

A simbologia da música erudita aplicada a utentes institucionalizados

*The symbol of classical musical to users
institutionalized*

*El simbolismo de la música clásica aplicada a los
usuarios institucionalizados*

Maria Helena Fernandes

RESUMO: O presente artigo analisa a importância da música erudita aplicada em atividades de animação a utentes institucionalizados com doenças crônicas, degenerativas e distúrbios psiquiátricos. Privilegiou-se o método qualitativo, por meio da observação e do estudo exploratório. Verificou-se que a audição da música erudita pode potenciar aptidão pela música como forma terapêutica e, ainda, proporcionar um elo comunicativo das emoções e substituição de palavras.

Palavras-chave: Animação Sociocultural; Utentes institucionalizados; Música Erudita.

ABSTRACT: *This article analyzes the importance of classical music applied to animation activities institutionalized users with chronic diseases, degenerative and psychiatric disorders. Priority is given to the qualitative method, through observation and exploratory study. It was found that the hearing of classical music can enhance fitness for music as a therapeutic way and also provide a communication link of emotions and replacing words.*

Keywords: *Animation Sociocultural; Institutionalized users; Classical Music.*

RESUMEN: *En este artículo se analiza la importancia de la música clásica aplicada a las actividades de animación a los usuarios institucionalizados con enfermedades crónicas, degenerativas y trastornos psiquiátricos. Se da prioridad al método cualitativo, a través de la observación y estudio exploratorio. Se encontró que la música clásica de audición puede mejorar la aptitud para la música como una forma terapéutica y también proporcionar un enlace de comunicación de emociones y palabras que sustituyen.*

Palabras clave: *Animación Sociocultural; Usuarios institucionalizados; Música clásica.*

Introdução

O envelhecimento, ao considerar-se um processo natural, não desdém um termo pejorativo como “ser velho” ou “ser doente”. Ao longo da história, tem havido personalidades idosas, de diferentes áreas que deram seu contributo à questão de um avanço produtivo à velhice, ainda que, com suas marcas e perdas, tal como o fizeram Goethe e Einstein. Nesse sentido, o envelhecimento normal resulta por senescência (Phaneuf, 2010).

Problemáticas demenciais, por sua vez, podem ocorrer em fases mais avançadas do envelhecimento, o que não é, porém, obrigatório, tratando-se de um processo lento que pode iniciar-se em camadas mais jovens, mas que se torna mais evidenciado em pessoas idosas.

A demência resulta de um declínio das funções cognitivas, que provoca diferentes alterações no cérebro: perda de memória, de capacidade de concentração e a deterioração na capacidade de aprendizagem, causando algum desequilíbrio na personalidade e no bem-estar.

Mundialmente, a doença de Alzheimer é a mais comum, havendo outras demências (como por exemplo, a Parkinson e o Acidente Vascular Cerebral, o AVC).

A Organização Mundial da Saúde, OMS, revelou que a demência¹ afeta cerca de 35,6 milhões de pessoas, com tendência a aumentar. As confusões sentidas por muitos idosos podem ser consideradas demências reversíveis, conforme Phaneuf (2010).

De acordo com Caldas, & Mendonça (2005, p. 1)

Para a OMS, a demência é uma síndrome resultante da doença do cérebro, em geral de natureza crónica ou progressiva no qual se registam alterações de múltiplas funções nervosas superiores, incluindo a memória, o pensamento, a orientação, a compreensão, o cálculo, a linguagem e o raciocínio. O estado de consciência não está enevoado. As perturbações das funções cognitivas são muitas vezes acompanhadas e, por vezes, precedidas por deterioração do controlo emocional do comportamento social ou da motivação.

Alois Alzheimer foi o psiquiatra e neurologista alemão que descreveu a patologia que recebeu seu nome, a doença de Alzheimer. Os sintomas da doença variam de pessoa a pessoa, mas afetam a memória, a linguagem, com perda da capacidade intelectual e mental. Tratando-se de uma doença neurológica é ainda considerada irreversível e incurável. “Os doentes lembram-se de acontecimentos que ocorreram 20 anos antes, mas são incapazes de dizer o que comeram ao almoço, há apenas meia hora”, conforme o descrevem Miltner, e Siefer (2000, p. 108).

Phillips (2009) revela que as pessoas que sofreram graves danos cerebrais podem sofrer perdas de memória, assim como um doente de AVC. Diante dessas patologias, pode haver uma resolução que impeça seu avanço precoce: por meio da música e outras técnicas de estímulo cognitivo.

Segundo Goffman (2010), o idoso quando entra em um lar coletivo, é considerado utente. Essa mudança pode contribuir para a ‘mortificação’ do Eu, visto que sua institucionalização pode implicar a perda de autonomia relativamente a seus hábitos de vida ativa, e a sua identidade pessoal. Justamente em casos assim, é que pode ser feita uma intervenção fazendo-se uso da música erudita, em duas vias: através de gravações e de músicos ao vivo, sabendo que a música apela ao aguçamento dos sentidos e resulta como um elo comunicativo de emoções e palavras.

¹ Recuperado em 02 dezembro, 2015, de: <http://alzheimerportugal.org/pt/text-0-9-42-45-demencia-uma-prioridade-de-saude-publica>.

