

A INSERÇÃO DA MÚSICA NOS CENTROS DE CONVIVÊNCIA: FORTALECIMENTO DE VÍNCULOS E QUALIDADE DE VIDA

Irla Milena de Castro Silva¹
Orientador do Trabalho²

RESUMO

O presente trabalho evidencia os resultados da execução do Projeto de extensão “Família, Território e Intergeneracionalidade”, realizado durante o ano de 2017 no Centro de Convivência Marly Sarney, em Teresina-PI. Trata-se de uma pesquisa de campo, tendo como objetivo refletir sobre a inserção da música no contexto de atividades socioeducativas nos centros de convivência para idosos e como ela favoreceu o trabalho socioeducativo, gerando resultados benéficos como o fortalecimento de vínculos e melhoramento da qualidade de vida dos idosos que ali frequentaram. O trabalho foi baseado na pesquisa-ação, primeiramente com o levantamento bibliográfico e revisão de leitura especializada, além dos encontros semanais no centro de convivência. A partir disso, desenvolveu-se um questionário de avaliação dos usuários sobre as atividades desenvolvidas para a obtenção de resultados mais precisos, onde constatou-se que a interação dos usuários oportunizada pela música, possibilitou a troca de experiências entre os idosos.

Palavras-chave: Envelhecimento, serviço de Convivência, fortalecimento de Vínculos, música, socialização.

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, o envelhecimento tem sido uma categoria de destaque, diante do crescimento inofismável do número de pessoas idosas em todo o mundo, representando assim, uma transformação de parâmetros na sociedade moderna. Hoje, o número de brasileiros idosos corresponde a 17% do total da população do Brasil - são quase 24 milhões de pessoas com mais de 61 anos (IBGE, 2013). Ademais, maioria desses idosos é predominantemente de sexo feminino, essa disparidade entre homens e mulheres se adequa ao fato de que os homens morrem mais cedo que as mulheres. Muitos, morrem quando ainda são jovens devido a maior exposição a riscos (AIRES et al, 2009).

A longevidade, mesmo que haja uma assistência da ciência e tecnologia, e do modo de vida da população, impregna consigo o aparecimento de enfermidades, gerando assim, uma consequência nas incapacidades e fragilidades. Quando se trata da indagação da qualidade de

¹ Licenciada em Música, Universidade Federal do Piauí- UFPI, irlamilena@gmail.com .

² Professor orientador: titulação, Faculdade Ciências - UF, orientador@email.com.

vida dos idosos, percebe-se um grande interesse dos envolvidos, devido aos índices de depressão nesta faixa etária, visto que, a grande maioria vive em situação de isolamento social (trancafiados em suas residências e se lamentando por estarem nessa fase da vida) que por outro lado, poderia ser encarada com contentamento por terem chegado até ali, aproveitando cada momento com sua família, descansando e “curtindo” os dias de lazer.

O crescimento da população idosa e a melhoria da qualidade de vida não são adjacentes, o que acaba impossibilitando que estas pessoas tenham um envelhecimento bem-sucedido, apresentando para a sociedade e para os órgãos governamentais desafios médicos e socioeconômicos próprios do envelhecimento populacional. (PAPÁLEO NETTO, 2007).

No entanto, é imprescindível zelar para que esse processo seja saudável e ativo, estimulando o idoso a praticar sua independência e autocuidado. Em outra instância, é importante atentar-se às necessidades do indivíduo sejam preenchidas de forma satisfatória, pois o envelhecimento motor do idoso modifica sua interação consigo mesmo, com as outras pessoas e com o mundo (RAMOS, L. R, 2003; ROSA et al., 2005).

Diante disso, percebe-se o prevaecimento de uma certa demanda para o atendimento desta população, dentre algumas das redes de serviços, são destacáveis os Centros de Convivências para a Terceira Idade (CECOMS), espaços esses, utilizados para minimizar o isolamento social, com atividades que integram o idoso, promovendo assim a preservação do bem-estar físico, emocional, prezando pela convivência, as relações familiares e comunitárias (SANTOS, 2010).

