

MUSICALIZAÇÃO PARA ALUNOS IDOSOS

MUSIC LEARNING FOR OLDER STUDENTS

MUSICALIZACIÓN PARA ADULTOS MAYORES

Raquel Resende de Mora Vieira¹
Jeimely Heep Bornholdt²

Resumo

O presente artigo visa estudar a forma como os idosos aprendem música. Exige-se do educador musical um método diferenciado, com estratégias de conquistas, que procurem ler as dinâmicas, sempre sensíveis às necessidades da área da gerontologia. O ensino de música tem caráter biológico e social, pois aciona memórias, estimula a interação social e a qualidade de vida das pessoas idosas. O objetivo deste trabalho é investigar estratégias didáticas que favoreçam o aprendizado musical da pessoa idosa, o qual deve estar ligado diretamente à sua história de vida, assim como considerar e estimular a sua autoestima. A metodologia utilizada tem caráter exploratório, com abordagem qualitativa, baseada em pesquisa bibliográfica. Constata-se que educadores musicais capacitados trazem resultados satisfatórios para a musicalização dos idosos e que, ao fluir das atividades, os preconceitos aos poucos são eliminados, deixando evidente que a música é dotada de um poder cujas repercussões promovem qualidade de vida.

Palavras-chave: autoestima; envelhecimento; pessoa idosa; música; musicalização.

Abstract

The present article aims to study how the elderly learn music. A differentiated method is required from the music educator, with strategies for achievement, which seek to read the dynamics, always sensitive to the needs of the gerontology area. Teaching music has a biological and social character, for it triggers memories, stimulates social interaction, and enhances the elderly's life quality. This study objective is to investigate teaching strategies that favor music learning by the elderly, which must be directly linked to their life story, as well as to consider and stimulate their self-esteem. The methodology used is exploratory, with a qualitative approach, based on bibliographic research. It was found that qualified music educators bring satisfactory results to teaching music for the elderly and that, as the activities flow, prejudices are gradually eliminated, making it evident that music is endowed with a power whose repercussions promote quality of life.

Keywords: self-esteem; aging; elderly; music; music learning.

Resumen

El presente estudio pretende estudiar la forma como las personas mayores aprenden música. Se exige que el educador defina un método específico, con estrategias basadas en logros, que trate de evaluar las dinámicas, siempre sensible a las necesidades del área de la gerontología. La enseñanza de la música tiene un carácter biológico y social, pues activa memorias, estimula la interacción social y la calidad de vida de las personas mayores. El objetivo de este trabajo es investigar estrategias didácticas que favorezcan el aprendizaje musical del adulto mayor, el cual debe estar directamente vinculado a su historia de vida, así como considerar y estimular su autoestima. La metodología utilizada tiene carácter exploratorio, de orden cualitativo, basada en investigación bibliográfica. Se pudo constatar que docentes musicales capacitados producen resultados satisfactorios en la musicalización de las personas mayores y que, en el curso de las actividades, los prejuicios gradualmente son eliminados, lo que deja claro que la música tiene un poder cuyas repercusiones promueven calidad de vida.

Palabras-clave: autoestima; envejecimiento; persona mayor; música; musicalización.

¹ Acadêmica no Curso de Licenciatura em Música no Centro Universitário Internacional Uninter.

² Docente no Centro Universitário Internacional Uninter.

1 Introdução

Ao realizarmos uma análise das contribuições da musicalização, percebemos que o fazer musical e a apreciação musical podem oportunizar o partilhar de novas ideias e sentimentos, pois é através da música que o ser humano se sensibiliza, podendo interagir, socializar e criar laços de amizade. Considerando-se que em idade avançada a pessoa passa por mudanças sensíveis nas suas características físicas e psíquicas, que a perda da memória aumenta, que aparecem a angústia, a solidão e a depressão, a música proporciona momentos prazerosos, dos quais os idosos podem desfrutar.

Com a diminuição da memória e outras alterações, o envelhecer implica improdutividade, que pode acarretar isolamento da sociedade e até mesmo da família, pois muitos desvalorizam e excluem pessoas com mais idade. O afastamento, o desmerecimento de opiniões e de participação efetiva na rotina, deixa-as de lado, em uma vida solitária.

A música transforma e melhora a qualidade do envelhecimento, principalmente quando trabalhamos no coletivo, segundo Bornholdt (2019). Ela pode construir processos educativos como socialização, colaboração, solidariedade, partilha de ideias; através do convívio promove prazer e momentos agradáveis, muitas vezes restringidos pela própria família. O idoso, como categoria social, possui um estatuto próprio há muito pouco tempo.

