

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO AMBIENTAL**

**SÔNIA ANDRÉ CAVA DE OLIVEIRA**

**UM ESTUDO SOBRE MÚSICA E QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE,  
COM BASE EM PRINCÍPIOS DA EDUCAÇÃO AMBIENTAL**

**Rio Grande**

**2013**

**SÔNIA ANDRÉ CAVA DE OLIVEIRA**

**UM ESTUDO SOBRE MÚSICA E QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE,  
COM BASE EM PRINCÍPIOS DA EDUCAÇÃO AMBIENTAL**

**Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Ambiental da Universidade Federal do Rio Grande, como requisito parcial para a obtenção do grau de Doutora em Educação Ambiental.**

**Orientador:  
Prof. Dr. Carlos Alexandre Baumgarten**

**Rio Grande  
2013**

## **AGRADECIMENTOS**

A Deus, pela incomparável benção da vida e por seu amor infinito.

À Banca Examinadora: Prof. Daniel Prado, por sua generosidade e valiosa colaboração; Prof.<sup>a</sup> Ivalina Porto, por generosamente me possibilitar chegar mais perto da proposta metodológica de Bronfenbrenner, bem como sua ativa ação em proporcionar a melhoria da qualidade de vida aos idosos em geral e aos participantes do NUTI-FURG; Prof. Mário Maia, a quem tenho o prazer de conhecer de longa data, o privilégio de ser colega na UFPel e contar com atenciosa revisão à minha tese de Doutorado; Prof.<sup>a</sup> Ursula Rosa da Silva, por sua grande capacidade de educadora, pesquisadora, e esta simplicidade no contato, própria de grandes almas.

Ao Prof. Carlos Alexandre Baumgarten, pela inesquecível possibilidade de ser doutoranda no Programa de Pós-Graduação em Educação Ambiental da FURG, pela sensibilidade e gentileza em conduzir meu processo de formação e pela oportunidade de ter convivido com destacado intelectual brasileiro, minha eterna gratidão.

À Direção e Coordenação do Programa de Pós-Graduação em Educação Ambiental da FURG, agradeço o privilégio de ter sido doutoranda, construindo em mim possibilidades de ser mais reflexiva acerca de minhas percepções, mais crítica, mais dinâmica em participar como ser social e acima de tudo uma pessoa mais feliz.

Ao Centro de Artes da UFPel, meu segundo lar, onde aprendi a ser quem sou através de minha prática profissional. Obrigada pelo incentivo constante recebido da Direção, colegas, funcionários e alunos sempre que lá fui de visita, neste período de afastamento, e também pelas mensagens através da Internet. Obrigada a todos.

À CAPES, pelo incentivo financeiro que me possibilitou realizar este estudo com mais qualidade.

À Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação da UFPel, em especial a Tania Machado, que foi incansável para que eu pudesse participar da bolsa Prodoutoral concedida pela CAPES.

À minha querida mãe, Yara, por todo o amor dedicado, pelos valores que me ensinou a cultivar e que me vem constituindo em cada dia da minha vida.

Ao meu querido pai, Armando (*in memoriam*), pelo amor incondicional, sempre.

Ao meu querido irmão, Armando, e minha querida cunhada, Wilma, pela colaboração através de nossos almoços dominicais e a certeza de que o amor e admiração de vocês contribuíram muito para chegar a este momento. Obrigada, queridos.

À minha filha, Jessica, por ter me permitido ampliar minha capacidade de amar e me transportar a mundos antes não experimentados.

Ao querido Paulo Santos, pelo amor maduro, cheio de cores e sons em todos os tempos.

Ao Bruno Ferreira Soares, pelo apoio imprescindível em vários momentos da realização deste trabalho, destacando a captação dos dados da pesquisa através de audiovisuais.

Ao querido amigo Paulo Berndt, pelo apoio incentivador e imprescindível para meu ingresso no Programa de Pós-Graduação da FURG.

Às queridas primas Silvia e Lóren, pela boa companhia, pela colaboração e carinho que sempre me dispensaram.

Ao Everton, por sua extrema sensibilidade e competência para realizar gravação e edição dos materiais durante ensaios e apresentações públicas do grupo vocal em estudo.

À Prof.<sup>a</sup> Elisabeth Schmidt, pela sua valiosa colaboração durante a qualificação da tese.

Aos queridos mestres Maria do Carmo Galiazzi e Vilmar Pereira, pela preciosa orientação metodológica que me incentivou a escrever, a compartilhar minhas ideias com outros estudiosos para além de descobrir semelhanças e diferenças no âmbito da pesquisa desenvolvida, experienciar percepções e vivências, procurando contribuir para um mundo mais feliz de se viver; professores Luis Fernando Minasi, Vanise dos Santos Gomes, Pablo René Estévez, Alfredo Martin, Carlos Alexandre Baumgarten, Simone Paludo, Maria Ângela Yunes, Susana Molon, Humberto Calloni, Daniel Prado, Victor Hugo Guimarães, com quem tive a oportunidade de me enriquecer como pessoa e profissional.

Aos queridos idosos que participaram de alguma maneira deste trabalho, minha imensa e inesgotável gratidão e a certeza de que viver é uma grande benção e deve ser construída e reconstruída sempre.

A todos os professores de música com quem compartilhei momentos inesquecíveis nesta arte, que revigora, que transcende – a música.

A todos os professores da vida acadêmica e aos que encontrei informalmente, ao longo de minha vida, obrigado pela colaboração para que eu chegasse neste momento.

À Prof.<sup>a</sup> Ligia Blank pela revisão linguística, pelo incentivo em seu minucioso e destacado trabalho.

Ao Sr. João Reguffe, pelo carinho, dedicação e excepcional competência na revisão final e formatação desta tese.

Aos queridos colaboradores da Sala Verde “Judith Cortesão”, minha gratidão pelo constante acolhimento.

À equipe do Papel Mix, pela impressão desta tese e por sua carinhosa atenção sempre.

Ao querido Gilmar, da secretaria do Programa de Pós-Graduação, pelo carinho, constante incentivo e orientação para chegar ao término de meu curso de doutorado.

Às secretárias Rita de Cássia e Bianca, pelo apoio e carinho sempre que precisei.

À querida Daniela Gonçalves, por seu profissionalismo, paciência e carinho sempre presentes nas várias etapas de minha vida, passando pelo meu doutoramento.

À querida Neli Vera, pelo apoio profissional, pela amizade em tantos momentos da minha caminhada.

Ao especial amigo José Oscar Coelho de Oliveira, pela comprovação de que viver na solidariedade e no amor nos conduz sempre à paz e à fraternidade.

Aos queridos colegas, companheiros de jornada no curso de Pós-Graduação da FURG, em especial àqueles com quem mais proximamente convivi.

À minha família, amigos e colaboradores, com quem confraternizo mais esta vitoriosa etapa de minha vida.