Nesse contexto, a música tem sido uma forte aliada e facilitadora do Serviço Social, sendo um recurso de importância insofismável na atenção aos idosos, nas atividades grupais, por possibilitar resultados nos âmbitos físicos, psicoemocionais, e sociais destas pessoas, sendo possível a percepção na melhora da autoestima e da sociabilização, além das melhorias trazidas por ela como a construção e o fortalecimento de vínculos, influenciando na qualidade de vida dos usuários desses centros de convivência, bem como o resgate à memória da pessoa idosa.

Considera-se que as atividades grupais desenvolvidas junto à população de idosos condicionam a intervenção para manter e alcançar a vida saudável e integrada socialmente, oportunizando aos participantes uma melhor qualidade de vida e ajudando a manter a independência (LIMA; PASETCHNY, 1998).

Nesta perspectiva, tem como objetivo refletir sobre a inserção da música no contexto de atividades socioeducativas no Centro de Convivência Marly Sarney localizado na Rua Jônatas Batista S/N, Centro/Norte, Teresina-Piauí e como ela favoreceu o trabalho socioeducativo,

gerando resultados benéficos como o fortalecimento de vínculos e melhoramento da qualidade de vida dos idosos que ali frequentaram. Descrevendo assim, como ocorreram a construção e fortalecimento de vínculos afetivos, qualidade de vida e sociabilização dos usuários, viabilizando as potencialidades dos idosos, além da autonomia e integração do grupo, através do contato direto com as experiências vividas nas dinâmicas, rodas de conversas e músicas compartilhadas por meio de relatos dos idosos.

METODOLOGIA

O presente trabalho é resultado da execução do projeto de extensão “Família, Território e Intergeneracionalidade”, financiado pela Universidade Federal do Piauí (UFPI), tendo como base a pesquisa-ação, primeiramente com o levantamento bibliográfico e revisão de literatura especializada, além dos encontros semanais no centro de convivência e, posteriormente, coleta de dados a partir de observação da realidade e questionário de avaliação dos usuários sobre as atividades desenvolvidas durante a execução do referido projeto de extensão.

Os encontros semanais aconteceram todas as terças-feiras e quintas-feiras, e o levantamento de informações foi referente ao período de maio a outubro de 2017. Utilizou-se um formulário de entrevista semiestruturado, programação de acompanhamento do(a) idoso nas sessões de música, bem como anotações em um diário de campo, a cada término das oficinas. O formulário do questionário abrange perguntas abertas que possibilitou o levantamento de informações acerca da inserção da música no centro de convivência, bem como os efeitos trazidos por ela no que se refere à vivência de cada idoso, seus perfis, gostos e preferências musicais promovendo a qualidade de vida destes.

O grupo foi estruturado com as respectivas características: grupo aberto, sem nenhum critério de exclusão, ou seja, poderia participar das atividades das oficinas qualquer idoso usuário do centro de convivência, o que acarretou que o grupo não tivesse um número fixo de participantes, em média 20 a 25 por encontros.

No Centro de Convivência Marly Sarney existia cerca de 30 idosos usuários que frequentavam assiduamente, contudo, somente 21 idosos participaram da avaliação de campo. O trabalho utilizou procedimentos de técnica de análises dos dados da pesquisa quantitativa e qualitativa, os quais, após a tabulação, foram submetidos à análise de conteúdo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A música é um dos meios mais significativos na humanização e sensibilização de indivíduos, por ser uma arte de expressar sentimentos através do som, soa ao ser humano como bem-estar e descontração, sendo de importância evidente nos centros de convivências, por trazer benefícios aos usuários, os quais vivem em uma demanda de estresse e sofrimento, pois acham que por estarem com uma idade avançada, são incapazes de ter uma vida ativa.