A temática deste artigo refere a importância da música erudita nas atividades de animação, aplicada a idosos de lares institucionalizados como forma de distração, de necessidade física e de autoconhecimento. A música apela à sensibilidade, os sentidos, as emoções e ainda, funciona como um ato de comunicação e de movimento.

A animação sociocultural requer uma metodologia de intervenção que permita atuar sobre um grupo ou comunidade através da participação, da motivação, e da mudança. Sem participação não há enriquecimento nem desenvolvimento individual e social. Nesse sentido, a animação sociocultural deve contribuir para o bem-estar da comunidade e da qualidade de vida.

Este estudo é composto de um enquadramento teórico, com vistas a encontrar alguns conceitos norteadores à presente análise e, em seguida, explicitam-se os procedimentos metodológicos, a discussão dos resultados e a respetiva conclusão.

Breve história da música

Desde sempre a música esteve ligada ao homem. Durante a Antiguidade o homem sentia a necessidade de expressar seus medos, desejos e emoções, utilizando outras formas de comunicar: a dança, a pintura, a música e seus rituais, por meio de uma linguagem não- verbal.

A arte assumiu não só um valor terapêutico, curativo, como também mágico (Ferraz, como citado em Bucho, 2009); a necessidade de combater as adversidades da vida exigia que o ser humano procurasse outros recursos para sobreviver. A voz humana resultou como o primeiro instrumento musical.

Candé (1980) revela a existência da música na Bíblia através de alguns exemplos: Samuel fundou uma escola de profetas e de músicos (antes de Cristo); David tocava Kinnor para acalmar a depressão nervosa de Saul.

A música é “a arte de combinar os sons” (Vieira, 1899, p. 361). “É um fenómeno sociocultural” (Sousa, 2003, p. 16).

A música assumiu um papel importante nas diferentes civilizações do mundo inteiro, nomeadamente na Grécia.

Para os Gregos, a palavra música (*mousikê*) significava a "arte das musas" (Schwanitz, 2008). Os gregos dedicavam a música aos deuses e acreditavam na existência de poderes mágicos, capazes de curar ou purificar o corpo e o espírito.

As Musas estavam envolvidas em três artes: a dança, a música e a poesia. As Musas eram filhas de Zeus e Mnemose (a memória). Das nove musas, apenas seis estavam relacionadas com a música: Clio (história e poesia épica) Calíope (poesia heróica e oratória), Erato (canção de amor), Euterpe (Música e flauta), polímnia (Canto e hinos) e Terpsícore (canto coral e dança) (*idem*, 2008).

A música é uma filha do amor divino cuja graça, beleza e misteriosos poderes curativos estão intimamente ligados à ordem celestial e à memória da nossa origem e destino (Campbell, 2000, p. 55).

Platão foi o filósofo grego que defendeu que a música deveria educar a alma; sendo assim, deveria estar incluída na educação e, logo a seguir, no corpo através da ginástica (Ferraz, como citado em Barreira, 2009). Aristóteles defendia que a música deveria ser aplicada a todas as pessoas e em diferentes contextos sociais (Sousa, 2003). No seu ponto de vista, a música suscita o efeito purificador e espiritual. Pitágoras foi considerado o pai da matemática e da música; considerava que alguns cânticos ajudavam a acalmar a dor e a aliviar o *stress* ou a agitação (Ferraz, como citado em Barreira, 2009). Pitágoras e Platão consideravam que “a música era a ordem do mundo, a harmonia universal (...)” (Vieira, 1899, p. 361).

Pitágoras elaborou uma escala musical e descobriu as notas musicais e os intervalos musicais da oitava.

Schopenhauer considerava a música como um dos elementos mais nobre da arte que age de uma forma rápida e simples no sujeito, podendo atingir não só a sensibilidade, mas acima de tudo a alma do ser humano (Magee, 1999).

O elemento fundamental da música é o som.

A música é constituída por três elementos: o ritmo, a harmonia e a melodia. O ritmo é a base da expressão musical, ou seja, sem o ritmo não pode haver música.

A harmonia resulta da combinação de sons simultâneos: a atuação de vozes ou de diferentes instrumentos. E a melodia é o conjunto de sons executados em sequência. (Vieira, 1983).

Música erudita

A palavra erudita, em latim, significa “*eruditus*”, música elaborada através dos moldes da música secular e da liturgia ocidental que vem desde o século IX até a atualidade². Na música ocidental, enquadram-se diferentes períodos com as respectivas datas, grande variedade de instrumentos e estilos de música.

Destacam-se a música medieval (até 1450); a música Renascentista (1450-1600); a música Barroca (1600-1750); a música Clássica (1750-1810); a música Romântica (1810-1910) e a música Contemporânea.

A música Medieval é de caráter religioso. Guido d’Arezzo foi o monge e compositor italiano que inventou a pauta de quatro linhas (Lord, & Snelson, 2008). O cantochão baseava-se na música sacra, sendo utilizado em locais religiosos. Seus cânticos apresentavam algumas características: ser cantado por um coro masculino; o som é monódico: utiliza uma melodia; o ritmo é livre (sem compasso) baseado nas frases; sem utilização do acompanhamento de instrumentos musicais; os textos, em latim.