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

|   |     |
|---|-----|
| QUADRO 1 – O som e seus possíveis significados nos variados contextos citados .....                                   | 30  |
| FIGURA 1 – A ecologia e suas várias concepções .....  | 65  |
| FIGURA 2 – Apresentação musical dentro do projeto Espaço Aberto, na Casa Geriátrica Dr. Piva, Pelotas, RS, 1997 ..... | 165 |
| FIGURA 3 – Festa de encerramento do ano de 2012 do Grupo Vocal de Diabéticos .....                                    | 165 |
| FIGURA 4 – Grupo Ternura (NUTI) .....   | 171 |
| FIGURAS 5, 6 e 7 – Grupo Jorge e Jorgetes (NUTI) .....  | 171 |
| FIGURAS 8, 9 e 10 – Apresentações do Coral do Núcleo Universitário da Terceira Idade .....                            | 172 |
| FIGURA 11 – <i>Pietà</i> feita em retalhos de tecido .....  | 173 |
| FIGURA 12 – Bolsa feita de caixas de leite .....  | 173 |
| <br>  |     |
| GRÁFICO 1 – Solidão .....   | 159 |
| GRÁFICO 2 – Depressão ou tristeza .....   | 159 |
| GRÁFICO 3 – Ansiedade .....   | 160 |
| GRÁFICO 4 – Baixa autoestima .....  | 160 |
| GRÁFICO 5 – Timidez .....   | 161 |
| GRÁFICO 6 – Ociosidade .....  | 161 |
| GRÁFICO 7 – Estresse .....  | 162 |
| GRÁFICO 8 – Preocupação com a saúde .....   | 162 |
| GRÁFICO 9 – Insegurança ou medo .....   | 163 |
| GRÁFICO 10 – Repressão – pouca liberdade .....  | 163 |

## RESUMO

A presente tese, a partir de princípios estabelecidos pela Educação Ambiental, está vinculada ao campo socioambiental e teve como finalidade investigar os benefícios que o canto em grupo pode trazer aos idosos na busca por uma melhor qualidade de vida. Nessa perspectiva, a investigação realizada partiu de hipótese substantiva que pressupunha que o canto em conjunto, num grupo de terceira idade, poderia tornar-se opção viável não só para atividades de cultura e lazer, mas também para a conscientização acerca dos problemas socioambientais da atualidade e, nessa medida, um caminho possível para sua superação. A questão norteadora da pesquisa foi formulada nos seguintes termos: como a música, articulada aos princípios da Educação Ambiental, em especial através das práticas musicais desenvolvidas no grupo vocal, pode colaborar para uma busca ecológica por qualidade de vida na terceira idade? O interesse pelo tema desta pesquisa nasceu de minha experiência com música e terceira idade desenvolvida em trabalhos de extensão e pesquisa na Universidade Federal de Pelotas desde 1994. Nos últimos anos, o crescimento do número de idosos em nossa sociedade tem suscitado grandes discussões e mostrado a necessidade de mais estudo e preparo de todos nós, cidadãos, para lidar com essa situação que, a despeito de sua importância, pouco tem sido contemplada com ações no sentido de manter os integrantes da terceira idade socialmente ativos. Nesse sentido, é necessário que se tomem medidas que favoreçam a inserção ou reinserção dos idosos em um convívio efetivo em sociedade, problema que é enfrentado na presente tese. Estuda-se aqui a música, em especial o canto em grupo, visando a proporcionar momentos de percepção, reflexão, entretenimento, diversão, prazer, e a possibilidade de essa atividade constituir-se em elemento fundamental para a educação ambiental. A pesquisa foi realizada com um grupo de onze coralistas, participantes da Associação dos Diabéticos de Pelotas, alicerçada pela Teoria Bioecológica do Desenvolvimento Humano, de Urie Bronfenbrenner, e a pesquisa-ação, com objetivo de verificar a proposta acima suscitada. Utilizaram-se como instrumentos para coleta de dados: entrevistas semiestruturadas, questionários, fotos, gravação em vídeo e áudio, diário de campo. No referencial teórico, apresentam-se primeiramente considerações sobre sons e música; sobre terceira idade e, por fim, sobre conceitos da educação ambiental, educação estética e educação eco-musical que fundamentaram o estudo. Num segundo momento abordam-se os métodos investigativos aplicados e os direcionamentos para efetivar a coleta de dados. Posteriormente, na terceira etapa, foi realizada a análise dos dados. Dos resultados obtidos, podem-se verificar os efeitos na autoestima e na valorização dos idosos que participaram do grupo vocal. Constatou-se a melhoria da qualidade de vida, através do desenvolvimento das potencialidades desses idosos, do melhor relacionamento interpessoal, da participação nas atividades eco-musicais, demonstrados através do afeto, alegria, entusiasmo, engajamento e reflexão. Para o fechamento foram indicados pontos de reflexão e propostas de ação por meio das considerações finais.

**Palavras-chaves:** Música, terceira idade, qualidade de vida, ecologia, educação eco-musical.

## ABSTRACT

This doctoral study, as from the principles of Environmental Education, is related to the socio-environmental field and has as objective to investigate the benefits of choir singing to improve the quality of life of elderly people. Thus, the research started as from the main hypothesis that choir singing could become a suitable contribution, beyond culture and leisure activities, to consciousness on contemporary socio-environmental issues, and thus, a possible way to overcome these issues. The guiding question of this research was: How the music, in connection with Environmental Education principles, especially by means of musical practice within a choir group, can contribute to a ecological search for quality of life in the old age? The interest on this matter arose from my experience with music and old age within the University of Pelotas, Brazil (Universidade Federal de Pelotas) since 1994. In the last years, the growth of elderly population have brought great discussion and demanded more study, in order to make possible to citizens to deal with this situation that despite its importance, has called few attention for keeping old people socially active. It is necessary to take efforts to promote the insertion/reinsertion of elderly in effective social acquaintanceship, and this doctoral study approaches this matter. Music, especially choir singing, addressed to promote perception, reflection, entertainment, pleasure, and the possibility of making this activity an essential factor of environmental education, is the key matter of this study. The research was conducted with eleven choir members of the Pelotas' Diabetes-Patients Association (Associação dos Diabéticos de Pelotas), based on Urie Bronfenbrenner's Bioecologic Theory of Human Development, and research-action, in order to assess the research proposal. Semi-structured interviews, questionnaires, photographs, video and audio recording, and field logbook were used as tools for data collection. In the theoretical reference, aspects on sound and music, old age, and concepts of environmental education, aesthetic education, and eco-musical education are brought into discussion, as base for this study. Afterwards, the investigation methods and the directions for data collection are presented. The third step was the data analysis. From the outcome of this work, growth of self-esteem and higher valuation of these old-age choir members were evident: increase of life quality, development of skills, improvement of interpersonal relationship, participation in eco-musical activities, evidenced through affection, enthusiasm, engagement and reflection. At the end of this study, reflection points and action proposals were presented.

**Key words:** music, old age, quality of life, ecology, eco-musical education.



## SUMÁRIO

|  |     |
|--|-----|
| <b>1 CONSIDERAÇÕES INICIAIS</b> .....  | 10  |
| <b>2 REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....   | 11  |
| <b>2.1 Um pouco de nosso sonoro mundo</b> .....  | 12  |
| 2.1.1 O surgimento da música como linguagem e expressão humana .....                                     | 16  |
| 2.1.2 Considerações sobre efeitos dos elementos musicais sobre o ser humano .....                        | 25  |
| <b>2.2 Sabedoria nasce envelhecendo</b> .....  | 36  |
| 2.2.1 Conceituação .....   | 36  |
| 2.2.2 A subjetividade na terceira idade .....  | 40  |
| 2.2.3 O lazer e o idoso .....  | 47  |
| <b>2.3 Uma polifonia a três vozes: educação ambiental, educação estética, educação eco-musical</b> ..... | 52  |
| 2.3.1 Considerações gerais .....   | 52  |
| 2.3.2 Educação ambiental: ecologia e algumas concepções .....  | 56  |
| 2.3.3 A educação estética: um instrumento para a educação do sensível .....                              | 70  |
| 2.3.4 Educação eco-musical: vivências do canto em grupo na terceira idade .....                          | 74  |
| <b>3 METODOLOGIA</b> .....   | 85  |
| <b>3.1 A pesquisa-ação</b> .....   | 85  |
| <b>3.2 A abordagem bioecológica do desenvolvimento humano (ABDH) de Bronfenbrenner</b> .....             | 88  |
| <b>4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS</b> .....   | 92  |
| <b>4.1 Microsistema</b> .....  | 92  |
| <b>4.2 Mesossistema</b> .....  | 110 |
| <b>4.3 Exossistema</b> .....   | 118 |
| <b>4.4 Macrossistema</b> .....   | 127 |
| <b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....  | 138 |
| <b>REFERÊNCIAS</b> .....   | 142 |
| <b>APÊNDICES</b> .....   | 151 |
| <b>ANEXOS</b> .....  | 164 |

## 1. CONSIDERAÇÕES INICIAIS

Gostaria, inicialmente, de falar sobre o porquê da escolha do tema deste trabalho – música, terceira idade e qualidade de vida<sup>1</sup>.