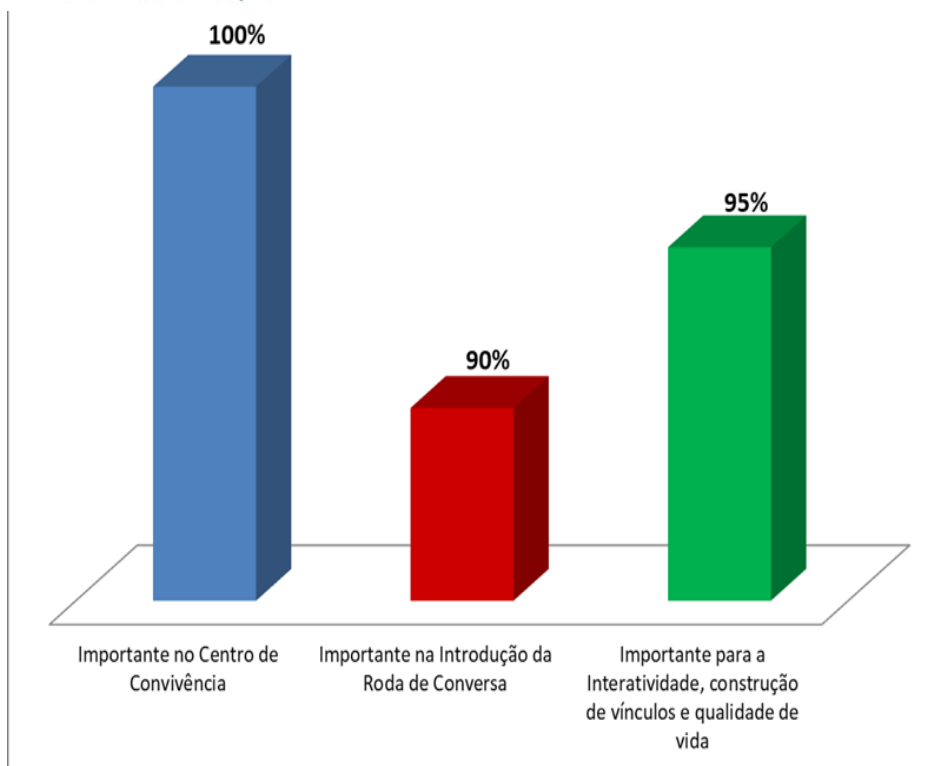
Deve-se considerar que as evidências disponíveis se afirmam e, que o uso da música é um sistema dinâmico que opera de diversos modos, afetando dimensões como o comportamento social. Por esse prisma, a música, deveria ser investigada dentro de um cenário específico, em um processo contínuo e constante, considerando seu dinamismo peculiar (SOUZA, 2005).

O alvo da pesquisa foi uma população de idosos, usuários de um Centro de Convivência, entre 60 a 93 anos de idade, caracterizando-se em 90% do sexo feminino e 10% do sexo masculino, onde se conservou o anonimato dos idosos.

No que se refere à inserção da música no centro de convivência, os resultados obtidos possibilitou-se analisar a importância da música no centro de convivência, destacando as potencialidades dos idosos através do contato direto com as experiências vivenciadas nos encontros lúdicos através de dinâmicas, roda de conversas e músicas, momentos esses voltados para a construção e fortalecimento de vínculos e qualidade de vida, ocasionando a interação da pessoa com a própria realidade em que está inserida.

Diante disso, foram elaboradas perguntas para que os idosos presentes respondessem, tais como: **Você acha que as músicas cantadas na roda de conversa facilitava a introdução dos temas a serem discutidos no dia? Qual a importância da música na sua interatividade, construção de vínculos e qualidade de vida? Você acha que é importante a inserção de música nos centros de convivência?**

Grafico 1- Opinião dos usuários entrevistados acerca da importância de música nos centros de convivência – Ano 2017



