

Área Temática: Saúde

## **A UTILIZAÇÃO DA MÚSICA COMO TERAPIA PARA IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: AUTO-ESTIMA, ATIVIDADE FÍSICA E DEPRESSÃO**

Carla Aparecida Leite Bandeira<sup>1</sup>, Ane Iara Nonato de Sousa, Franciclébia Ferreira Bezerra e Silva, Geovanny Mendes Amâncio, Mário Hélio Antunes Pamplona<sup>1</sup>, Prof. Dr. Francisco Fábio Marques da Silva<sup>2</sup>

O presente projeto de extensão acontece na cidade de Cajazeiras – PB, contando com a participação de 20 alunos do curso de Graduação de Enfermagem e Licenciaturas do CFP/UFCG. Dentre estes, estão os “cuidadores de idosos” e músicos. A execução do mesmo ocorre no Lar de Idosos Luca Zorn. A música é utilizada como uma forma de terapia, permitindo ao idoso um grande avanço na promoção de uma melhor qualidade de vida; vale salientar que ela estimula o desenvolvimento motor e cognitivo, facilitando as expressões e manifestações de sentimentos. O projeto visa a melhora na qualidade de vida desses idosos, sendo perceptível um aumento em relação à autoestima e autocuidado dos participantes, além de proporcionar práticas de atividades físicas por conta da dança. Percebe-se também a diminuição de sintomas depressivos. Apresenta uma abordagem quantitativa, pois permite classificar tipos de opiniões, atitudes, preferências e comportamentos desenvolvidos pelo público alvo. Ao final do mesmo foi possível fazer um comparativo com os participantes, sendo nítidas as modificações ocorridas, a começar pela melhoria dos sintomas depressivos, pois a cada semana trabalhada, notou-se a respectiva alegria, esperança e maior interação social, outra modificação bem perceptível foi o cuidado adquirido para consigo, e conseqüentemente desenvolvendo o ânimo para dançar, cantar, conversar o que fizeram e passaram durante a vida, além de buscarem a prática de exercício para aumentar a habilidade física. Fica assim confirmado que o uso da musicoterapia é totalmente eficaz como coadjuvante no tratamento desses problemas mencionados, oriundos da velhice e bem mais característicos nos idosos que habitam uma Instituição de Longa Permanência devido as habilidades e capacidades perdidas pelo envelhecimento e agravadas devido a institucionalização, deixando clara a necessidade de desenvolver atividades deste tipo e mostra a incrível relevância do projeto apresentado, pois promove um envelhecimento mais digno e uma maior qualidade de vida.

Palavras-chave: Musicoterapia, Idosos Institucionalizados, Envelhecimento Saudável

---

<sup>1</sup> aluna do curso de Graduação em Enfermagem, voluntária, carlalbandeira\_40@hotmail.com.

<sup>2</sup> Coordenador, fabiomarques@cfp.ufcg.edu.br