Para isso preciso me reportar à vida intrauterina, onde começou minha formação como ser humano. Minha mãe, professora de música e pianista, realizou um recital de piano quando grávida de oito meses. Devo ter sentido muitas emoções ao ter sido, de certa forma, colaboradora na interpretação de Bach, Beethoven, Villa-Lobos, entre outros.

A história com música continuou... Segundo minha mãe, eu cantarolava afinada, antes mesmo de aprender a falar, as canções que meu avô costumava ouvir em casa. Também, parece que dava tréguas aos ouvidos da família, interrompendo meu choro quando a mãe colocava uma caixinha de música para tocar. A música e seu estudo foram me constituindo como pessoa e como profissional. Estudei desde os cinco anos de idade de maneira formal, no Conservatório de Música de Pelotas, tendo concluído os cursos de licenciatura e bacharelado em Música pela UFPel (Universidade Federal de Pelotas), além do mestrado em música pela UFRJ (Universidade Federal do Rio de Janeiro). Atualmente, estou tendo o grande prazer de dar continuidade aos meus estudos no Programa de Pós-Graduação em Educação Ambiental da FURG (Universidade Federal do Rio Grande), espaço em que consigo conciliar os valores que me movem, desde que me entendo gente: a música, a educação e o amor.

Meu interesse por terceira idade deve ter começado na grande admiração que tive e tenho pela minha bisavó Nair e minha avó Dora, mulheres fortes que construíram suas vidas de maneira honrada e feliz, sabendo escolher caminhos com todos os altos e baixos que a vida tem.

Os idosos possuem uma variedade de experiências que estão armazenadas desde seu nascimento, constituindo-se numa longa história pessoal e social.

Minha primeira experiência formal com música e terceira idade iniciou-se em 1995. Nasceu da vontade de levar música aos idosos de casas geriátricas com poucas possibilidades de locomoção, a partir de uma visita a uma de suas moradoras, a destacada violinista pelotense Olga Fossati, no hotel geriátrico de Pelotas. Nesse local havia um piano, o que pensei possibilitar eventuais apresentações musicais. Na sala onde se encontravam sentados os idosos, constatei atitudes de passividade em frente a um televisor ligado.

---

<sup>1</sup> Viver com dignidade, usufruindo de bem-estar físico, mental e espiritual a partir de atitudes, hábitos, escolha e ações para atingir estes objetivos.

Com o objetivo de levar momentos de arte e cultura aos idosos de casas geriátricas de Pelotas, foi então criado o projeto de extensão na Universidade Federal de Pelotas, no segundo semestre daquele ano, sob o nome “Uma Hora de Arte”. Os trabalhos durante aquele semestre foram desenvolvidos no hotel geriátrico de Pelotas, tendo obtido boa aceitação, tanto por parte do público-alvo, quanto dos participantes. No semestre seguinte o projeto foi estendido a outras instituições que cuidam de idosos. Contando com a participação de alunos e professores do curso de licenciatura e bacharelado em Música da mesma universidade e também de músicos da comunidade, o projeto teve seu título trocado para “Espaço Aberto”. As apresentações musicais nas casas geriátricas tinham um repertório que variava do erudito ao popular, evoluindo até marchinhas de carnaval, momento em que os idosos participavam cantando, dançando e tocando instrumentos de percussão, demonstrando empolgação e entusiasmo.

Mais tarde vim a perceber que os idosos representavam um pouco de cada um de nós. Espelhei minha filha (com quatro anos de idade quando iniciei o projeto com a terceira idade) como uma possível futura idosa e a mim, se Deus assim o permitisse.

Ao ler Alves (1999, p. 61-63), entendi melhor estas sensações que nos acompanham desde sempre:

[...] velhice não é essa que acontece quando as marcas do tempo enrugam a superfície do corpo. Velhice é algo que vai crescendo por dentro, do jeito mesmo como num jardim cresce uma flor. Toda saudade é uma espécie de velhice. [...] Isso explica que haja jovens e mesmo crianças que, tendo vivido só um punhadinho de anos, já são velhos. É que a saudade pode aflorar já nas manhãs. Percebi, então, que a velhice não era coisa nova. Ela tinha morado sempre comigo [...] eu bebia um golinho de velhice todo dia. E mesmo as minhas manhãs já eram tarde. Eu tinha saudade sempre mesmo sem saber do porquê.

Concordo com Zimerman (2000, p. 2) quando diz que “ser velho não é o contrário de ser jovem. Envelhecer é simplesmente passar para uma nova etapa da vida, que deve ser vivida da maneira mais positiva, saudável e feliz possível”.

A música é uma maneira de nos educarmos e nos expressarmos. Ela acompanha a história da humanidade e todos os ecossistemas. Energiza nosso espírito, nossas ações, nossos trabalhos, bem como torna mais prazeroso nosso repouso ou entretenimento, colaborando para a renovação da vida no planeta.

Reunir essas informações sob a ótica do conhecimento, do sentir e do vivenciar, foi o que me moveu para desenvolver esta pesquisa.

A questão embasadora deste estudo é: como a música, em especial através das práticas musicais desenvolvidas no grupo vocal, pode colaborar para uma busca ecológica por qualidade de vida na terceira idade, embasada por princípios da educação ambiental?

Nossa atualidade reveste-se de muitos benefícios em âmbito tecnológico, científico, de informação, em contraponto com inúmeras catástrofes de uma natureza que vem sendo agredida pela ganância e ignorância dos homens. Esquecemos que formamos uma “teia da vida” e que cada parte precisa “estar bem” para haver um conjunto harmonioso, de progresso e de paz, com momentos felizes. Precisamos revolucionar nossa maneira de “ter” e “ser” para tentar colaborar para uma nova política organizacional, na procura de um mundo sustentável, justo, equilibrado, onde espécies não estejam em extinção; onde um lar não se torne um monte de lama, tijolos, madeiras e corpos mutilados, deixando faltas irreparáveis e danos incalculáveis. Nesse contexto, a presente pesquisa propõe um estudo acerca da música, mais especificamente o canto em conjunto, num grupo de terceira idade, como opção viável para atividades de cultura e lazer, bem como da conscientização de problemas socioambientais da atualidade e uma possível busca da superação de alguns deles. Trabalhei com um segmento da sociedade, a terceira idade, que representa uma polifonia que se faz ouvir no cerne da atual crise civilizatória, contrastando abandono e exclusão com sabedoria, manutenção da família. Tento, de acordo com Guattari (2009), abordar os possíveis “devires” desse grupo de pessoas e suas relações rizomáticas com os outros e com o mundo em que vivemos.

Nos últimos anos, o grande crescimento do número de idosos em nossa sociedade tem suscitado grandes discussões e mostrado a necessidade de “mais estudo” e de preparo de todos nós, cidadãos, para lidar com essa situação. Urge que se tomem medidas que favoreçam a inserção ou reinserção dos idosos em um convívio efetivo em sociedade.

Estuda-se aqui a música, em especial o canto em grupo, visando a proporcionar momentos de percepção, reflexão, entretenimento, diversão, prazer, e a possibilidade de essa atividade constituir-se em elemento fundamental para a educação ambiental.

O objetivo geral desta tese é analisar os benefícios da música, em especial, da prática musical em conjunto, através da interpretação de canções em um grupo de terceira idade na cidade de Pelotas, onde se procura a integração da educação, cultura, saúde e lazer, com embasamento em princípios da educação ambiental.