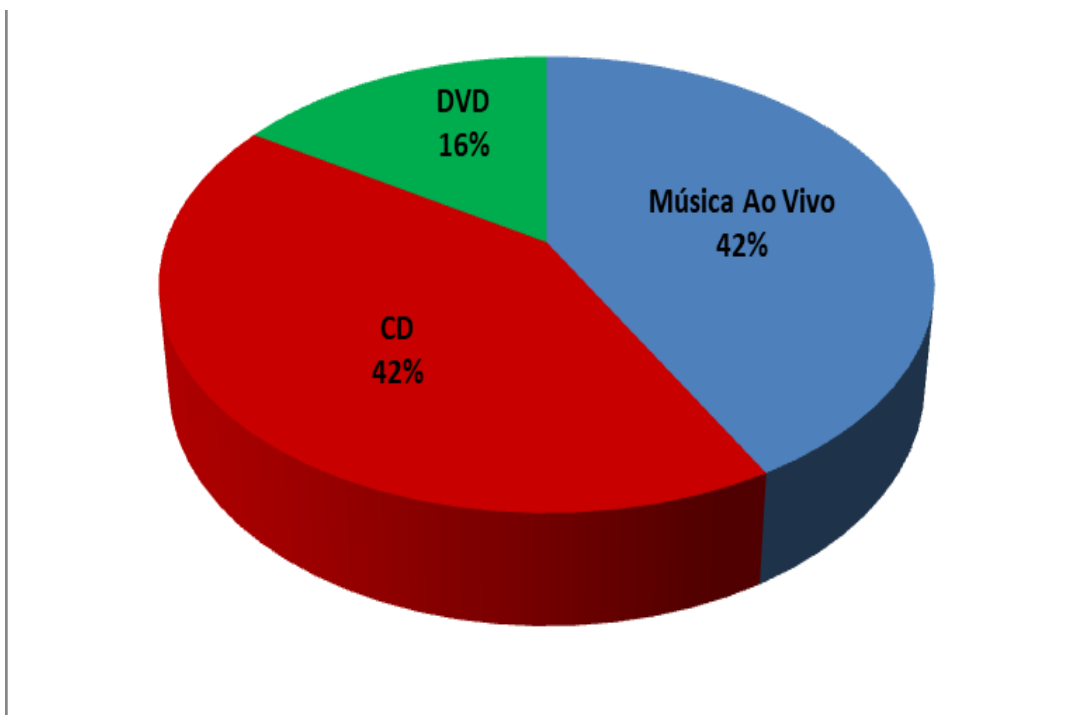
Fonte: avaliação dos usuários do Centro de Convivência Marly Sarney – Ano 2017.

O gráfico 1 mostra os resultados da avaliação feita pelos usuários com base no questionário aplicado, cujos resultados apontaram o relevante papel da música nos encontros realizados, considerando que 90% dos usuários entrevistados afirmaram ser a música facilitadora na introdução da roda de conversa, sendo perceptível a estimulação de atenção e sociabilização proporcionada pela música nas oficinas.

Quando se trata da interatividade, construção de vínculos, e qualidade de vida, 95% dos usuários entrevistados, afirmam que a música é extremamente importante no melhoramento desses eixos, pois passaram a se relacionar melhor e fazer novas amizades. No que se refere à inserção da música e os benefícios proporcionados por ela no centro de convivência, 100% dos idosos entrevistados afirmam ser de grande importância a inserção de música no centro de convivência, pelos efeitos que a música traz consigo (gráfico 1)

A música e as atividades musicais, por sua vez, possuem meios de estimulação de sentimentos e emoções, visto que, o cérebro é o maior responsável pela percepção que se pode ter do mundo, desde as funções mais básicas do corpo até os sentimentos complexos e quase inexplicáveis passam por esse órgão. Logo, o ato de ouvir música não poderia ser diferente. Nesse âmbito, 42% dos usuários do centro de convivência dizem preferir ouvir músicas “ao vivo”, 16% afirmam gostar de ouvir música através de DVD e 42% através de CD (gráfico 2).

Gráfico 2- Opinião dos usuários do Centro de Convivência Marly Sarney em Teresina-PI sobre os mecanismos (meios) que preferem utilizar para ouvir música – Ano 2017



Fonte: avaliação dos usuários do Centro de Convivência Marly Sarney – Ano 2017.