A música tem capacidade de estimular áreas importantes do comportamento humano, como sentimentos e raciocínio. Kater (2012, p. 14) afirma que “sabemos o quanto a música é capaz de promover felicidade, autoestima, interação entre os indivíduos, construção de conhecimento de uma maneira eficiente, eficaz e comunicável”. A musicalização, como construção humana, elabora significados; através de experiências e práticas, amplia-se o processo de socialização e interação, de maneira que a pessoa idosa, por meio da música, pode reagir com ela (PENNA, 2015).

Pesquisas afirmam (NERI, 2014; CONCEIÇÃO, 2013) que a memória autobiográfica se relaciona com a capacidade que as pessoas têm de recordar eventos pessoais e fatos ocorridos no passado, como o caso da música, especialmente aquela da juventude do sujeito. Segundo Levitin (2010), os pesquisadores da cognição consideram que aquelas músicas que os idosos conservam em suas memórias, de certa forma, trazem saudades dos tempos da adolescência. Ao dizerem “a minha música”, referem-se exatamente a essa que, ao ouvir, traz aquela lembrança dos tempos da adolescência, pois esse é um período de autodescoberta; em consequência, tais músicas têm uma forte carga emocional.

Com esse entendimento, partimos da hipótese de que o envolvimento dos alunos idosos

através das atividades musicais — com o cuidado de não os infantilizar —, pode contribuir para a aprendizagem, já que o aproveitamento da memória autobiográfica pode proporcionar atividades com altos níveis de efeitos psicológicos positivos.

Esta pesquisa reflexiona sobre a prática docente da musicalização (educação musical) com alunos idosos, em uma caminhada que vai além dos conteúdos musicais e que parece não pertencer ao campo da educação musical, porém abrange um dos seus processos cognitivos: a memória autobiográfica (NERI, 2014, p. 244), que se encaixa no contexto gerontológico, com o objetivo de melhorar qualidade de vida de pessoas idosas. A música vai muito além daquilo que pensamos, ela pode ser nomeada como terapia, com efeitos psicológicos, pois resgata significados plenos dos dias vividos e garante qualidade de vida em matéria de saúde, coesão social, capacidade funcional e bem-estar.

Com metodologias e práticas musicais com alunos idosos como centro temático, este trabalho adota o método qualitativo, com base em pesquisas bibliográficas, e tem como embasamento principal autores como Conceição (2013), Barbosa e Farias (2019) e Levitin (2010). No entendimento que entrelaça metodologia e problematização, um dos fatores relevantes para o sucesso na musicalização com idosos é o desenvolvimento do processo educativo-musical a partir da realidade de cada aluno. É imprescindível, portanto, conhecer previamente as condições inerentes à sua saúde individual bem como escolher o repertório a ser trabalhado, conforme Conceição (2013).

A intenção da escolha do tema é permitir um desdobramento do ensino da música com idosos, acionando memórias que estimulam a interrelação social e qualidade de vida. Tal justificativa está ligada ao caráter biológico e à idade, valendo ressaltar que, nesse estudo, “o envelhecimento e a música caminham juntos” (PAULA; SCHERER, 2011, p. 11). Do ponto de vista do tema pesquisado, trata-se de uma pressuposição que resulta na investigação e reflexão sobre aspectos psicológicos do envelhecimento, percebendo condições fisiológicas e emocionais do idoso diante de uma expectativa de vida ampliada pelo avanço da medicina, que resulta no atual crescimento da população idosa. Pode-se perceber uma quebra de padrão relativo a mitos e preconceitos sobre a inutilidade dos indivíduos idosos que, aos poucos, vai garantindo viabilidade para uma qualidade de vida melhor. A contribuição da música na estimulação da memória dos idosos pode ser um instrumento importante na sua aprendizagem, visto que estas pessoas ainda são capazes de aprender e produzir, dentro dos limites impostos pela idade e condição física (PAULA; SCHERER, 2011).

O objetivo principal da pesquisa é compreender a visão da literatura sobre a musicalização de idosos. Os objetivos específicos são: a) investigar estratégias didáticas que

favorecem o aprendizado musical, como a escolha de repertório adequado, o qual deve estar ligado diretamente a histórias de vida e sentimentos (CONCEIÇÃO, 2013); b) considerar e estimular a autoestima com intenção de valorizar o ser humano idoso; c) evitar o preconceito social acompanhado do sentimento de inutilidade; d) desconstruir o mito de que idoso não aprende.

A música é um instrumento facilitador da comunicação e expressão humana (MARQUES, 2011). Neste sentido, não há dúvidas sobre a sua importância na terceira idade, pois é instrumento de promoção de processos de conhecimento e autoconhecimento (KATER, 2012). Em relação aos idosos, mesmo sem qualquer formação musical ou propósito de formação como músicos profissionais, a Educação Musical propicia o desdobramento de memórias — muitas vezes perdidas em função da senilidade —, o estímulo à interrelação e socialização — também defasada nesta faixa etária, uma vez que as pessoas idosas são afastadas do convívio em sociedade por preconceitos — e, por fim, o estímulo do movimento e ritmo, que estimulam a percepção corporal e o desenvolvimento motor (MARQUES, 2011).