Na época Renascentista foi criado o novo estilo de música religiosa, a oratória (escrita para vozes a solo, orquestra e coro) (Ferreira, Peças, & Carvalho, 2002). Sendo assim, a música era polifônica³, havendo o alargamento pela música profana, aplicando-se o motete (peças escritas para quatro vozes) cantado nas igrejas (Schwanitz, 2008).

Surgiu o interesse pela música profana (música não religiosa), o incentivo em escrever peças somente para instrumentos. “Para exprimir em música as suas emoções, os músicos tinham a necessidade de desenvolver novas técnicas de composição.” (Moses, 1986, p. 35). Houve a separação entre a música instrumental e a música vocal e, para determinados instrumentos, escrevia-se música específica. Além disso, houve a difusão da polifonia, através dos instrumentos de cordas e harmonias (Ferreira, Peças, & Carvalho, 2002). Segundo esses estudiosos, em tal época, surgiu o madrigal, ou seja, uma música secular cantada em cinco ou seis vozes.

² Recuperado em 10 julho, 2014, de: <http://www.infoescola.com/artes/musica-erudita>.

³ São várias melodias tocadas ou cantadas ao mesmo tempo.

Em boa parte, o repertório de tecla renascentista desenvolveu-se a partir da transcrição de obras de polifonia vocal, processo que se encontra exemplarmente demonstrado em duas coleções manuscritas procedentes de Mosteiro de Santa Cruz de Coimbra, que se consertou na Biblioteca Geral da Universidade com as cotas (Brito, & Cymbron, 1992, p. 48).

A música Barroca revelou uma sensação de estabilidade, de ordem, de segurança e criou um ambiente mentalmente estimulante para o estudo ou para o trabalho (Campbell, 2000). Alguns compositores da época foram Bach, Handel, Vivaldi e Coreli.

A palavra Barroca é de origem portuguesa que significa pérola (Kidder, & Oppenheim, 2007). Nessa época surge a ópera (de expressões dramáticas) e do oratório. Cláudio Monteverdi, o compositor italiano, foi considerado “o pai da ópera”. A primeira ópera chamou-se Orfeu (Lord, & Snelson, 2008). Este tipo de música revela algumas características: ritmos energéticos, melodias em harmonia, a igualdade entre a música e o instrumento, combinações de instrumentações e vozes mais variadas em conjunto a oratórios e cantatas. Alguns instrumentos da época foram: o Órgão, o Oboé, o Fagote, a Flauta de Travessa e de Bico (Moses, 1986). A música Clássica refletia elegância e transparência, podendo ajudar a melhorar a concentração, a memória, e a percepção espacial.” (Campbell, 2000, p. 113). A música instrumental era mais dominante do que a vocal. Nessa época, surge a Sonata, com Mozart e Haydn que foram, dos compositores desse período, os que mais escreveram sonatas. A sonata é “uma peça instrumental solo ou de câmara que consiste em vários movimentos” (Lord, & Snelson, 2008, p. 114). Nessa época foram escritas muitas obras para piano forte.

Na música Romântica, os compositores remetiam a valores relacionados com sentimentos. Alguns instrumentos usados na época foram o Piano de Cauda e o Cravo (Moses, 1986). “A música romântica enfatiza a expressão e o sentimento, invocando frequentemente temas de individualismo, nacionalismo ou miticismo.” (Campbell, 2000, p. 113). Alguns compositores da época romântica foram: Beethoven, Listz e Dvorak, Shumbert, Tchaikovsky e Chopin.

No final do séc. XIX e início do séc. XX surgiram diferentes correntes musicais: o Impressionismo (Debussy, Fauré e Maurice Ravel, considerados grandes compositores da época); o Dodecafonismo (cujo compositor Arnold Shoenberg é visto como seu criador), dentre outras correntes musicais.

Em diferentes contextos, a música erudita consegue sempre transmitir efeitos positivos, em determinadas situações.

Importância da música erudita

No final da segunda Guerra Mundial, a terapia pela música foi aplicada aos veteranos da guerra para ser usada na reabilitação psicológica (Peters, 2000). A música erudita possui efeitos terapêuticos e curativos em diferentes áreas. Um dos seus efeitos está relacionado com a saúde física e psíquica: ajuda a colmatar a solidão, a apaziguar a alma nas situações de *stress* (momentos de dor, de perdas, de luto, de tristeza e outras situações), e ainda, é utilizada para efeito terapêutico e outros fins. Além disso, funciona como uma linguagem universal.

A música Clássica altera a frequência cardíaca dos pacientes em estado vegetativo, o que sugere que ela pode afectar os sistemas neuronais da emoção mesmo na ausência de consciência, refere um estudo publicado na revista *Clinical Neurophysiology*⁴.

A música produz som (elemento primordial). Através da música, é possível que o indivíduo (o utente) consiga ter diferentes emoções e sentimentos de alegria ou de tristeza ou de calma. Sendo assim, a música pode ajudar no bem-estar físico e psicológico de quem a ouve.

A música não reside no instrumento, nem no ouvido. Os instrumentos e seus acessórios, como vemos, são meramente matéria, madeira, metal ou cordas, obras de um artesão; e estes não sentem, nem ouvem, num por si comovem ou emitem qualquer som. Quanto ao ouvido, embora pareça ouvir e embora seja obra do artífice divino, ainda não é um instrumento; e, apesar da sua mais fina textura e mais preciosos materiais em relação aos anteriores, é em si mesmo insensível. Mas mediante a colaboração de ambos ou instrumentos, natural e artificial, Deus labora em nós tornando-nos aptos a ouvir tudo o que ouvimos e a apreciá-la enquanto música (Bisse (1726), como citado em Wagh, 2000, p. 17).

