



## **AÇÕES DO PROJETO DE EXTENSÃO MUSICOTERAPIA NA LONGEVIDADE SAUDÁVEL EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS NA CIDADE DE PICOS-PI**

BRITO, Maria Eduarda de Sousa <sup>1</sup>; SILVA, Jefferson Noronha Bezerra <sup>2</sup>;  
SILVA, Aylla de Sousa <sup>3</sup>; JÚNIOR, Denilton Alberto de Sousa <sup>4</sup>

<sup>1</sup> Universidade Federal do Piauí, maria008sj@hotmail.com

<sup>2</sup> Universidade Federal do Piauí, jeffnbs@ufpi.edu

<sup>3</sup> Universidade Federal do Piauí, ayllasilvaa98@gmail.com

<sup>4</sup> Universidade Federal do Piauí, moncilenecampos@outlook.com

**PALAVRAS-CHAVE:** Idoso; Musicoterapia; Relações Comunidade-Instituição.

**Introdução:** Com o passar dos anos, o número de idosos tem aumentado de forma considerável em todo o mundo e estima-se que até o ano de 2025 o Brasil estará classificado como sexto lugar em número no que se refere a essa população.<sup>1</sup> Desse modo, medidas preventivas capazes de proporcionar uma qualidade de vida melhor e fazer com que os longevos vivam o seu envelhecimento com mais dignidade e oportunidades de assistência à saúde e uma experiência com mais realizações e bem-estar, tem sido adotadas. Entre esses idosos estão aqueles que coabitam em Instituições de Longa Permanência para Idosos e pressupõe que, em um futuro não muito distante, o número de indivíduos institucionalizados nessa faixa etária, aumente ainda mais, em virtude que um grande número de famílias não possuem condições habitacionais, socioeconômicas e até mesmo tempo para assumirem os cuidados.<sup>2</sup> Muitas vezes, por sentirem-se abandonados pelos familiares e presumirem que já estão em uma idade que existem múltiplas limitações físicas e até mesmo cognitiva, o convívio pode passar a ser monótono e deprimente. Levando em consideração que a Síndrome Cerebral Orgânica e a depressão são, comumente, observadas nessa faixa etária,<sup>3</sup> torna-se ainda mais preocupante quando a falta de estimulação das funções cognitivas e físicas para com esses, é escassa. No entanto, há variadas maneiras de intervir e proporcionar uma qualidade de vida melhor, podendo transformar os dias mais prazerosos, além de atuarem no controle das funções corporais desses indivíduos. Nessa perspectiva, uma das maneiras de intervenção é a utilização da terapia realizada através da música que, além de estimular as funções cerebrais, pode servir de apoio para diversos tratamentos. A musicoterapia é uma forma lúdica de fazer com que os longevos se tornem mais ativos, estimulando o físico, emocional e a vida social dos mesmos, onde muitas vezes é prejudicada pela falta de encorajamento. Além do seu poder terapêutico, resultados positivos foram apontados em pesquisas investigativas da neurociência da música.<sup>1</sup> Ademais, essa forma de interação faz com que os idosos possam criar, fomentar e manter a comunicação, tendo como resultado a sua criatividade já perdida com o passar dos anos, revigorada. Destarte, quando o envelhecimento passa a ser encarado de maneira ativa, aumenta a expectativa de vida desses indivíduos. Mesmo diante de inúmeros benefícios que a musicoterapia pode ofertar perante o processo de envelhecimento, pouco se vê a utilização de determinada estratégia nessas instituições. Nesse sentido, as atividades de extensões universitárias são ações que perpassam os muros das Universidades e, quando realizadas em Instituições de Longa Permanência para Idosos utilizando a musicoterapia como ferramenta, proporciona que novos métodos que promovem saúde sejam efetivados na convivência dos residentes dessas instituições. Nessa conjuntura, a ação supracitada justifica-se, pois possibilita melhorias na qualidade de vida e coadjuva para uma longevidade mais ativa e saudável. Essa medida, além de necessária, é estratégica, pois colabora como tratamento não farmacológico em combinação ao farmacológico em diversas patologias. Diante disso, este trabalho teve como objetivo relatar as ações de extensão universitária realizada através da musicoterapia como maneira lúdica de promover diversão e saúde aos idosos de uma Instituição de Longa Permanência para Idosos na cidade de Picos-PI. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, construído a partir de vivências de