A música é um estímulo potente a evocação de lembranças, e é lembrando que podemos avivar fatos inconscientes que ampliam o significado do “ser velho” (TOURINHO, 2004). Neste eixo temático, identificou-se as emoções e sentimentos diversos proporcionados pela música, constatados nos encontros com os idosos. Para a qualificação dos efeitos trazidos pela música inserida no centro de convivência, foram oferecidas as seguintes opções: ruim, regular, bom e ótimo. Os participantes que responderam qualificaram todos os efeitos, que através das músicas e atividades musicais desenvolvidas no centro de convivência lhe foram causados. A tabela 1 apresenta a qualificação atribuída a cada efeito.

Tabela 1 - Efeitos trazidos pela música aos idosos -

Efeitos Proporcionados pela Música	Ruim	Regular	Bom	Ótimo
Combater o Estresse	0%	11%	22%	67%
Acalmar o Coração	0%	25%	25%	50%
Fortalecer a Memória	0%	12%	12%	76%
Refletir sobre a Vida	0%	19%	20%	61%
Se Emocionar	0%	5%	25%	70%
Chorar	0%	21%	22%	57%
Sorrir	0%	2%	4%	94%
Amenizar a Dor	0%	16%	24%	60%
Interagir	0%	10%	27%	63%
Minimização do Isolamento	0%	0%	28%	72%
Favorecimento da Auto Estima	0%	12%	32%	56%
Reafirmação como Idoso	0%	13%	37%	50%
Fazer Novas Amizades	0%	0%	47%	53%
Ficar Mais Ativos	0%	1%	49%	50%

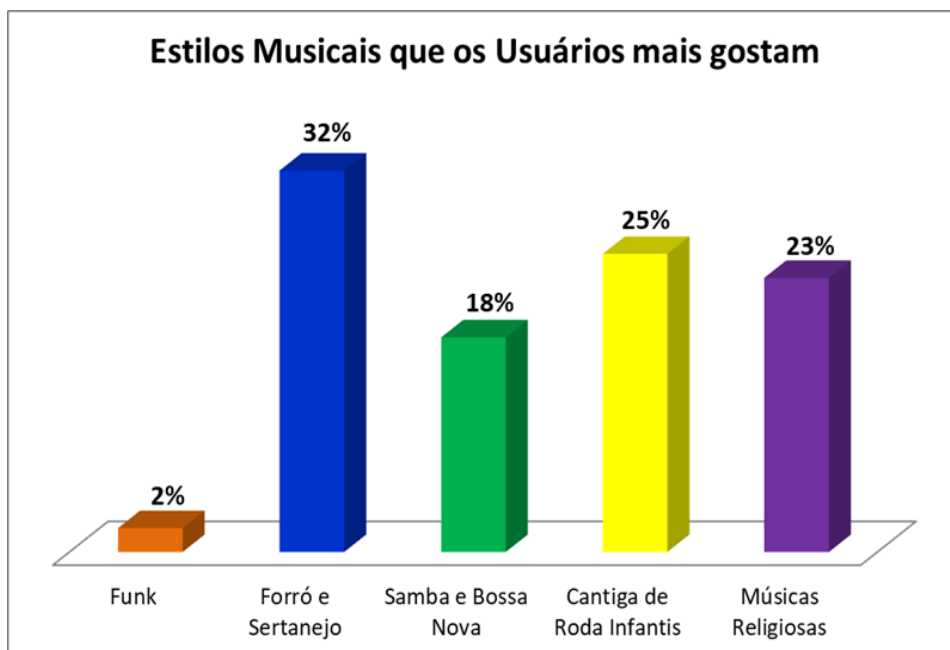
Fonte: avaliação dos usuários do Centro de Convivência Marly Sarney – Ano 2017.