Entre os objetivos específicos, procurei:

- Analisar se as ações contribuem para que as pessoas da terceira idade que participaram do grupo vocal sintam-se agentes da sociedade e, portanto, transformadores desta;
- Verificar se as atividades musicais desenvolvidas favorecem a diminuição da ansiedade, da tensão, da fadiga e do estresse;
- Observar se os exercícios propostos contribuem para auxiliar a memória, a concentração, a percepção auditiva, a atenção, a linguagem, a imaginação e a criatividade nos idosos participantes do grupo vocal em estudo;
- Verificar se por meio das atividades musicais são proporcionados momentos de cultura e lazer ao grupo vocal de idosos;
- Analisar as influências da música no comportamento e emoções dos idosos do grupo vocal em estudo.
- Realizar gravações audiovisuais dos dados da pesquisa durante os ensaios e apresentações públicas.
- Gravar um CD e DVD editado e produzido pelo e para o grupo, como forma de divulgação do trabalho realizado.

Quanto à estrutura desta tese, além das considerações iniciais, segue-se o referencial teórico, em que pesquisei temas que dão embasamento a este estudo. Apresento considerações sobre a música, fazendo antes uma relação dos sons na natureza e uma conexão com a educação ambiental. Posteriormente destaco aspectos do surgimento da música como linguagem e expressão humana, dispondo ainda sobre efeitos dos elementos musicais sobre o ser humano. Por tratar de música realizada por um grupo vocal de terceira idade, senti necessidade de abordar um pouco sobre os estudos acerca dos idosos no Brasil, em especial a conceituação, a subjetividade, o lazer.

Na sequência, teço considerações sobre a educação estética, educação ambiental e educação musical, como um tripé que sustentou a procura de objetivos delineados nesta tese. Abordo algumas construções socioeducativas advindas dessas três vertentes da educação e suas contribuições para este estudo.

Logo após, apresento a metodologia percorrida nas proposições da pesquisa-ação e da abordagem bioecológica de Bronfenbrenner para coleta e análise dos dados.

Para a organização e análise dos dados da pesquisa, orientei-me pelas narrativas verificadas a partir das entrevistas, do material audiovisual elaborado por ocasião das oficinas

de música desenvolvidas com os idosos da pesquisa, bem como das anotações do diário de campo das atividades realizadas. Optei pela gravação de um CD como resultado da criação coletiva do grupo de sons improvisados, bem como canções trabalhadas em nossos encontros, e um DVD com gravação de momentos dos ensaios do grupo vocal e das apresentações em público. Para concluir são apresentadas as considerações finais, as referências bibliográficas, apêndice e anexos.

A literatura que aborda a música, terceira idade e educação ambiental, especialmente em português, é escassa. Assim, espero que esta pesquisa contribua para estudos mais amplos e aprofundados sobre o tema.

## **2. REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 Um pouco de nosso sonoro mundo**

Nesta seção abordam-se algumas considerações sobre a literatura em língua portuguesa pertinente aos assuntos estudados na pesquisa, tais como questões gerais sobre música que foram compartilhadas por europeus e por outros povos. Os conceitos emitidos pelos autores chamados ao diálogo são apresentados através das seguintes subseções: o surgimento da música como linguagem e expressão humana; considerações sobre efeitos dos elementos musicais sobre o ser humano.

Seeger (1992), ao abordar o conceito de música, conta a história de alguns cegos que foram convidados para visitar um elefante. Cada qual teve a sua percepção: um apalpou o elefante na tromba, por isso chegou à conclusão de que um elefante era longo e flexível como uma grande cobra. Outro tocou a pata e concluiu que ele era muito pequeno, outro ainda ficou em pé embaixo do ventre, sentiu seu peso opressivo e concluiu que era firme e pesado. Cada um teve, portanto, uma percepção diferente do que era um elefante. O autor quer dizer que, em vez de defendermos somente a postura que temos em relação à definição de música, poderíamos ouvir aqueles que a descrevem de maneira diferente e reconhecer a força da diversidade das pesquisas. Se nossas respostas divergem, é porque fazemos diferentes perguntas. Podemos comparar a música com o elefante e nós, com os cegos dessa parábola.

Nesta tese procurei buscar referenciais históricos que mostrem, na sociedade ocidental desde a antiguidade clássica até a atualidade, os fatores que valorizam ou minimizam a importância da música e da educação musical, bem como incluo breves considerações sobre a música dos indígenas, onde busquei informações de cunho não-eurocêntrico para contribuir com visões diferentes sobre música.

Esse percurso é um resumo, uma vez que resgatar a história da música, da educação musical no ocidente, assim como a música indígena, extrapolaria em muito o âmbito deste trabalho.

#### **2.1.1 O surgimento da música como linguagem e expressão humana**

Existem variadas explicações para o surgimento da música, que se relacionam aos diferentes momentos históricos, desde as primeiras civilizações. De acordo com Olivet (2004, p. 54), todas as personagens ligadas à criação da música não eram seres humanos, mas sim “seres metafísicos de uma natureza perceptível, das quais as pessoas citadas como inventores da música tiravam as ideias que formavam sobre a arte musical”. Segundo esse autor, a música, portanto, não é uma criação humana, “pois nunca houve na terra um homem capaz de inventar uma ciência, e nunca haverá” (id., p. 59). O homem vai se apoderando e descobrindo aos poucos os germes potenciais da riqueza da existência em nosso universo.

Claude Lévi-Strauss afirma em *O cru e o cozido* (1991) que a música é um mistério que faz a ciência se desdobrar para entender. Segundo o autor, a música contém a essência para o progresso científico do homem. Lévi-Strauss esclarece essa argumentação em entrevista concedida a George Steiner, em abril de 1966 (apud MUGGIATI, 1973, p. 55): “Todos sabemos que a música é um meio de comunicação. Quando ouvimos música, comunicamo-nos com o compositor; comunicamo-nos com os próprios músicos; e comunicamo-nos, partilhando a mesma emoção, com os membros da audiência”. Mas esse tipo de linguagem não pode ser traduzido em nenhuma outra coisa senão em si mesma.

Pode-se traduzir a música em música. Pode-se modelar a melodia de maior para menor. Pode-se até chegar a uma equação matemática que permite modificar segundo uma certa regra o intervalo entre as notas de uma melodia e obter assim uma tradução da melodia. Mas não se pode traduzir música em palavras; se se fizer isso resultará um tipo de fraseologia que nada transmite da mensagem da própria música. Isso levanta, naturalmente, um problema imenso, exatamente igual ao problema levantado pela mitologia – porque também tem havido tentativas de traduzir o mito para alguma coisa que não é mitologia. Mas o resultado, geralmente, são platitudes da pior espécie. Mitos são traduções uns dos outros, a única maneira de entender um mito é mostrar como a tradução dele é oferecida por outro mito diferente. Por isso, existe algo muito semelhante entre mitologia e música (LÉVI-STRAUSS, 1973, p. 56).

De acordo com Schafer (2001, p. 21), existem duas concepções básicas, encontradas em dois mitos gregos, acerca da origem e finalidade da música:

Nas doze odes píticas, Píndaro nos conta como a arte de tocar o aulos foi inventada por Palas-Atena quando, após a decapitação da Medusa, ela se comoveu com o choro das irmãs e criou um nomos em sua honra. Num hino homérico em louvor de Hermes, uma origem alternativa é mencionada. Diz-se que a lira foi inventada por Hermes quando ele percebeu que a carapaça



de uma tartaruga, se fosse utilizada como caixa de ressonância, poderia produzir som.

No primeiro mito aparece como emoção relacionada à subjetividade; no segundo, é o resultado da descoberta das propriedades sonoras dos materiais do universo. Essas duas versões são os fundamentos sobre os quais todas as teorias da música subsequentes são formuladas. A lira é o instrumento de Apolo, e o aulós<sup>2</sup>, dos festivais de Dionísio. A música, no mito dionisíaco, é gerada como um som interno, que vem dos sentimentos do homem; no mito apolíneo, ela é compreendida como som externo, enviado por Deus para nos sensibilizar sobre a harmonia que existe no universo.