⁴ Recuperado em 04 junho, 2013, de: <http://www.alert-online.com/pt/news/health-portal/musica-classica-muda-frequencia-cardiaca-em-doentes-em-estado-vegetativo>.

A música pode ajudar o cérebro a liberar as endorfinas e substâncias químicas favorecendo o bem-estar de uma pessoa (Monteiro, 1990).

A cura está no culminar de cada momento e na antecipação de cada momento que há-de vir, com todo o seu sofrimento e sombra, prazer e alegria. (...) A música pode catapultar a mente, o corpo e o coração para o presente mais depressa do que qualquer modalidade (...) (Campbell, 2000, p. 93).

A música apela aos sentidos e resulta como um elo comunicativo das emoções e substituição de palavras e pensamentos. Nesse sentido, a audição da música ajuda a colmatar a solidão e a tristeza. O canto possui a sua singularidade de voz.

Existem casos científicos registados sobre os benefícios da música nos doentes:

Na Universidade Federal Paulista de Medicina, o neurologista Mauro Muszkat pesquisou as alterações elétricas no cérebro de pacientes ao escutarem música. De um modo geral, as funções musicais parecem ser complexas, múltiplas (...) envolvendo o hemisfério direito para altura, timbre, discriminação melódica, e o esquerdo para ritmos, identificação semântica de melodias, senso de familiaridade e processamento temporal e sequencial dos sons. Para este neurologista, “um paciente que tenha sofrido algum dano cerebral pode recuperar algumas funções se for estimulado com a música (Ballone, 2010).

Em Portugal há trabalhos realizados sobre a música na área da animação sociocultural para idosos. Fontes (2015) considera que as diferentes expressões artísticas funcionam como um despertar da auto-estima, da comunicação pessoal e interpessoal, da aceitação da sua imagem e da condição de vida e ainda, da criatividade. A criatividade revela-se através da liberdade pessoal. Nesse sentido, os utentes que revelam o declínio da função cognitiva e da perda de memória podem ser integrados nas diferentes atividades de animação. A variedade de música pode despertar novos interesses e ainda, recordar determinadas melodias ou músicas do passado.

A sociologia e a música acompanham a evolução do homem, em vários contextos socioculturais. Nas bandas filarmônicas pode haver diferentes gerações familiares que funcionam como um local de convívio, de educação, de aprendizagem, de cidadania e de socialização (Gomes, como citado Pereira, Lopes, & Rodrigues, 2013).

Abordagem metodológica

Desde meados de 2004 até 2015 foi apresentada a música erudita através da gravação e da atuação ao vivo de músicos. Foi aplicada a abordagem qualitativa, através da observação e do estudo exploratório, em diferentes lares institucionalizados na região de Lisboa, Portugal.

Inicialmente foram realizados alguns estudos sobre a temática, usando diferentes bibliografias.

Verificou-se que os utentes acamados revelavam limitações ao nível da comunicação, da motricidade, da sonolência e da apatia. Outra problemática é a solidão e a tristeza de não ter uma vida ativa ou de sentir uma perda interior. Há medida que a doença evolui, o utente isola-se da realidade e das pessoas em geral.

Nesse sentido, verificou-se que a música erudita tinha um efeito terapêutico e funcionava como veículo de comunicação e de participação para todos os utentes. A música erudita foi apresentada em duas formas: através da gravação e das atuações. As atuações foram realizadas ao vivo, de acordo com a disponibilidade dos artistas.

O canto é uma forma de expressão musical através da voz humana. A música erudita, sendo um verdadeiro instrumento de aprendizagem e de expressão do ser humano, vai ajudar no bem-estar físico e psicológico e ainda, no processo de socialização de um utente institucionalizado.

Em cada atuação era realizada a avaliação oral aos utentes que conseguiam expressar-se, para tentar compreender a importância da música erudita ao vivo. As perguntas eram semiestruturadas, o que possibilitou aos participantes a livre expressão da sua opinião.

O repertório concentrou-se na música do Renascimento; neste caso, peças populares como os vilancicos de Juan del Encina e de Pedro Escobar, para além de outros compositores anónimos do cancionero de Elvas. Também foram apresentadas músicas tradicionais de épocas festivas (Natal, Páscoa). De Portugal, destacaram-se vários compositores entre os quais: Pero de Escobar, André de Resende, Damião de Gois, Pedro do Porto e Giovanni da Palestrina (este último foi um compositor italiano (1525-1594) que dedicou à música sacra, pondo em prática as normas impostas pelo Concílio, tendo ainda inventado o contraponto⁵. Pero de Escobar aparece associado às obras religiosas (em duas dúzias delas) e em dezoito peças profanas espalhadas. “As canções profanas de Escobar encontram-se no Cancioneiro do Palácio e três delas aparecem igualmente, anónimas no Cancioneiro de Elvas.” (Brito, & Cymbron, 1992, p. 39). Juan del Encina⁶ foi poeta, cantor, e a sua maior obra lírica tinha sido preparada para ser cantada. A poesia era profana. Viveu em Itália e trabalhou a serviço do Duque de Alba, tendo cantado para o Papa Leão X. Além disso, aplicaram-se canções típicas de épocas festivas e ainda cancioneros de Elvas, de autores anónimos.

