianca Castro de; SOUSA, Letir Silva de. **Processos educacionais e artísticos da performance musical: uma prática com propósito**. (Org) Projeto “Música na Maturidade” da fames possibilidades de uma educação libertadora por meio do canto coral e flauta doce. Cap. 17. Ponta Grossa, PR: Atena Editora, 2019. p. 189-198. Disponível em: <<https://www.atenaeditora.com.br/post-artigo/32862>> Acesso em: 27 out. 2021.