Portanto, o uso da música, como processo de ensino-aprendizagem, promove no idoso, de acordo com Gomes e Amaral (2012, p. 105), “efeitos significativos nas esferas psicoemocionais, físicas e sociais destas pessoas, repercutindo na melhora da autoestima e da sociabilização”, e conseqüentemente, elevam-se o bem-estar e a qualidade de vida.

2 Metodologia

Com o objetivo de verificar como se consegue um resultado satisfatório na educação musical com alunos idosos, definiu-se um estudo que se baseia em uma metodologia qualitativa a partir de pesquisa bibliográfica, feita através da leitura e análise de teses e dissertações. A intenção é aprofundar no tema da musicalização para alunos idosos, visando metodologias de trabalho. O estudo fundamenta-se na seguinte questão-problema: como os idosos aprendem música? Assim, pretende-se abrir caminhos para a ampliação de conhecimentos gerais sobre metodologia de trabalho e práticas musicais com idosos.

Com o intuito de reunir conteúdos que contribuam para as investigações, consideramos conceitos sobre envelhecimento. Como base principal, Camarano (2013), Barbosa e Farias (2019) e Fachine e Trompieri (2012). Para uma boa escolha de repertório para o idoso, apoiamos em Bornholdt (2019), Conceição (2013) Bergmann (2012) e Ferreira e Silva (2016); sobre atividades musicais, em Neri (2014), Prazeres (2010) e Meirelles, Bak e Cruz (2012).

Em abordagem de caráter exploratório e qualitativo, nos afirmam Sampieri, Callado e

Lucio (2013) que o enfoque se guia por áreas ou temas significativos de pesquisa. Ao contrário da maioria dos estudos quantitativos, em que a clareza sobre as perguntas de pesquisa e as hipóteses devem vir antes da coleta e análise dos dados, nos estudos qualitativos é possível desenvolver perguntas e hipóteses antes, durante e depois desses processos. Geralmente, essas atividades servem para primeiro descobrir quais são as perguntas de pesquisa mais importantes, e depois para aprimorá-las e respondê-las (SAMPIERI; CALLADO; LUCIO, 2013, p. 33).

Uma pesquisa bibliográfica, segundo Gil (2010, p. 29), é elaborada com base em material já publicado. Tradicionalmente, esta modalidade de pesquisa inclui material impresso, como livros, revistas, jornais, teses, dissertações e anais de eventos científicos. Todavia, em virtude da disseminação de novos formatos de informação, passaram a incluir outros tipos de fontes, como discos, fitas magnéticas, CDs, bem como material disponibilizado pela Internet (GIL, 2010).

O trabalho está estruturado na seguinte ordem: 1. Introdução (tema, problema, justificativa, objetivos); 2. Metodologia; 3. Revisão bibliográfica/estado da arte; 4. Considerações finais; 5. Referências.

3 Revisão bibliográfica - estado da arte

3.1 Envelhecimento

O Brasil tem uma população de 210.331.285 pessoas. Ao se pensar na população de idosos, o Estatuto da Pessoa Idosa define o indivíduo como idoso quando tiver idade igual ou superior a 60 anos (BRASIL, 2022). Conforme dados do IBGE, o número de idosos maiores de 60 anos deve chegar a 25,5% da população brasileira até 2060.

De acordo com Camarano (2013), diante do processo natural do envelhecimento, entende-se que a população jovem irá diminuir enquanto a população idosa irá aumentar; o percentual da população em idade ativa (PIA) também irá diminuir, assim, na sociedade haverá mais idosos e menos jovens.

Presenciamos hoje uma realidade social na qual a imagem que se tem de uma avó da terceira idade, não é mais aquela de uma velha senhora sentada em uma cadeira de balanço. Atualmente o idoso passou a ter um papel fundamental na família, que chega a ser visto como esteio. O artigo 2º do Estatuto da Pessoa Idosa estabelece:

A pessoa idosa goza de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, sem prejuízo da proteção integral de que trata esta Lei, assegurando-se-lhe, por lei ou por outros meios, todas as oportunidades e facilidades, para preservação de sua saúde

física e mental e seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social, em condições de liberdade e dignidade (BRASIL, 2022).

Corroborando com a visão do Estatuto da Pessoa Idosa, o Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde da OMS (2015) realça que o envelhecimento saudável é mais do que apenas a ausência de doença. Para a maioria dos adultos, manter a habilidade funcional é o desafio mais importante nesse processo de envelhecimento saudável. Os maiores custos à sociedade não são os gastos realizados para preservar essa habilidade funcional, mas sim os benefícios que poderiam ser perdidos se não implementarmos as adaptações e investimentos necessários para a sua preservação.