Em diferentes atuações, foram utilizados alguns instrumentos, entre os quais a Viola da Gamba, a Flauta de Bisel e o Alaúde.

A presença direta de instrumentos e da voz humana favoreceu o despertar de emoções, não só nos utentes, como nos seus familiares. Em nenhuma situação se utilizou o microfone para evitar algum incómodo, ou agitação em utentes mais fragilizados e acamados.

A alternância dos exercícios intelectuais, físicos e de interação social permite uma estimulação mais ampla das diversas faculdades. Não se trata necessariamente de querer criar relações entre os participantes, mas antes de levar a pessoa a integrar-se num grupo e de ser estimulada pela presença dos outros (Phaneuf, 2010, p. 136).

⁵ Trata-se da arte de combinar várias vozes em simultâneo, para obter um som agradável.

⁶ Recuperado em 23 junho, 2013, de: http://pt.wikipedia.org/wiki/Juan_del_Encina.

Procedimentos, materiais, e variáveis em estudo

Em cada sessão, houve intervenções por parte de artistas amadores e também de alguns profissionais nesta área. As atuações dependeram da sua disponibilidade, tendo havido anualmente cinco ou seis atuações. Uma das finalidades dos artistas era cantar ao vivo e estar em contato com os utentes das salas, e em cada quarto (individual ou duplo).

As atuações nos quartos individuais e duplos poderiam durar entre 5 a 10 minutos. A maioria dos utentes acamados possuía mais limitações devido à sua situação física e psicológica. No entanto, reagiam, expressando-se através de gestos: sorrindo, batendo palmas, emitindo algumas palavras, sons ou abrindo os olhos no momento em que os artistas começavam a atuar.

Nas salas, havia, por norma, mais utentes a assistir, embora a capacidade de apreensão variasse de indivíduo para indivíduo, visto que cada um apresentava diferentes patologias de acordo com a sua idade. A doença de Alzheimer era a mais comum.

A doença de Alzheimer é a causa principal da demência irreversível. Por si só, é responsável por mais de metade dos casos de senilidade grave acima dos 65 anos. (...) o médico alemão Aloís Alzheimer, que identificou a doença em 1907, procurava dados que explicassem o aparecimento da demência nas pessoas com menos de 65 anos (Monteiro, 1990, p. 266).

Verificou-se que as atuações adaptadas ao número maior de utentes que permaneciam na sala obtinham melhor resultado por estimular a atenção no momento presente. A maior parte dos utentes batia palmas e pedia que se repetissem as peças.

Cada utente reagia de acordo com as suas limitações. A agitação do exterior podia causar desconcentração a quem assistia.

Em algumas atuações, verificou-se que a presença de familiares ou amigos despoletava sentimentos de alegria, de confiança e de proteção.

Há situações em que o utente se sente isolado por estar separado da sua família, e a música erudita pode ajudar a colmatar a tristeza e outras emoções.

A maioria das atuações foi de música popular em que se utilizavam variados instrumentos, desde Flauta, Triângulo, Cavaquinhos e Viola.

Resultado e discussão

Durante as atividades foram escutadas gravações de diferentes compositores, entre os quais Bach, Vivaldi, Tchaikovsky, Ravel, Mozart, Beethoven e Chopin. Alguns familiares gostavam de escutar música erudita e de vez em quando, partilhavam os seus gostos.

Verificou-se que a maioria dos utentes preferia escutar música popular; contudo, gostavam de ouvir ao vivo a música erudita. Os familiares quando estavam presentes no lar também gostavam de assistir às atuações.

Entre os utentes havia pessoas que gostavam de fazer perguntas e de participar nas diferentes atuações de música. O canto resultou como um estímulo para a memória por serem executadas peças conhecidas cujos textos eram repetitivos. As diferentes opiniões de alguns utentes permitiram perceber os efeitos da música erudita em quatro eixos temáticos:

- 1- A influência da música na atualidade;
- 2- Desconhecimento da música;
- 3- Sentimentos pessoais sobre a música;
- 4- A experiência da música.

1.A Influência da música na atualidade: Tratando-se de utentes de diferentes problemas degenerativos, crónicos e outras situações clínicas verificou-se a deficiência de memória e atenção.

Alguns utentes retiveram na memória as canções apresentadas durante algum tempo. O som dos instrumentos era-lhes muito agradável. A presença dos instrumentos musicais traduz beleza e atividade sensorial.

“Eles cantam muito bem, o som é muito bonito”.

“Gostei de ouvir os instrumentos musicais”.

2.Desconhecimento da música: A linguagem musical traduz uma simbologia específica com características próprias. Escutar a música erudita pode resultar de uma curiosidade individual.

“Gostei de ouvir, mas não entendi.”

3.Sentimentos pessoais da música: pelo seu poder, a música despoletou varias reacções tanto nos utentes como os seus familiares. Essas reacções traduziram-se em diferentes maneiras: de emoção, de comoção, de alegria, de tristeza e até de ira.

“Senti-me bem em escutar esse tipo de música.”