A tabela 1 mostra que a música foi importante, sobretudo, no combate ao estresse, resgate de memórias, fortalecimento da autoestima, auxiliando aos idosos (as) fazerem novas amizades. Sendo assim, observou-se que no decorrer dos encontros, os idosos passaram a se comunicar melhor, além da participação assídua nas atividades, apresentando boa interação além de cooperarem uns com os outros, até mesmo quando a atividade era de competição, tendo uma participação mais ativa, sendo perceptível que nos dias de terça e quinta-feira (justamente o dia das oficinas) a presença de idosos era bem maior que nos outros dias da semana, segundo relato dos profissionais do Centro de Convivência.

Nesse sentido, os resultados da execução do Projeto de extensão “Família, Território e Intergeracionalidade” mostraram a importância da música no resgate das identidades e

memórias, visto que estas têm um forte significado para as pessoas idosas. Assim, a música tem um papel fundamental nesta faixa etária, pois proporciona bem-estar e qualidade de vida.

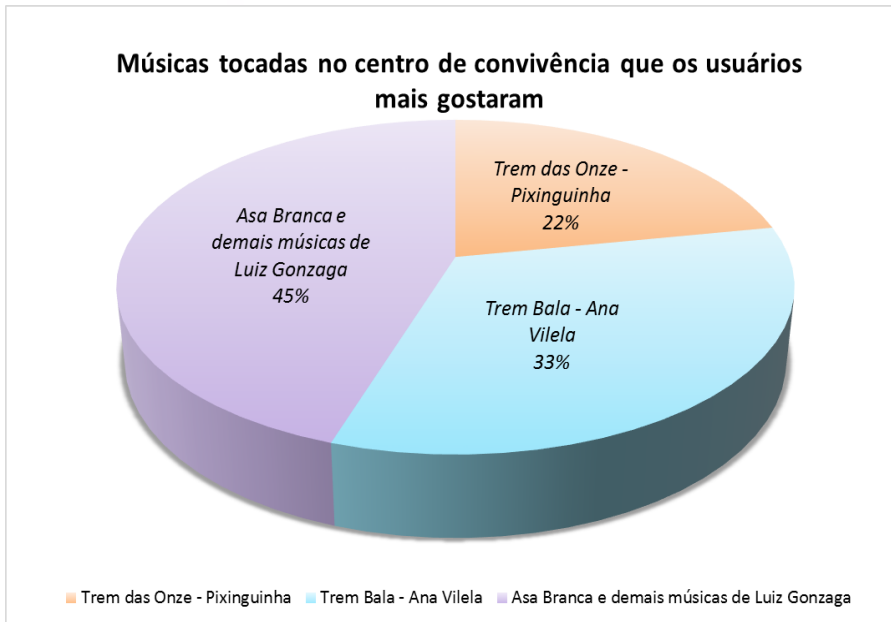
Gráfico 3- Preferência dos idosos em relação aos estilos musicais – Ano 2017



Fonte: avaliação dos usuários do Centro de Convivência Marly Sarney – Ano 2017.

Em se tratando dos estilos musicais que os usuários idosos mais gostam, cerca de 2% afirmaram gostar de “funk”, 18% de samba e bossa nova, 25% gostam de cantigas de roda infantis, 23% gostam de músicas religiosas. O estilo que se sobressai dos demais, de acordo com os gostos musicais dos idosos do centro de convivência, com 32% da preferência dos usuários é Forró e Sertanejo (gráfico 3).

Gráfico 4- Músicas que os idosos mais gostaram – Ano 2017



Fonte: avaliação dos usuários do Centro de Convivência Marly Sarney – Ano 2017.

O gráfico 4 mostra as preferências musicais dos idosos. Nesse sentido, foi perceptível que escutar músicas preferidas fez com que os idosos “viajassem no tempo”, lembrando de momentos marcantes e compartilhando histórias que fizeram parte da sua vida, como aconteceu em uma das oficinas de resgate de memórias, quando os idosos tiveram contato com cantigas de rodas infantis ao participarem da Oficina “Semana do Brincar”, com a dinâmica de identificar qual era a música por meio de mímicas, desenvolvendo o contato diretamente com a fase da infância, possibilitando um resgate da memória musical de forma lúdica.