Nos últimos anos, houve um aumento significativo do número de idosos; pela primeira vez na história, a maioria das pessoas pode esperar viver até os 60 anos ou mais (ERTEL, 2016). Quando combinados com quedas acentuadas nas taxas de fertilidade, esses aumentos na expectativa de vida levam ao rápido envelhecimento das populações em todo o mundo. O Brasil, até 2025, será o sexto país do mundo em número de idosos (BARBOSA; FARIAS, 2019, p. 3).

O ser humano sempre se preocupou com o envelhecimento, encarando-o de formas diferentes, de maneira que esse processo assume uma dimensão heterogênea. Alguns o caracterizam como uma diminuição geral das capacidades da vida diária, outros o consideram como um período de crescente vulnerabilidade e de cada vez maior dependência no seio familiar. Outros, ainda, veneram a velhice como o ponto mais alto da sabedoria, bom senso e serenidade. Cada uma destas atitudes corresponde a uma verdade parcial, mas nenhuma representa a verdade total (FECHINE; TROMPIERI, 2012, p. 107).

Observando as grandes necessidades biológicas, psicológicas e sociais da sociedade idosa, com o aumento da expectativa de vida ocasionado pelos avanços da medicina, é notável o atual crescimento da população idosa. O referido público carece de investimento em saúde psicológica e de uma conscientização da população em geral quanto às necessidades de bem-estar do idoso. Nesse sentido, este estudo pretende contribuir para uma quebra deste padrão, mostrando a viabilidade da alfabetização musical na velhice, abrindo caminhos para o aprofundamento nessa questão.

3.2 A música como estimulação para a memória dos idosos

A música reflete práticas sociais e tradições culturais, historicamente produzidas no seu contexto, visto que as canções tradicionais de um povo tratam de quase todos os tipos de

atividades humanas. Muitas canções expressam crenças religiosas ou políticas, ou descrevem a história de um povo, e são transmitidas de geração em geração por meio da oralidade (SCHERER, 2010).

A velhice, como processo biológico e social, tem sido um dos temas em destaque nos últimos anos; ao mesmo tempo, por ser esta uma época de grandes inovações e intensas mudanças sociais e econômicas, as pessoas idosas têm o seu nível de vida profundamente afetado. Além dos esforços da área da gerontologia e geriatria em trazer qualidade de vida aos idosos, a área da música também aborda fortemente esse aspecto do envelhecimento.

Frente à grande necessidade de estudos para ampliação de conhecimentos nessa área, há uma questão recorrente: como os idosos aprendem música? Trata-se de um tema abrangente, no qual é possível identificar uma série de especificidades no processo investigativo do problema. Todas colaboram com a discussão e difusão de ações de cunho educativo, em atenção às demandas criadas pelas necessidades dos indivíduos idosos (PRAZERES, 2010).

Estas informações servem de alerta para começarmos a pensar em práticas, oportunidades e vivência adequadas ao idoso. Deve-se também considerar que a falta de estímulos e o preconceito social contra o idoso é o que influencia a inatividade e o isolamento social. Percebe-se assim, que é importante, a prática de atividades, entre elas as artísticas, para amenizar estas dificuldades (PRAZERES, 2010, p. 10).

Ao se pensar na proposta de musicalizar os idosos, vem rapidamente à mente a primeira pergunta: por que aprender música nesse momento de nossas vidas? Tal questionamento indica a presença do mito e do sentimento de baixa estima, além do estigma relacionado à possibilidade de educação musical na velhice. Luz (2005), sobre como vencer os preconceitos, registra a existência de certas propostas peculiares sobre o comportamento dos idosos como mitos, preconceitos, baixa estima, inutilidade. Também afirma que é possível, ao longo do processo de aprendizagem musical, recuperar a potencialização e aquisição de autoconfiança e predisposição para aprender, afastando gradualmente o sentimento de subestimação do idoso. Algumas propostas podem ser úteis no desenvolvimento de uma metodologia do ensino da música para idosos, para evitar o “envelhecimento cerebral” (FREITAS, 2013).

O Sistema Nervoso Central (SNC) é o sistema biológico mais comprometido pelo envelhecimento, pois é o responsável pela vida de relação (sensações, movimentos, funções psíquicas, entre outros) e pela vida vegetativa (funções biológicas internas) (FREITAS, 2013).

Sobre determinadas regiões e caminhos desenvolvidos em nosso cérebro, especificamente para produzir e ouvir música, Levitin (2010) diz:

Indo de encontro com a antiga e simplista ideia de que a arte e a música são processadas no hemisfério direito do cérebro, e a linguagem e a matemática, no esquerdo, descobertas recentes em meu laboratório e nos de meus colegas demonstram que a música é distribuída por todo o cérebro. Em estudos com pessoas acometidas de danos cerebrais, encontramos pacientes que perderam a capacidade de ler um jornal, mas continuam lendo música, bem como indivíduos capazes de tocar piano, mas sem a coordenação motora necessária para abotoar a própria camisa (LEVITIN, 2010, p. 15).