4.A Experiência da música: As memórias proporcionadas pela audição de música ajudaram os utentes a alhear-se da sua realidade nesse momento. A música teve um efeito terapêutico.

“Quando era criança, os meus pais levavam-me a escutar esse tipo de música.”

A música pode ser ensinada, “trabalhada” e vivenciada em qualquer fase da vida. Através do canto pode-se exprimir variados sentimentos. Muitas vezes, enfatizados por gestos corporais. Além disso, a música desperta movimento, ação, modos de pensar e de agir.

Descrição dos instrumentos utilizados nas diferentes atuações

A Viola de Gamba é um instrumento de corda desenvolvido no século XV, e usado durante a época Renascentista e no Barroco (Burrows, & Wiffen, 2007).

Havia duas famílias de instrumentos de corda em voga nessa época: os alaúdes de fundo chato, em forma de meia pera, tinham cordas de tripas; os instrumentos aparentados ao cistre tinham cordas metálicas e as costas planas. (Moses, 1986, p. 37).

O Alaúde é um instrumento musical diferente da guitarra; pertence à família dos cordofones.

Estes instrumentos são beliscados com a mão direita, “e frequentemente são utilizados como instrumentos contínuos ou para acompanhar canções” (Burrows, & Wiffen, 2007). Existem em tamanhos diversos (alto, tenor, baixo, e outros) (Henrique, 1999).

A Flauta de Bisel surgiu no século XII e com o avançar dos tempos desenvolveu-se. Na época Renascentista, a Flauta foi considerada antes um instrumento de conjunto que solista (Henrique, 1999). Ainda conforme este autor, no século XVI, tocava-se nas igrejas e era utilizada a solo e, em meados do século XX, foi quando reapareceu nas escolas e se passou a ensinar esse instrumento.

Importância da animação sociocultural nos utentes institucionalizados

A palavra animação assume um valor polissémico: animar (comunicar com alma e amor), por em movimento um determinado grupo, dar ânimo e ter espírito aberto (aceitar as pessoas tal como são, sem intervir com a sua individualidade) (Trilla, como citado em Bernet, 2004).

A Animação sociocultural é um conjunto de práticas sociais desenvolvidas a partir de uma determinada realidade com o objetivo de incentivar a participação das comunidades no seu desenvolvimento pessoal, cultural e social. É necessário criar uma dinâmica que incentive a participação das pessoas, mediante o conhecimento e o acompanhamento do grupo no sentido de favorecer a solidariedade, a comunicação e outras formas de expressão.

Em cada comunidade existem diferentes personalidades com uma história de vida: cada indivíduo possui a sua individualidade.

O animador deve acompanhar e estar atento às devidas mudanças de um grupo que acompanha a comunidade idosa, a fim de obter informações precisas para preencher o espaço vazio resultante desse meio envolvente. Sendo assim, o animador está em constante aprendizagem.

A formação do Animador é algo inacabado, trata-se de um processo formativo com caráter de permanência, onde o Animador está sempre aprender, nunca está concluído (Lopes, como citado em Ander-Egg, 2006, p. 539).

As atividades de animação podem transformar a vida de um grupo, permitindo valorizar e exprimir seus valores e direitos. E, nesse sentido, cada indivíduo, com sua história de vida e limitações, deve ser integrado na sociedade com respeito e dignidade.

A animação de idosos representa um conjunto de passos com vista a facilitar o acesso a uma vida mais activa e mais criadora, à melhoria nas relações e comunicação com os outros, para uma melhor participação na vida da comunidade de que um indivíduo faz parte, desenvolvendo sua personalidade e autonomia pessoal (Jacob, 2008, p. 31).

O idoso pode sentir-se inútil devido à mudança da sua vida, sendo necessário fazer com que este ocupe o seu tempo livre com tarefas que lhe dê prazer, gosto e que estimule. Sendo assim, um animador cria projetos e proporciona novos objectivos para um novo rumo de vida.

Em 1946, a Organização Mundial da Saúde (OMS) definiu a saúde como um estado de total bem-estar físico, psíquico e social, e não apenas a ausência de doenças ou debilidade. Gozar da melhor saúde possível é direito de todo o homem, independentemente de raça, religião, convicção política ou situação económica e social.

De acordo com a Constituição da República Portuguesa 1/2005, no seu artigo 72: *“As pessoas idosas têm direito à segurança económica e a condições de habitação e convívio, familiar e comunitário, que respeitem a sua autonomia pessoal (...)”* (I- Série-A de 2005/8/12,p. 4654). Esta medida tem como intenção evitar o isolamento, a exclusão e a marginalização social dos mais velhos.

Em 1991, foram aprovados, em Assembleia Geral, os Princípios das Nações Unidas para o idoso, dentre os quais se destacam: a independência; a participação, a assistência, a realização pessoal e a dignidade (16/12/1991). Com o passar dos tempos, os lares passaram a adoptar estratégias, a fim de ocupar os utentes, no sentido de estimulá-los para a vida e para a sua equidade física e psicológica.

Trata-se de fazer do lar um processo global de animação sociocultural gerador de convivência, participação e desfrute do ócio e da cultura (...). Um programa integral de animação sociocultural deveria ter em atenção os aspetos seguintes:

cultural, psicossocial, socioeducativo e terapêutico. As atividades em redor a cada um deles serão múltiplas (Trilla, como citado em Osório (2004, p. 258).