No mito apolíneo a música é exata, relacionada à matemática e interligada às visões transcendentais da utopia e da harmonia das esferas. A música, segundo Schafer (2001, p. 21), era ensinada “como uma disciplina do *quadrivium* ao lado da aritmética, da geometria e da astronomia”. No mito dionisíaco a música é irracional e subjetiva: “ela emprega recursos expressivos, flutuações temporais; obscurecimento da dinâmica, coloração tonal” (SCHAFER, 2001, p. 21). Segundo o autor, esse tipo de música era característico do palco operístico, do bel canto, das paixões de Bach. É característica da expressão musical do artista do Romantismo no séc. XIX e do Expressionismo no séc. XX. Até hoje é ela que guia a formação dos músicos.

Na Grécia Antiga o ensino da música era obrigatório e há indicativos de que já havia orquestras naquela época. Pitágoras de Samos, filósofo grego da Antiguidade, ensina como determinados acordes musicais e certas melodias criavam reações definidas no organismo humano. “Pitágoras demonstrou que a sequência correta de sons, se tocada musicalmente num instrumento, pode mudar padrões de comportamento e acelerar o processo de cura” (BRÉSCIA, 2011, p. 31).

De acordo com Olivet, Platão reconhecia a música como forte influenciadora na forma de governo, a tal ponto que se mudando a música, isso implicaria mudança na constituição do Estado. Citamos ainda Khung Fu-tzu, conhecido como Confúcio, que, após estudar profundamente a música com os atenienses, “reconheceu nessa ciência a maneira certa e mais precisa para reformar e renovar a moral pública” (OLIVET, 2004, p. 30).

Conforme dados antropológicos, encontramos a música relacionada a rituais como nascimento, casamento, morte, guerras, paz, sensibilidade humana, natureza, recuperação de

---

<sup>2</sup> Aulós: instrumento grego, de sopro, que era formado por dois tubos – um para executar o baixo e o outro para executar o canto.

doenças e fertilidade, consolidação e registro da cultura dos diferentes povos de todos os tempos e lugares.

A história da música no mundo ocidental, numa das versões da mitologia grega, começou com a morte dos Titãs. Após a vitória dos deuses do Olimpo sobre os seis filhos de Urano (Oceano, Ceos, Crio, Hiperião, Jápeto e Crono), conhecidos como Titãs, foi pedido a Zeus que se criassem divindades capazes de cantar as vitórias dos Olímpicos. Zeus, conhecido como ser de vida eterna, passou nove noites seguidas com Mnemosina, a deusa da memória, e nasceram as nove musas:

Clio, aquela que celebra; Melpômena, aquela que canta coisas dignas de serem lembradas; Talia, aquela que desabrocha, que procura o acordo; Euterpe, aquela que encanta; Terpsícore, aquela que conta coisas surpreendentes; Urânia, aquela que contempla os céus; Polymnia, aquela que explica as diferentes artes (OLIVET, 2004, p. 64).

As nove deusas costumavam ir ao monte Parnaso, na Fócida, para participar da corte de Apolo, deus da música.

Na tradição (Olivet, 2004) existem outros seres, também relacionados com a história da música, como o flautista de Hamelin, que utilizava a flauta para reunir os ratos daquela cidade a fim de livrá-la da terrível praga; Museo, que era um músico, e ao tocar, conseguia até curar doenças; Orfeu, cantor, músico e poeta, que acalmava leões e ursos; Anfião, que era filho de Zeus e após ter ganhado uma lira de Hermes, começou a se dedicar inteiramente à música, a inspiração incutida nos músicos por Euterpe.

Para os egípcios, a música teria sido inventada por Thoth ou por Osíris; para os hindus, por Brahma; para os judeus, por Jubal; para os celtas, por Bellen. A música é intrínseca à história humana e uma de suas manifestações mais antigas e importantes.

Considera-se que os gregos foram os primeiros a estabelecer as bases para a cultura musical do Ocidente. A palavra música nasceu na Grécia, onde *Mousike* significa “a arte das musas”, abrangendo também a poesia e a dança. Os gregos, segundo Olivet (2004, p. 64), consideravam como parte da música tudo que objetivasse exteriorizar o pensamento, “tornar algo sensível à capacidade intelectual para fazer com que algo se transforme de potência em ação, por meio de uma investidura adequada”. O ritmo era o denominador comum das referidas três artes, organizando-as numa só. Dessa forma a lírica, que era um gênero poético, tinha seu traço principal na melodia e até seu nome deriva de um instrumento musical – a lira. Como os demais povos antigos, os gregos atribuíam aos deuses sua música, definindo-a como uma criação integral do espírito, um meio de alcançar a perfeição.

Na origem não-mitológica da música, encontram-se duas ideias básicas: a primeira, na expressão de sentimentos através da voz humana; a segunda, no fenômeno natural de soar em conjunto de duas ou mais vozes. Encontra-se na primeira a origem da música vocal; na segunda, a raiz da música instrumental.

Destacam-se, ainda, no contexto da música de origem não-mitológica, os nomes de Pitágoras, inventor do monocórdio para determinar matematicamente as relações dos sons, e Lassus, o mestre de Píndaro que, por volta do ano 540 antes de Cristo, foi o primeiro pensador a escrever sobre a teoria da música.

De acordo com Nirenberg (1985), entre os séculos V e XV – a Idade Média ligada à fé religiosa –, cabia somente à Igreja o desempenho das curas. Desse período destacam-se, fora do âmbito religioso, os trabalhos de Avicena (980-1037), médico árabe que aconselhava, entre outros medicamentos, o uso da música em perturbações nervosas. O alaúde – instrumento de cordas de origem oriental – desempenhava um papel importante na medicina árabe:

1ª corda – para cura dos fleumáticos;  
 2ª corda – para a cura da melancolia;  
 3ª corda – para os coléricos;  
 4ª corda – para os distúrbios do sangue (NIRENBERG, 1985, p.108).

Atualmente a música ocidental é considerada ciência e arte na medida em que as relações entre os elementos musicais são relações matemáticas e físicas; a arte manifesta-se pela escolha dos arranjos e combinações (OLIVET, 2004).

No contexto musical da cultura global no qual estamos inseridos, nem sempre conseguimos definir com precisão os limites entre o que é música e o que não é.

Seeger (1992) diz que a partir de Platão e as teologias europeias da baixa idade média a perfeição da criação produziu a “música das esferas”, porém os homens ainda não a registraram. O autor ainda questiona se a música é uma linguagem universal. Conclui que essa imagem pode ser apenas uma ilusão romântica, e considera a música tão enraizada na cultura de sociedades específicas quanto a comida, a roupa e até a linguagem.

Uma definição de música deve pois incluir tanto sons quanto seres humanos.

Seeger (1992) nos pergunta se som é música. Muitas vezes confundimos música com som. O autor destaca que gravações, fitas e rádios não fazem música, e sim os músicos, complementando-se com as pessoas que a escutam.

Música é um sistema de comunicação que envolve sons estruturados produzidos por membros de uma comunidade que se comunica com outros membros – portanto, sons

humanamente organizados. Merriam (1997) destaca que música envolve conceitualização humana, comportamento, sons e avaliação dos sons. Como sabemos por nossas próprias experiências, a música de uma pessoa pode ser ruído de outra.

Para Gainza (1988, p. 22), “A música e o som, enquanto energia estimulam o movimento interno e externo no homem, impulsionam-no à ação e promovem nele uma multiplicidade de condutas de diferentes qualidade e grau”.