Ainda nesse sentido, afirma Levitin (2010) que o ato de ouvir, tocar ou compor uma música, mobiliza quase todas as áreas do cérebro, envolvendo aproximadamente todos os subsistemas neurais.

3.3 Resolvendo o problema: memória autobiográfica e repertório

Em um suposto entendimento de que a problematização está entrelaçada com a metodologia, é necessário que se estipule uma metodologia que respeite as mudanças que ocorrem no decorrer do envelhecimento e que se investigue previamente sobre as condições inerentes à saúde individual de cada aluno, estando sempre atento às respostas dadas às abordagens metodológicas utilizadas. Existem fatores relevantes ligados ao problema: a carência de materiais adequados que possibilitem ao musicalizador atuar, pois nesta carência de materiais, ou de uma didática apropriada, abre-se porta para perpetuar um pensamento negativo sobre fazer música na velhice. Também a escolha do repertório trabalhado mostra ser um tópico específico para alunos da maturidade, pois nesse repertório devemos contemplar a trajetória de vida.

O repertório da vida dos idosos é extenso, cheio de emoções e sentimentos variados agregados em uma espécie de teia de significados que também fazem parte de seu contexto sociocultural em uma intrincada dinâmica de sentimentos e sentidos. Cada canção tem sua especificidade e a escolha do repertório necessita contemplar a trajetória de vida para cada aluno individualmente (CONCEIÇÃO, 2013, p. 91).

Por esse motivo, Bergmann (2012, p. 108) recorda que “os idosos têm um repertório diferente do repertório das pessoas mais jovens”, o qual não é conhecido por eles (os idosos), porque as músicas que circulam em um momento, sempre são substituídas por novas, que agregam valores culturais em constante renovação.

As dificuldades dos idosos em aprender conteúdos novos ou diferentes dos acostumavam ouvir quando jovens devem-se ao fator da memória recente, bem como à desmotivação diante de músicas não conhecidas e formas de execução diferentes das que se arraigaram na sua memória durante toda a vida. Aos 18 anos ocorrem mudanças importantes

na vida de uma pessoa: o primeiro amor, casamento, o primeiro emprego ou cursos em geral. Na formação do roteiro de vida, são esses provavelmente os mais importantes momentos e que vão ser profundamente codificados. A memória autobiográfica é definida como o tipo de memória direcionada para recordações da experiência de eventos pessoais marcantes no passado; nesse ato de lembrar de si, há eventos que têm marca duradoura. Nesse sentido, autores revelam que os idosos preferem canções às que respondem emocionalmente, como as de sua juventude por se relacionar com algum fato acontecido no passado de suas vidas. Luz (2005) afirma encontrar maior receptividade por parte dos alunos idosos quando a escolha do repertório enfatiza músicas populares brasileiras, isto por considerar o sentido afetivo.

Bergmann (2012) indica que as aulas de música podem ter enfoques diferenciados: ser uma atividade realizada a partir do idoso, ou seja, aprender do aluno o que ensinar (querer saber); compreender, no aluno idoso, o motivo da busca pela música na terceira idade. Em pesquisas, explicam entrevistados idosos que as circunstâncias e condições diversas não lhes permitiram aprender música em épocas anteriores, embora tivessem algum elo com ela e que somente encontraram a possibilidade de aprendizagem na terceira idade.

Em relação à atividade prática de canto coral, é necessário respeitar e abarcar as músicas que surjam de um conhecimento prévio e individual dos alunos idosos, considerando as dimensões físicas, emocionais e sociais dos interessados. Isso porque o repertório musical influencia o aprendizado por estar ligado diretamente com histórias de vida. Conceição (2013) afirma que tal repertório deve agradar ao aluno. O educador deve estar sempre disposto a conhecer o repertório dos idosos, formado não apenas por músicas compostas em épocas passadas, mas que agregam valores sentimentais, culturais e sociais às pessoas do grupo em consideração.

Quando os músculos responsáveis pela respiração são enfraquecidos pelo envelhecimento, a capacidade respiratória é prejudicada. Nesse sentido, Hauck-Silva (2012) diz que a técnica vocal pode ser aplicada como um momento de preparação vocal ou de aquecimento vocal. Essas duas práticas se distinguem entre si. Chamamos de preparação vocal quando o principal objetivo é a relação de ensino-aprendizagem dos fundamentos da técnica vocal (HAUCK-SILVA, 2012).