Considerações Finais

Verificou-se que os utentes que participaram nas atividades de animação e escutaram música erudita ganharam mais autonomia nas suas atividades de vida diária, além de terem adquirido alguns conhecimentos que lhes foram enriquecedores sobre esse tipo de música. Alguns familiares aderiram ao projeto, pois a música erudita lhes trazia também algum conforto emocional.

A música não exige esforço intelectual, podendo ser aplicada para diferentes faixas etárias e em diferentes setores profissionais.

A música ao funcionar como um todo vai influenciar a vida do ser humano (a personalidade), favorecendo a mente e o corpo e, nesse sentido, irá ajudar no equilíbrio mental e sensorial. Além disso, desperta emoções e sentimentos positivos no ser humano.

A animação sociocultural pode contribuir para o desenvolvimento da qualidade de vida nas diferentes relações humanas, sendo este o caminho para que cada pessoa possa encontrar-se consigo mesma. Sendo assim, a música pode ser vista como um meio de comunicação individual e único; em suma, cada pessoa interage de um modo diferente ao som que escuta.

Ser idoso é ser alguém que um dia construiu uma história de vida e deixou marcas da sua experiência na vida no passado-presente e no futuro. Quem chega a ser idoso pode ver-se com uma glória de vida e de sucesso. O mesmo se passa com os doentes dependentes que, apesar das suas fragilidades, suas limitações, são seres humanos dignos de viver na sociedade.

Referências

- Ander-Egg, E. (2006). A Corrente Ibérica nos anos 90 na Formação de Animadores em Portugal. In: Lopes, M. S. *Animação Sociocultural em Portugal*. Amarante, Portugal: Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.
- Ballone, G. J. (2010). *A Música e o Cérebro*. In: *PsiquWeb*. Recuperado em 03 setembro, 2014, de: www.psiqweb.com.
- Barreira, N. M. (2009). Música em Psicoterapia. In: Ferraz, como citado em Barreira (2009). *Terapias Expressivas Integradas*. (Vol.1). Vale do Pinheiro, Portugal: Tutti Rev. Editorial.
- Bernet, J.T. (2004). Conceito, Exame e Universo da Animação Sociocultural. In: Trilla, como citado em Bernet (2004). *Animação Sociocultural: Teorias, Programas e Âmbitos*. Horizontes Pedagógicos. Lisboa, Portugal: Instituto Piaget.
- Bisse, T. (2000). Que coisa é esta a que chamamos música? In: Waugh, A. *Música Clássica. Outra forma de Ouvir*. Lisboa, Portugal: Estampa.
- Brito, M. C., & Cymbron, L. (1992). *História da Música Portuguesa*. Lisboa, Portugal: Universidade Aberta.
- Bucho, J. L. S. M. C. (2009). Arte-Terapia: Criação e transformação. In: Ferraz, M. (Org.). *Terapias Expressivas Integradas*, 55-93. (vol.1). Vale do Pinheiro, Portugal: Tutti Rev. Editorial.
- Burrows, J., & Wiffen, C. (2007). *Música Clássica*. Guias Essenciais. Porto, Portugal: Editora Civilização.
- Caldas, A. C., & Mendonça, A. (2005). *A Doença de Alzhmeir e outras Demências em Portugal*. Lisboa-Porto, Portugal: Edições Técnicas.
- Campbell, D. (2000). *O Efeito de Mozart - Descubra o poder terapêutico da música*. Estrela Polar. Lisboa, Portugal: Oficina do Livro.
- Candé, de R. (1980). *O Convite à Música. Arte e Comunicação*. Lisboa, Portugal: Edições 70.
- Ferraz, M. (2009). *Terapias Expressivas Integradas* (vol.1). Vale do Pinheiro, Portugal: Tutti Rev. Editorial.
- Ferreira, M. da P., Peças, M. A., & Carvalho, J. C. (Coords.). (2002). *Enciclopédia Completa - Todo o Saber num só volume*. (1º vol.). Lisboa, Portugal: Seleções Reader's Digest.
- Fontes, A. (2015). As Artes enquanto Estratégias de intervenção da Animação Sociocultural na Terceira Idade; em <http://quadernsanimacio.net>, n.º 22, de julho de 2015, ISSN:1698-4404.
- Goffman, E. (2010). *Manicómios, prisões e conventos*. São Paulo, SP: Perspectiva.
- Gomes, A. da S. (2013). A Música na Animação Sociocultural de Idosos e Educação Intergeracional. In Pereira & Lopes & Rodrigues (Coord.), como citados Gomes (2013). *A Animação Sociocultural Gerontologia e Geriatria- A Intervenção Social, Cultural e Educativa na Terceira Idade* (1ª ed.). Chaves, Portugal: Intervenção.