A definição de música tem sofrido transformações através do tempo. Para Cage (apud SCHAFER, 2001, p. 19), “Música é sons, sons à nossa volta, quer estejamos dentro ou fora das salas de concerto – vejam que Thoreau<sup>3</sup> conceituar música como sons seria impensável algum tempo atrás”.

Para Schafer (2001, p. 20), a contextualização sobre o conceito de música está relacionada com a atividade dos músicos, quando diz:

Em primeiro lugar, pela enorme expansão dos instrumentos de percussão nas nossas orquestras, muitos dos quais produzem sons sem altura definida ou arrítmicos, depois, pela introdução de procedimentos aleatórios, nos quais todas as tentativas para organizar os sons de uma composição racional foram suplantadas pelas leis “mais altas” da entropia; em seguida, pela abertura dos recipientes espaço-temporais que chamamos de “composições” ou “salas de concertos” para permitir a introdução de todo um mundo novo de sons fora delas; depois, pelas práticas da música concreta, que insere qualquer som ambiental na composição por via da fita; e, finalmente, pela música eletrônica, que em todo o mundo nos tem revelado toda uma nova gama de sons musicais, muitos deles relacionados com a tecnologia industrial e elétrica.

Para o autor, todos os sons tornam-se possibilidades para o fazer musical; e para os músicos: “Qualquer um e qualquer coisa que soe!” (SCHAFER, 2001, p. 20).

Os autores aqui estudados reconhecem que as definições do que chamamos música são amplamente diversificadas.

Borchgrevink (apud BRÉSCIA, 2011) considera a música como um meio de comunicação. Nela, como na maioria das manifestações artísticas, podem-se expressar emoções, caráter estético, ritualístico ou simbólico de maneira mais direta do que através do código verbal, desde que os meios de expressão sejam percebidos e evoquem impressões. Poder-se-ia conceituar a música como uma forma de comunicação que envolve o artista, o executante e o ouvinte. Estes três, após terem o domínio dessa linguagem e conhecerem bem

---

<sup>3</sup> Cage está aludindo a *Walden*, de Thoreau, onde o autor descobre uma inesgotável fonte de entretenimento nos sons e visões da natureza (apud SCHAFER, R.M. *The New Soundscape*. London: Vienna, 1971, p. 1 [ver SCHAFER, 1991]).

suas técnicas, “fazem uso dela sem terem a consciência plena do que ela é, o que diz, como diz, ou como o ouvinte compreende aquilo que não sabe dizer o que é, sendo todos os três incapazes de traduzir a linguagem musical em qualquer outra linguagem inteligível” (BRÉSCIA, 2011, p. 31).

Como utilizamos canções com o grupo vocal, passo a comentar de maneira breve sobre a relação música e palavras.

Nietzsche escreveu, em o *Nascimento da tragédia*, a partir do espírito da música:

A palavra, o órgão e símbolo da aparência, nunca pode conseguir trazer à superfície o cerne mais profundo da música. Toda vez que se aplique a imitar a música, a palavra permanecerá em contato puramente superficial com ela e nenhuma quantidade de eloquência poética nos levará a um passo mais perto do segredo essencial daquela arte (apud MUGGIATI, 1973, p. 138).

O sociólogo francês Edgar Morin, no artigo “On ne connaît pas la chanson”, afirma: “A canção tem uma dupla substância: musical e verbal. Pode-se perguntar se o mais importante da canção não reside antes de tudo na parte musical. Ainda assim, a canção se apresenta sempre como totalidade música-palavra” (apud MUGGIATI, 1973, p. 138).

Vygotsky (2000) estuda a função mediadora dos instrumentos e signos na atividade humana. A linguagem é o sistema simbólico básico de todos os grupos humanos. Durante o processo de desenvolvimento do ser humano, ele não precisa mais utilizar marcas externas, passando a usar signos internos, isto é, representações mentais que substituem os objetos do mundo real. Essa habilidade que o homem adquire, de utilizar representações que substituem o próprio real, é que possibilita ao homem tornar-se livre do espaço e do tempo presente, podendo fazer relações mentais na ausência das próprias coisas, usar a imaginação, planejar e ter intenções. Por exemplo: posso pensar em um cão que não está presente no local em que estou, um gato sobre uma poltrona que no momento está vazia, pretender ter um filhote de cão em minha casa a partir da próxima semana.

A vivência que o homem vai adquirindo no contato com as formas culturalmente organizadas do mundo real é que vai lhe possibilitando criar seu sistema de signos, o qual constituirá seu “código” para interpretar o mundo. A cultura, para Vygotsky (2001), é como se fosse uma espécie de “palco de negociações” onde os participantes estão em constante ação, construindo e reconstruindo dados, definições e significados. A vida social constitui-se num processo dinâmico, onde cada indivíduo é ativo e onde acontece a interação entre o mundo cultural e o mundo subjetivo de cada um.

Pela necessidade de analisar o que é música para outros povos passo a comentar algumas considerações sobre a origem e caráter da música indígena que é um estudo que vem sendo realizado há várias décadas e parte de uma perspectiva não-evolucionista e não-eurocêntrica. O estudo da música não-europeia pode ser útil porque podemos pensá-la de outra maneira, o que pode nos levar a perceber aspectos menos óbvios na música de nossas próprias tradições. Wallaschek (apud SEEGER, 1992, p. 9) descreve a música “enquanto poder organizador de massas, facilitando a ação”. Comenta que “os grupos musicais levam vantagem na ‘luta pela vida’ em relação aos menos musicais e então a ‘lei da seleção natural’ se aplica na explicação da origem e desenvolvimento da música. Grupos não-musicais simplesmente não poderiam sobreviver”. BARROS (2011) diz que a maioria dos povos indígenas associa sua música ao universo transcendente e mágico, sendo empregada em rituais religiosos. A música indígena é intimamente relacionada com rituais de socialização, de curas, de exorcismo, de magias, portanto extremamente enraizada na vida do grupo. É importante também nos ritos catárticos, quando a música apresenta trechos repetidos e variações, em que se instaura a tensão e ao mesmo tempo a resolução desta. De acordo com certas lendas indígenas, a música foi um presente dos deuses, que ficaram tristes com o silêncio que dominava no mundo dos seres humanos. Noutras tribos a música é tida como originária do mundo dos sonhos, “onde vivem as tribos míticas de animais e dos ancestrais. Ali é conhecida pelas *pessoas sem espírito*, aquelas que por algum motivo estiveram no limiar da morte e de lá retornaram, tornando-se introdutoras de novas melodias após esse contato com o mundo do além” (BARROS, 2011, p. 45).

Em outras ocasiões mais comuns, menos dramáticas, a criação de músicas era atribuição do pajé, que entraria em transe e as receberia dos deuses, dos ancestrais, bem como de guerreiros destacados com inspiração para as compor.

A sua música tem definido caráter socializador; está presente em festividades grupais e na esfera privada, participando da construção da sociedade. As relações sociais são assinaladas musicalmente, delimitando, por exemplo, faixas etárias, *status* social, estados afetivos, gêneros sexuais, individualidades e grupos. Por fim, o canto e a dança contribuem para proporcionar um estado psíquico, remetendo a experiências míticas. Nesse sentido social, a música indígena tem um caráter eminentemente coletivo.

Pode-se dizer, segundo BARROS (2011), que os indígenas eram ao mesmo tempo produtores e fruidores da música, por isso não seguiam as noções de “artista”, “público” e “espetáculo”. A música indígena “se integra a um evento coletivo ou uma função social que é

importante para toda a sociedade-por exemplo, uma festa, um canto para estimular o trabalho, um ritual de passagem, um encantamento, uma dramatização mitológica”.

A experiência do compositor que produz uma música expressando seus sentimentos pessoais e percepções subjetivas do mundo, bem como o ouvinte que consome essa música na sua privacidade, característica da música ocidental atual, não existia no universo musical nativo de períodos anteriores. Atualmente misturam-se concepções indígenas de antigas tradições com outras de novas tradições.