Quanto às alterações fisiológicas da voz, a presbifonia, é provável que o avanço da idade venha a afetar a voz do idoso, trazendo mudanças. Meirelles, Bak e Cruz (2012, p. 77) relatam que, ao envelhecer, a voz perde força, velocidade e precisão articulatória. Em um alerta feito aos regentes, a presbifonia deve ser considerada como elemento importante, para que não ocorram danos graves nas vozes dos coristas. Rabelo (2011, p. 21) direciona esse alerta para

quem trabalha com coral na terceira idade.

No que tange ao processo de aprendizagem musical, Louro (2012) afirma que este envolve, entre outros aspectos, a psicomotricidade, na qual as definições são norteadas pelo mesmo princípio de “relação entre cognição, emoção e movimento” (LOURO, 2012, p. 76).

Essa relação está interligada ao:

[...] desenvolvimento das estruturas neurológicas do indivíduo em determinadas fases da sua vida. Ou seja, o conceito de psicomotricidade é sustentado sobre quatro pilares: o psicológico (aspecto emocional), o cognitivo (relativo à capacidade de aprendizado), o motor (que se refere à capacidade e qualidade dos movimentos do indivíduo) e o etário (idade da pessoa) (LOURO, 2012, p. 76).

Autores citam como práticas comuns nas atividades musicais o ato de tocar um instrumento, seja flauta doce, teclado, violão ou mesmo a leitura de uma nova linguagem, a notação musical. Ferreira e Silva (2016) argumentam que tais atividades proporcionam a ativação de diversas regiões cerebrais; essa transferência de códigos para a prática motora, a memorização de passagens longas, tudo isso mantém o cérebro em constante atividade.

No pensamento de Marques (2011, p. 57), “a representação mental da música deve nascer do prazer musical”; por outro lado, as propostas de educação musical para idosos devem manter o cuidado de não os infantilizar, mas contribuir como meio facilitador da aprendizagem, sempre enfatizando a questão da escolha do método para não desvirtuar o sentido.

Observa-se que as limitações podem levar o idoso a desistir do aprendizado musical devido a vários motivos relacionados ao envelhecimento como: visão enfraquecida, perda parcial da audição, que interfere diretamente em sua fala, e na própria falta de confiança, diante de tantos preconceitos criados por parte da sociedade, que considera o idoso incapaz de aprender novas habilidades. Entende-se que o professor precisa estar atento em separar alunos idosos dos alunos mais jovens, pois os idosos apresentam ansiedade e nervosismo, segundo Bergmann (2012).

Notamos muitas vezes que, na vida social, sucede a marginalização do idoso, decorrente do declínio de suas características físicas — como o aparecimento das rugas, dos cabelos brancos, a diminuição da memória —, e as alterações psíquicas, como a perda da confiança, o aumento da angústia e muitas vezes a depressão (NATUME; PILLOTO; STRAPAZZON, 2018). Atitude negativa leva o idoso a se autocensurar e a não confiar na sua capacidade. Aos poucos, quando ele percebe que é capaz de aprender, que está progredindo, sua atitude muda: a educação contribui para o resgate de sua autoestima. Nesse caso, esse processo dependerá muito do trabalho realizado pelo profissional responsável por desenvolver e aplicar as propostas

educativas (BERGMANN, 2012).

Diante de tantos fatores que podem influenciar negativamente para o desânimo ou desistência frente ao fazer musical, vale lembrar das dores musculares, principalmente nas articulações dos dedos, que podem impossibilitar principalmente a execução de um instrumento musical. Rosa Neto (2009) nos diz que é importante respeitar o ritmo individual de cada aluno, pois cada um tem seu ritmo originário, como também a sua própria maturação dos centros nervosos.

Com o objetivo de observar como se desenvolvem as práticas docentes, nesta pesquisa, consideram-se também as atividades lúdicas, porque tais propostas auxiliam no equilíbrio dos ensaios, estimulando a memória e coordenação motora dos idosos.

Jogos sonoros com palavras, jogos imaginativos e metáforas com objetos relacionados cotidianamente aos participantes, além de recursos criativos e projetivos por meio de gestos e coreografias, sons e movimentos. Esses procedimentos agradam os idosos (CONCEIÇÃO, 2013, p. 71-72).

A ludicidade nos ensaios, nos assegura Gois (2015), deve associar a proposta do ensino musical a ações planejadas e preparadas, para que o jogar não seja somente o brincar, e sim aspecto gerador de aprendizagem. Os propósitos do jogar são dar mais sentido às tarefas e aos conteúdos, além de se aprender com mais prazer.

4 Considerações finais

O interesse pelo estudo da educação musical dos idosos despertou-se para uma valorização dos benefícios encontrados na aprendizagem musical dentro do processo de envelhecimento natural do ser humano. As perdas decorrentes do envelhecimento acarretam prejuízos; o processo de degeneração pode afetar até mesmo a realização das AVDs (atividades da vida diária), com consequências sobre a qualidade de vida das pessoas idosas.