Em outro momento, trabalhou-se com a música “Trem Bala” de Ana Vilela, visando a discutir a importância das relações e conquistas pessoais. Nesse momento, os idosos se emocionaram com a letra e melodia da música, por trazer uma mensagem de que a vida é um trem-bala que passa e devemos aproveitar os pequenos momentos com as pessoas que amamos.

Essa atividade foi de grande contribuição, uma vez que foi trabalhada a pesquisa sobre quais músicas já tocadas no centro de convivência, através dos encontros do projeto, os idosos mais gostaram de ouvir (gráfico 4), resgatando suas lembranças, de tudo que eles presenciaram durante os encontros (tabela 2), visto que a maioria são usuários do centro de convivência há vários anos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da realidade apresentada, no início das oficinas do projeto de extensão foi comum a insegurança, por ser o primeiro contato com experiência fora do *campus* universitário, e também com idosos. Porém, no decorrer das oficinas, com a prática e interação e a abertura dada pelos idosos, aos poucos, fomos desenvolvendo mais firmeza para conseguir promover o andamento das atividades.

Esta pesquisa trouxe como objetivo a reflexão sobre a importância da música nas relações dentro dos centros de convivências para terceira idade. Foi possível perceber a relação dos idosos com a música, visto que eles mostravam tamanha empolgação, levando às oficinas, livros de cânticos, chamados de “cancioneiros”.

Pode-se averiguar que a importância da música para os idosos, são objetivas e reais, visto que, as mudanças ocorridas no cotidiano dos idosos usuários do Centro de Convivência Marly Sarney são positivas e trazem consigo efeitos benéficos, como o fortalecimento de vínculos, contribuindo para a qualidade de vida, resgate de memórias e fortalecimento dos vínculos afetivos. Além disso, a interação dos usuários oportunizada pela música, possibilitou a troca de experiências entre as pessoas.

Sendo assim, o projeto de extensão “Família, Território e Intergeracionalidade” contribui tanto para os profissionais e estudantes da Universidade Federal envolvidos, quanto para os idosos e profissionais do Centro de Convivência Marly Sarney, sendo que os resultados mostraram que a música é uma grande aliada do trabalho do social.

REFERÊNCIAS

AIRES, M., Paz, A., & Perosa, C.T. (2009). Situação de saúde e grau de dependência das pessoas idosas institucionalizadas, **Revista Gaúcha de Enfermagem**, 30(3).492-499.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo Demográfico 2010**. [acesso em 2017 ago 04] .Disponível em:
<<https://ww2.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/estimativa2013/>> acesso em: 04 ago. 2017.

LIMA, L. J. C.; PASETCHNY, N. Atividades em grupo: uma alternativa para a inclusão social na terceira idade. **Revista terapia ocupacional da Universidade de São Paulo**, São Paulo, v. 9, n. 1, p. 37-42, 1998.

PAPÁLEO NETTO, M. P. Processo de envelhecimento e longevidade. In: PAPÁLEO NETTO, M. P. **Tratado de gerontologia**. São Paulo: Atheneu, 2007.p. 3-14.

RAMOS, L. R. (2003). Fatores determinantes do envelhecimento saudável em idosos residentes em centro urbano: Projeto epidoso, São Paulo. **Cadernos de Saúde Pública**, 19(3), 793-798.

ROSA, F., Neto, Matsudo, S. M. M., Liposcki, D. B., & Vieira, G. F. (2005). Estudo dos parâmetros motores de idosos residentes em instituições asilares da grande Florianópolis. **Revista Brasileira de Ciências e Movimento** .13(4) , 7-15.

SANTOS, Prefeitura Municipal [s.l.: s.n.], 2010. Disponível em
<<http://www.santos.sp.gov.br> Acesso em: 10 ago. 2017.

SOUZA, SL. **Educação musical com idosos**. Textos Envelhecimento [online]. 2005; 8(3): 411-427.

TOURINHO, Andrea. **Do Centro aos centros** – base teórico-conceitual para estudo da centralidade de São Paulo. Tese de doutorado, FAU-USP, São Paulo, 2004.