A musicalidade indígena, além de ignorar o individualismo musical, desconhece este conjunto de fatores que José Miguel Wisnik chamou de “recalque do ruído”, e que se tornou tão típico da música ocidental a partir de certa altura do seu desenvolvimento, só vindo a ser questionado por algumas das novas tendências do século XX. Assim, “a inviolabilidade da partitura escrita, o horror ao erro, o uso exclusivo de instrumentos melódicos afinados, o silêncio exigido à plateia”, e mesmo esta “câmara de silêncio onde o ruído estaria idealmente excluído” (WISNIK, 1989, p. 42) – que vem a ser a sala de concerto instituída pela tradição musical burguesa –, nada seria mais estranho ao universo sonoro dos nativos brasileiros.

A música indígena acontece ao ar livre, ou numa grande oca, mas sempre coexistindo com um mundo de ruídos externos vindos da natureza ou das atividades cotidianas (BARROS 2011). Denominar esses sons de ruídos é uma projeção de categorias ocidentais, uma vez que o som produzido pelo nativo tem relação com os sons produzidos na natureza.

Um cronista do século XVI surpreende os indígenas em uma prática musical onomatopaica, com imitação de pássaros e outros animais. Seria dizer que não apenas o indígena integra os seus sons musicais aos sons da floresta, usando-os como ambiente de fundo, como também que procura, em algumas oportunidades, ele mesmo produzir os sons típicos da floresta (BARROS 2011). Esses são exemplos significativos de integração entre homem e natureza.

Foi esse mundo sonoro impregnado de práticas coletivas – e de interações diversas com a exuberante natureza que o envolvia – o que mais impressionou os viajantes austríacos Spix e Martius, em 1938, nas suas estadias entre os povos nativos: “Um negro, que viveu muito tempo entre os Puris, nos interpretou aquelas palavras plangentes, cantadas na dança, dizendo: ‘– É a queixa de uma flor, que se queria colher de uma árvore, mas que havia caído em terra’” (BARROS, 2011, p. 60). A ideia que ocorria a Spix e Martius, diante desse quadro melancólico, era de saudade de um paraíso perdido.

Quanto mais se prolongava a dança dos Puris, tanto mais se excitavam eles, e tanto mais alto elevavam as vozes... Depois, passaram de uma toada para outra, e a dança tomou feição inteiramente diversa. As mulheres remexiam os quadris fortemente, ora para a frente, ora para trás, e os homens davam umbigadas; [...] Esta dança, cuja pantomina parece significar os instintos sexuais, tem muita semelhança com o batuque etiópico, e talvez tenha passado dos negros para os indígenas americanos” (SPIX; MARTIUS, 1938, BARROS, 2011, p.61).

Do ponto de vista nativo, a música aqui celebrada em forma de dança é parte integrante da festa, da coreografia que inclui os dois sexos e todas as idades, do exercício de memória coletiva, do mito dramatizado, da integração entre homem e natureza.

Os viajantes europeus – e outros estudiosos que vieram depois deles – procuram sempre comparar o sistema cultural e musical dos indígenas com o seu próprio, com o oriental, ou com os africanos, ao invés de tentar resgatar uma identidade que lhe seja própria.

Conforme Barros (2011), a dimensão social da música indígena nem sempre toma a forma de uma manifestação coletiva. O canto emitido individualmente também tem o seu destaque. Todavia, esse canto atende sempre a uma função social definida:

Pode ser o fio condutor de um encantamento utilizado para curar doenças ou evocar a chuva, no benefício de toda a comunidade; ou pode ser a canção que se abre para o registro da memória coletiva ou para a dramatização de um mito, através de cuja reprodução a comunidade inteira procura uma forma de autoconhecimento (op. cit, p. 54).

O canto individual também deveria ser valorizado e preservado, tal como diz o Padre Fernão Cardim neste texto de 1585, em que menciona, de passagem, a prática da antropofagia – esse fator tão presente no imaginário de medo e estranhamento que assaltava os exploradores europeus do século XVI: “São muito estimados entre elles os cantores, assim homens como mulheres, em tanto que se tomão um contrário bom cantor e inventor de trovas, por isso lhe dão a vida e não no comem nem aos filhos” (apud BARROS 2011).

Outro depoimento sobre o aproveitamento social do canto emitido individualmente nos chega do século XIX, do livro *Viagem pitoresca e histórica ao Brasil*, de Jean Baptiste Debret. O pintor-viajante informa que, ao atingir avançada idade, o índio passa a ser “cercado em sua tribo por toda espécie de deferências e sinais de respeito”, passa a incorporar novas funções sociais, sobretudo simbólicas, e que também aí encontra-se um veículo apropriado na música.



Conforme Barros (2011), nas últimas décadas, estudos voltados à música produzida pelos índios brasileiros têm levado em consideração, tanto quanto possível, os próprios parâmetros das sociedades nativas examinadas:

os usos sociais da música e da dança, a ausência de um desejo e de demandas de explorar extensas amplitudes melódicas, a interação entre a música e as sonoridades da natureza, a prática musical indígena como um processo aberto onde a música é recriada no próprio instante de sua execução, a inexistência de uma separação entre o produtor de música e o espectador ou ouvinte (op. cit., p. 26).

Analisar a música indígena através de seus parâmetros originais é contribuir para a sua compreensão efetiva, e, dessa maneira, contribuir para a sua preservação em contexto dinâmico.

Até aqui me detive em considerações sobre a música ocidental, passando pelos mitos eurocêntricos e mitos dos indígenas brasileiros. Passo a analisar a seguir algumas considerações sobre os efeitos que a música pode proporcionar para os seres humanos.

### **2.1.2 Considerações sobre efeitos dos elementos musicais sobre o ser humano**

Antes de abordar o tema propriamente dito, farei algumas considerações sobre o efeito da música sobre a vida não humana. Essas informações foram retiradas do livro *A música, o homem e a sociedade*, de Tame (1993). Em experiência realizada por psicólogos, deu-se a determinados números de ratos total liberdade de ação em duas caixas distintas, porém ligadas uma à outra. As duas caixas tinham idêntica aparência, exceto a música: em uma caixa era executada música barroca (Bach), e em outra, *rock*. Os ratos preferiam ficar na caixa em que se ouvia Bach. Para comprovar as condições experimentais, inverteu-se a música transmitida para as duas caixas e, pouco a pouco, todos os ratos se mudaram para aquela em que antes se tocava *rock*. Percebe-se que, numa experiência nessas condições, não significa que os animais preferiam ou compreendiam Bach, de maneira semelhante que um ser humano pode preferi-lo ou compreendê-lo, mas o resultado indica que, em determinado nível, o grau de prazer ou dor que os ratos experimentavam nas duas caixas inclinou-se em favor do mestre barroco. Outros experimentos com música induziam galinhas a botar mais ovos e vacas a dar mais leite. Stockhausen relata que visitou uma granja em que as galinhas produziam mais ovos quando, perto dos ninhos, tocavam-se trechos do *Danúbio Azul*. Relembrando mais tarde esse

acontecimento, o próprio compositor comentou que a sua música provocou diarreia nas galinhas!

Experimentos com as plantas são um dos métodos mais convincentes de que a música influi na vida, inclusive na humana. Isso porque efeitos sobre o ser humano ou animais podem não ter uma relação direta nem objetiva, em especial pela reação subjetiva da mente à música ouvida. Todavia, nas plantas, ainda que seja um campo inexplorado, em grande parte, já se observaram achados inequívocos. Foram realizadas duas séries independentes de experimentações, uma na União Soviética e outra no Canadá. As mudas de trigo tratadas com sons no Canadá, num ambiente laboratorial cuidadosamente controlado, cresceram três vezes mais do que as mudas não tratadas. O Dr. T. C. Singh, chefe do departamento de Botânica da Universidade de Annamalia, descobriu que as plantas crescem duas vezes mais do que o normal quando escutam música clássica. Também descobriu que as ondas sonoras provocam aumento de movimento do protoplasma celular, material básico de que é feita a vida de todas as plantas, animais e seres humanos.