Ao sistematizar a concepção da proposta em análise de resultados obtidos, podem ser expostas algumas considerações finais importantes neste processo de aprendizagem. Este processo partiu do objetivo geral de compreender a posição da literatura sobre a musicalização de idosos, buscou investigar as estratégias didáticas que favorecem a aprendizagem, considerar e estimular a autoestima com a intenção de valorizar o idoso, evitar o preconceito social acompanhado pelo sentimento de inutilidade e também desconstruir o mito de que o idoso não aprende.

Constata-se que a realidade da velhice implica várias limitações, mas ressalta-se que

também traz inúmeras possibilidades satisfatórias, como as que conseguimos analisar no decorrer da pesquisa feita sobre musicalização, metodologias e práticas musicais com idosos.

Nesta pesquisa, o assunto estudado teve dificuldade em ser delimitado, pois não se esgota. Entende-se que há possibilidades de novas discussões e aprofundamentos sobre o tema. Uma sugestão da autora é que se estudem os mitos e sentimentos negativos existentes no processo de aprendizagem do idoso, que lhe impedem tocar um instrumento ou cantar em público. Essa falta de autoestima, que muitos idosos interiorizaram, é um sentimento que deve ser eliminado da sociedade e, onde houver um idoso precisando de motivação para aprendizagem, a música poderá ajudar.

Este estudo proporcionou ampliação de conhecimentos sobre o tema e possibilitou a constatação dos benefícios da musicalização para os idosos. Percebemos que, através da aprendizagem musical, existe a possibilidade de um impulso na qualidade de vida dos idosos, através de atividades que promovam o desenvolvimento de suas faculdades, entre elas a cognição e a emotividade. Fica também um grande destaque para o educador: cabe a ele ler as dinâmicas, ser sensível às necessidades dos alunos e descobrir estratégias de conquista. O educador deve estar sempre disposto a conhecer o repertório do idoso, que muitas vezes não é bem aceito, mas nunca deve ser ignorado; muito pelo contrário, esse repertório deve fazer um diferencial na carreira do educador.

Finalizando, na espera de que esta pesquisa contribua para a reflexão sobre a prática docente da musicalização para alunos idosos, confesso que essa caminhada foi além do esperado, foi além dos conteúdos procurados; resultou em ampliação do conhecimento sobre o referencial musical cognitivo, com repercussões seguras e positivas. Deixo aqui um pensamento de conclusão: “Todavia, os efeitos impactantes e desafiadores da velhice não devem se transformar em impedimentos” (BERGMANN, 2012, p. 44).

Referências

BARBOSA, Gabriela França; FARIAS, Josefa Patrícia Vitorino de. O processo de envelhecimento nos dias atuais. *In*: CONGRESSO INTERNACIONAL DE ENVELHECIMENTO HUMANO, 6., 2019, Campina Grande – PB. **Anais [...]**. Campina Grande: SESI, 2019. P. 1-12.

BERGMANN, Carolina Giordano. **A relação do idoso com o aprendizado musical**. 2012. 225 f. Dissertação (Mestrado em Música) — Universidade Estadual Paulista, São Paulo, 2012.

BORNHOLDT, Jeimely Heep. **Canto coral com idosos**: o que falam os regentes e as rotinas de ensaio. 2019. 127 f. Dissertação (Mestrado em Música) — Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2019.

BRASIL. Lei n.º 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, p. 1, 1.º out. 2003.

BRASIL. Lei n.º 14.423, de 22 de julho de 2022. Altera a Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, para substituir, em toda a Lei, as expressões “idoso” e “idosos” pelas expressões “pessoa idosa” e “pessoas idosas”, respectivamente. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, p. 1, 25 jul. 2022.

CAMARANO, Ana Amélia. **Estatuto do idoso**: avanços com contradições. Rio de Janeiro: Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada – IPEA, 2013.

CONCEIÇÃO, Kátia Milene Lima da. **Música e idosos**: a relação ensino/aprendizagem em três oficinas na cidade de São Paulo. 2013. 125 f. Dissertação (Mestrado em Música) - Universidade Estadual Paulista, São Paulo, 2013.

ERTEL, Débora. Com aumento na expectativa de vida, idoso de hoje vive e trabalha mais. **Jornal VS**, São Leopoldo – RS, set. 2016. (Série Envelhecer). Disponível em: https://www.jornalnh.com.br/_conteudo/2016/09/vida/2003252-com-aumento-na-expectativade-vida-idoso-de-hoje-vive-e-trabalha-mais.html. Acesso em: 23 nov. 2021.

FECHINE, Basílio Rommel Almeida; TROMPIERI, Nicolino. O processo de envelhecimento: as principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. **InterSciencePlace**, Campos dos Goytacazes – RJ, ed. 20, v. 1, art. 7, jan./mar. 2012.