acadêmicos de enfermagem, nutrição e medicina, participantes do projeto de extensão Musicoterapia na Longevidade Saudável da Universidade Federal do Piauí – Campus Senador Helvídio Nunes de Barros. As ações ocorreram em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) no município de Picos-PI, durante o período de abril de 2019 a março de 2020. No planejamento das atividades, realizou-se uma pesquisa na Instituição, com auxílio de uma médica geriatra, para o levantamento das preferências musicais dos idosos, do melhor horário e duração das atividades, uma avaliação geral das Atividades de Vida Diária e de sintomas e sinais de depressão nos idosos. Para a coleta de dados foram utilizados um questionário próprio com perguntas sobre músicas, estilos musicais e artistas, além disso, foi utilizado a Escala de Katz para avaliar as atividades de vida diária, e a Escala de Depressão Geriátrica (GDS) para avaliar sintomas e sinais de Depressão. Salienta-se que os questionários aplicados não registravam identificação pessoal do entrevistado, visando a sua proteção de privacidade, sendo utilizados apenas para o grupo do projeto ter um maior conhecimento geral dos idosos da instituição. Os questionários eram aplicados de forma oral, sendo lidos e registrados pelos próprios acadêmicos de acordo com as respostas dos idosos. Dessa forma, as músicas foram selecionadas com base em um perfil musical coletivo, construído a partir de um questionário musical individual, onde avaliou-se as preferências de cada idoso. Assim sendo, todos os integrantes do projeto seriam responsáveis pela seleção do repertório, buscando os conteúdos da memória socioafetiva e cultural relacionado à vivência musical dos idosos. Depois de finalizar toda a coleta e preparar o repertório, foi possível a realização de vários ensaios entre os discentes com habilidades musicais como preparação para as intervenções e recreações musicais. Dessa maneira, o desenvolvimento do projeto foi elaborado de forma a atender os encontros programados semanalmente, com duração máxima de 60 minutos, período de tempo que evitaria a dispersão dos participantes. Os encontros eram divididos entre sessões de recreação e de terapia musical. A parte da recreação musical era conduzida pelos próprios alunos integrantes do projeto, enquanto as sessões de terapia musical eram guiadas por uma profissional com formação de nível superior em música, especialista em musicoterapia, responsável por conduzir o processo musicoterapêutico. Foram utilizados vários instrumentos e equipamentos para realização das atividades onde pode-se citar o violão, saxofone, guitarra, meia lua, som amplificado, chocalho caseiro, tudo de acordo com a preparação recreativa e datas comemorativas. Assim como a decoração do espaço da ILPI, onde para cada data específica realizava-se a ornamentação de acordo com o tema referido e diversas comidas típicas referentes. as tradições conhecidas, mas com foco na importância e no controle de uma alimentação balanceada e saudável. **Resultados e Discussão:** Nas primeiras semanas de intervenções musicais realizadas pelos acadêmicos era evidente, a princípio, a timidez de alguns idosos, no entanto, a maioria interagiu com as propostas da equipe. A cada encontro, a experiência dos integrantes do projeto de como lidar com os idosos, expandia-se. Com o passar do tempo foi se notando as maneiras como cada qual reagia as terapias musicais, a maioria alegre e contente, cantavam e dançavam, mas também haviam os que se entristeciam com as lembranças que por vezes voltavam à memória. Os questionários revelaram que os três artistas mais citados foram Roberto Carlos, Luís Gonzaga e Amado Batista. No quesito sons dos instrumentos os mais queridos eram violão, sanfona e guitarra, e o menos desejado, em unanimidade, foi a bateria. Dos estilos musicais a maioria referiu Jovem Guarda, Forró pé-de-serra e Brega. Dentre as atividades de recreação musical resultantes do projeto, em junho de 2019 tivemos a festividade junina em comemoração ao São João, onde alegamos esse momento com diversas músicas típicas dessa festividade, em especial o forró, visando a valorização e a preservação da cultura e das tradições locais do país. Em agosto do mesmo ano, realizamos a comemoração ao dia dos pais, onde celebramos com diversas modalidades musicais a importância do papel paterno na vida familiar. Em dezembro ocorreu o Natal Solidário, onde nos unimos pra arrecadar presentes doados por voluntários com a divulgação nas redes sociais, afim de alcançar o máximo possível de presentes, para assim poder presentear todos e realizar a festividade natalina com músicas e tradições específicas desse momento especial. E por último, em fevereiro de 2020, foi realizado o carnaval tradicional com marchinhas e músicas referentes a essa data. Vale ressaltar, também, a experiência da convivência dos acadêmicos com idosos com diversas patologias, doença de Alzheimer, Diabetes, Sequela de Acidente Vascular Encefálico, Insuficiência Vascular, entre outras, além do conhecimento da trajetória de vida de muitos deles, uma experiência transcendente. Por fim, foi possível articular teoria e prática, e avaliar os efeitos que tais atividades musicais produziram no cotidiano desses idosos institucionalizados. **Conclusão:** Em suma, além de proporcionar uma melhora na qualidade de vida e

momentos de distração, incluindo perspectivas futuras nos idosos através das sessões musicadas, esse projeto também desperta na comunidade a importância do cuidar da terceira idade, utilizando a música como facilitador desse processo. É importante citar que isso promove uma atenção de maneira holística para com a pessoa idosa, causando mudanças na conscientização e incentivando mais serviços voluntários.

#### **Referências:**

- [1] Marques DP. A importância da musicoterapia para o envelhecimento ativo. Revista Longeviver [Internet]. Out 2011. [Citado em 19 julho de 2020] n. 15, p. 18-24.
- [2] Souza ISM, Teixeira KMD, Mafra SCT, Tinôco ALA. Qualidade de vida de idosos residentes em uma instituição de longa permanência. Oikos: Revista Brasileira de Economia Doméstica [Internet]. Jun 2011. [Citado em 19 de julho de 2020]. v. 22, n.1, p. 131-152.
- [3] Zanini CRO. Envelhecimento saudável – o cantar e a gerontologia social. Revista da UFG [Internet]. Dez 2003. [Citado em 19 de julho de 2020]. v. 5, n. 2.