- Jacob, L. (2008). *Animação de Idosos. Atividades*. Porto, Portugal: Âmbar.
- Kidder, D. S., & Oppenheim, N. D. (2007). *Diário do Saber - Estimule a sua mente e Ganhe Confiança na sua Cultura Geral*. Lisboa, Portugal: Bertrand Editora.
- Henrique, L. (1999). *Instrumentos Musicais* (3ª ed.). Serviço de Educação - Fundação Calouste Gulbenkian. Lisboa, Portugal: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Lei Constitucional n.º 1/2005. Decreto-Lei n.º 1/2005 de 12 de Agosto, com a sétima revisão Constitucional. Diário da República: I Série A de 2005/8/12: Recuperado em 01 julho, 2015, de: <http://www.igualdade.gov.pt/images/stories/documentos/legislacao/legislacao/CRP/LeiConstitucional.pdf>.
- Longfellow, H. W. (2000). *Que é a Música clássica*. In: Waugh, A. *Música Clássica. Outra forma de Ouvir*. Lisboa, Portugal: Estampa.
- Lopes, M. de S. (2006). *Animação Sociocultural em Portugal*. Amarante, Portugal: Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.
- Lord, M., & Snelson, J. (2008). *História da Música - Da Antiguidade aos nossos dias* Eslovénia: H.F. Hullmann.
- Macedo, M. E. M. (1992). *Enciclopédia de Medicina A-H*. (1º vol.). Lisboa, Portugal: Selecções do Readers Digest.
- Magee, B. (1999). *História da Filosofia*. Londres, England: Civilização.
- Miltner, F., & Siefer, W. (2000). *Pensar Melhor, Viver Melhor*. Madrid, Espanha: Selecções do Reader's Digest.
- Mimoso, A. J. O. (1998). *Saúde e Paz de Espírito*. (Vol.13). Tratamentos Naturais e Bem-Estar. Lisboa, Portugal: Selecções Reader's Digest.
- Monteiro, L. (1990). *ABC da Mente Humana*. Lisboa, Portugal: Selecções Reader's Digest.
- Moses, D. (1986). *A Música. Novos Temas*. Lisboa, Portugal: Editora Valor Amadora.
- OMS - Organização Mundial de Saúde: Recuperado em 30 novembro, 2015, de: <http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html>.
- Osório, A. R. (2004). *Animação Sociocultural na Terceira Idade*. In: Trilla, J. (2004). (Coord.). *Animação Sociocultural: Teorias, Programas e Âmbitos*. Horizontes Pedagógicos. Lisboa, Portugal: Instituto Piaget.
- Pereira, J. D. L., Lopes, M. de S., & Rodrigues, T. M. M. (Coord.). (2013). *A Animação Sociocultural Gerontologia e Geriatria - A Intervenção Social, Cultural e Educativa na Terceira Idade*. Chaves, Portugal: Intervenção.
- Phaneuf, M. (2010). *O envelhecimento perturbado: A doença de Alzheimer*. (2ª ed.). Porto, Portugal: Amadora Lusodidacta.
- Philips, Charles (2009). *Treine a Memória: Nunca mais se Esqueça de Nada*. Lisboa, Portugal: Edicare Editora.
- Princípio das Nações Unidas para o Idoso. *Resolução 46/91*. Aprovada na Assembleia Geral das Nações Unidas, 16/12/1991: Recuperado em 30 setembro, 2014, de: http://www.fbb.pt/sos/wp-content/uploads/sites/10/2014/05/principios_das_nacoes_unidas_para_o_idoso.pdf

- Peters, D. (2000). *O Guia Completo da Medicina Integrada. Terapias naturais*. Porto, Portugal: Livraria Civilização Editora.
- Schwanitz, D. (2008) *Cultura - Tudo o que se precisa saber*. (10ª ed.). Lisboa, Portugal: Livros D'Hoje.
- Sousa, A. (20003). *Música e Artes Plásticas*. (3º vol.). Lisboa, Portugal: Instituto Piaget.
- Spence, K. (1979). *O Livro da Música*. São Paulo, SP: Círculo do Livro.
- Trilla, J. (Coord.). (2004). *Animação Sociocultural: Teorias, Programas e Âmbitos. Horizontes Pedagógicos*. Lisboa, Portugal: Instituto Piaget.
- Vasconcelos, M. A. (1999). *Tratamentos Médicos e Alternativos*. Lisboa, Portugal: Selecções Reader's Digest.
- Vieira, E. (1899). *Diccionario Musical* (2ª ed.). Lisboa, Portugal: Lambertini.
- Vieira, E. (1983). *Teoria da Música: Primeira e Segunda Partes – Noções Elementares e seu Desenvolvimento* (33ª ed.). Lisboa, Portugal: Edições Valentim de Carvalho CI SARL.
- Zukerman, W. (2010). *A Música Clássica move coração em pacientes vegetativos*. *Journal reference: Clinical Neurophysiology*. Recuperado em 4 setembro, 2014, de: <http://www.newscientist.com/article/dn19123-classical-music-moves-the-heart-in-vegetative-patients.html>.
- Waugh, A. (2000). *Música Clássica - Outra Forma de Escutar*. Lisboa, Portugal: Estampa.

Recebido em 10/04/2016

Aceito em 30/07/2016

Maria Helena Fernandes – Mestre em Política Social, Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas em Lisboa, Portugal. Pós-Graduação em Criminologia e Reinserção, Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, Lisboa, Portugal. Licenciada em Animação Educativa e Sociocultural, Escola Superior de Educação de Portalegre, Portugal. Experiência profissional com idosos e estágios de intervenção com crianças, jovens e idosos. Frequentou diferentes workshops e formações em Arteterapia. Possui o curso de Educação pela Arte e outras áreas relacionadas com a Educação, Arte e Terapias Alternativas.

E-mail: helenahandelbach@gmail.com