FERREIRA, Camila Martins; SILVA, Ronaldo da. O cérebro musical: relato comparativo entre músicos e não músicos. *In*: ENCONTRO REGIONAL SUL DA ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO MUSICAL, 17., 2016, Curitiba. **Anais** [...]. Curitiba: ABEM, out. 2016.

FREITAS, Elizabete Viana de. **Tratado de geriatria e gerontologia**. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2010.

GOIS, Micheline Prais de Aguiar Marim. **A dimensão lúdica na regência de coro infantil**. 2015. 197 f. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2015.

GOMES, Lorena; AMARAL, Juliana Bezerra do. os efeitos da utilização da música para os idosos: revisão sistemática. **Revista Enfermagem Contemporânea**, Salvador, v. 1, n. 1, p. 103-117, dez. 2012.

HAUCK-SILVA, Caiti. **Preparação vocal em coros comunitários**: estratégias pedagógicas para construção vocal no Comunicantus, laboratório coral do departamento de Música da ECA-USP. 2012. 193 f. Dissertação (Mestrado em Artes) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2012.

KATER, Carlos Moura. **Projeto Música na Escola**. São Paulo, 2012.

LEVITIN, J. D. **A música no seu cérebro: a ciência de uma obsessão humana**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2010.

LINS, João; TONELLI, Maria J.; ARANHA FILHO, Francisco J.E. **Envelhecimento da força de trabalho no Brasil**. São Paulo: Pricewaterhouse Coopers Brasil, 2013.

LOURO, Viviane. **Fundamentos da aprendizagem musical da pessoa com deficiência**. São Paulo: Editora SOM, 2012.

LUZ, Marcelo Caires. **A educação musical na terceira idade: uma proposta metodológica de sensibilização e iniciação a linguagem musical**. 2005. 111 f. Dissertação (Mestrado em Gerontologia) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2005.

MARQUES, J.S. “**Até hoje aquilo que eu aprendi não esqueci**”: Experiências musicais reconstruídas nas/pelas lembranças idosas. 2011. 179 f. Dissertação (Mestrado em Artes) - Instituto de Artes, Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia/MG, 2011.

MEIRELLES, Roberto Campos; BAK, Roberta; CRUZ, Fabiana Chagas da. Presbifonia. **Revista do Hospital Universitário Pedro Ernesto**, UERJ, Rio de Janeiro, v. 11, p. 77-82, jul./set. 2012.

NATUME, Hilda; PILLOTO, Silva Sell Duarte; STRAPAZZON, Mirtes Antunes Locatelli. Musicalização: memórias, experiências e sensibilidades na terceira idade. **Revista Digital do LAV**, Santa Maria, UFSM, v. 11, n. 1, p. 211-234, jan./abr. 2018.

NERI, Anita Liberalesso. **Palavras-chave em gerontologia**. 4. ed. Campinas: Editora Alínea, 2014.

PAULA, Mery Helen Feleizari de; SCHERER, Cleudet de Assis. **A importância da música na estimulação da memória em idosos**. In: ENCONTRO DE PRODUÇÃO CIENTÍFICA E TECNOLÓGICA, 6., 2011, Campo Mourão. **Anais [...]**. Campo Mourão: Universidade Estadual do Paraná – Campus – FECILCAM/NUPEM, 2011.

PENNA, M. **Música(s) e seu ensino**. 2. ed. Porto Alegre: Sulina, 2015.

PRAZERES, Maria Márcia Viana. **Coral na terceira idade: o canto como sopro da vida**. A influência do canto na qualidade de vida de um grupo de coralistas idosas. 2010. 88 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) — Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2010.

RABELO, Thais Fernanda Vicente. O canto coral como prática educativo-musical na terceira idade. In: COLÓQUIO INTERNACIONAL EDUCAÇÃO E CONTEMPORANEIDADE, 5., 2011, São Cristóvão/Sergipe. **Anais [...]**. São Cristóvão: EDUCON, 2011.

RODRIGUES, Eunice Dias da Rocha. A formação do professor de Música e sua atuação com alunos idosos: que saberes são necessários? **Revista da ABEM**, Porto Alegre, v. 21, n. 31; p. 105-118, mar. 2013.

ROSA NETO, Francisco. A aptidão motora e o idoso. *In*: ROSA NETO, Francisco. **Manual de avaliação motora para a terceira idade**. Porto Alegre: Artmed, 2009. p. 14-29.

SAMPIERI, Roberto Hernández; CALLADO, Carlos Fernández; LUCIO, Maria del Pilar Baptista. **Metodologia de pesquisa**. Porto Alegre: Penso, 2013.

SCHERER, Cleudet de Assis. **Musicalização e desenvolvimento infantil**: um estudo com crianças de três a cinco anos. 2010. 156 f. Dissertação (Mestrado em Educação) — Universidade Estadual de Maringá-UEM, Maringá, 2010.