Halpern (1995) estudou o ritmo em seres inanimados. Segundo esse autor, há mais de 300 anos o cientista holandês Christian Huygens percebeu que dois relógios de pêndulo colocados lado a lado tendem a oscilar em ritmo combinado, com uma exatidão que ultrapassa a função mecânica dos relógios. É como se houvesse uma espécie de simpatia entre eles, como se quisessem “marcar o tempo juntos”. Huygens observou o que os cientistas hoje chamam de “arrastamento”. Ocorre arrastamento quando duas ou mais realidades vibratórias entram no mesmo passo ou fase. Tecnicamente, arrastamento é “a combinação de fase mútua de dois osciladores” (HALPERN, 1995). Oscilador é qualquer objeto que pulsa ou vibra com movimento periódico regular, audível ou não, e que altera o ambiente criando ondas periódicas. O ambiente pode ser o tecido do corpo humano, o coração, um lago, o ar, um campo elétrico ou qualquer outra coisa. O arrastamento é um fenômeno universal. Sempre que dois ou mais osciladores, no mesmo campo, vibram aproximadamente no mesmo tempo, tendem a alterar seus pulsos para que possam vibrar exatamente no mesmo tempo. Organismos vivos são osciladores e, como os pêndulos de Christian Huygens, quando vibram aproximadamente na mesma frequência, tendem a entrar no mesmo ritmo único. George Leonard, no seu filme *The incredible machine*, relata um movimento marcante quando observava duas células musculares do coração ao microscópio. Ele diz que cada célula pulsava com ritmo próprio. Então, aproximaram-se uma da outra. Um pouco antes de se tocarem houve uma alteração momentânea no ritmo, e então as duas começaram a pulsar juntas em perfeita sincronização. O arrastamento foi, portanto, capturado em filme.

A música, para as pessoas, além de objeto sonoro, também pode simbolizar, representar ou evocar. Isso quer dizer que, quando escutamos ou cantamos uma música, nos entusiasmos por uma melodia, um ritmo, uma letra, podemos melhorar nosso autoconhecimento pela observação atenta de nossas reações físicas e emocionais.

Os poderes da música, segundo Bréscia (2011, p. 32),

estão calcados, sem dúvida, na sua abrangência. Ela é acessível a todos, independentemente de idade, religião, raça, sexo ou nível econômico. Ela está disponível a qualquer momento, sendo, inclusive, grátis. Pode ser produzida naturalmente com a voz, as mãos, os pés, ou com a ajuda de um instrumento musical. Pode ser dada e recebida. É uma fonte de entretenimento e também um recurso de crescimento e desenvolvimento humano.

Não existem ainda estudos científicos que possam determinar quais elementos da música, entre melodia, harmonia, ritmo, letra, são responsáveis pelas reações que as pessoas apresentam. “As pesquisas mostram que a música influi na digestão, nas secreções internas, na circulação, na nutrição, na respiração. Verificou-se que até as redes nervosas do cérebro são sensíveis aos princípios harmônicos” (MARTINOFF, 2010).

Ao questionar sobre como funciona o mecanismo de relações sonoras e a percepção humana, cita-se o estudo realizado pelo pesquisador Peter Nathan que tenta descrever o processo em seu livro *The nervous system* (apud MUGGIATI, 1973, p.123):

Quando ouvimos música, provavelmente algo assim acontece: a massa entrante selecionada de som passa das áreas receptoras auditivas primárias para as suas áreas parassensoriais, adquirindo sentido musical na área parassensorial direita ou na região vizinha. Os impulsos nervosos também são enviados para uma parte do lóbulo temporal esquerdo, setor essencial para a elaboração de conceitos e para o pensamento; sem isso, talvez a música fosse apenas uma massa de sons, desprovida de forma e de significado musical. Os impulsos nervosos também são enviados para aquelas partes dos lóbulos temporais em que são experimentadas as emoções. Pois música que não desperta emoção seria apenas som sem sentido. Não se sabe ao certo onde se concretizam os aspectos intelectuais da audição musical; talvez seja também nos lóbulos temporais.

A emissão de sons, a criação de ritmos próprios e melodias é uma atividade que causa prazer e alegria e permite aos idosos exteriorizar e conscientizar-se de seus próprios sons. Assim, procurei utilizar a música para além do lazer, considerando também aspectos relacionados com ela, como o sensorial, o motor, o cognitivo, o afetivo e o social.

No repertório musical com o grupo vocal dos idosos, utilizei canções. Pode-se estabelecer uma conexão entre música e texto quando se consegue expressar por meio da música o que já foi expresso oralmente, ou ainda aquilo que não conseguimos expressar com palavras.

De acordo com Gainza (1988, p. 43),

Toda atividade musical é uma atividade projetiva, algo que o indivíduo faz e mediante a qual se mostra; permite, portanto, que o observador treinado observe tanto os aspectos que funcionam bem no indivíduo, como aqueles aspectos mais incompletos ou em conflito, seus bloqueios, suas dificuldades.

A música atinge a motricidade e a sensorialidade por meio do ritmo e do som, e a afetividade por meio da melodia.

A música pode exercer influência sobre o corpo humano de duas maneiras diferentes: o som agindo diretamente sobre as células e os órgãos, e indiretamente, atuando sobre as emoções, que influenciam os processos corporais, com ocorrência de tensões e relaxamentos em relação a várias partes do corpo. De acordo com Gainza (1988), a música possibilita movimento, proporcionando a mobilização para promover a transformação e o desenvolvimento.

As práticas musicais nos encontros com o grupo de idosos não têm como objetivo formar músicos, mas sim propiciar vivências e compreensão da linguagem musical, a abertura de canais sensoriais e a expressão de emoções, ampliando a cultura geral e contribuindo para a formação integral do ser.

Essas práticas possibilitam promover sensibilidade à música, bem como desenvolver fatores como a concentração, a memória, a coordenação motora, socialização, percepção auditiva, disciplina e liberdade.

De acordo com Gainza (1988, p. 76), as atividades musicais podem ter objetivos preventivos nos seguintes níveis:

Físico: oferecendo atividades musicais capazes de promover o alívio de tensões devidas à instabilidade emocional e fadiga.

Psíquico: promovendo processos de expressão, comunicação e descarga emocional através do estímulo musical e sonoro;

Mental: proporcionando situações que possam contribuir para estimular e desenvolver o sentido de ordem, harmonia, organização e compreensão.

Segundo Campbell e Dickinson (apud CHIARELLI, 2011, p. 7), a música deve ser valorizada na escola, bem como em qualquer agrupamento humano, com objetivos de aperfeiçoamento pessoal e profissional.

Conhecer música é importante, pois:

- a música transmite nossa herança cultural. É tão importante conhecer Beethoven e Louis Armstrong quanto conhecer Newton e Einstein;
- a música é uma aptidão inerente a todas as pessoas e merece ser desenvolvida;
- a música é criativa e autoexpressiva, permitindo a expressão de nossos pensamentos e sentimentos;
- a música ensina os alunos sobre seus relacionamentos com os outros, tanto em sua própria cultura quanto em culturas estrangeiras;
- a música oferece aos alunos rotas de sucesso que eles podem não encontrar em parte alguma do currículo;
- a música melhora a aprendizagem de todas as matérias;
- a música ajuda os alunos a aprenderem que nem tudo na vida é quantificável;
- a música exalta o espírito humano.

De acordo com Chiarelli (2011), a investigação científica de aspectos biopsicológicos ligados à música é tão antiga quanto as origens da psicologia como ciência. A autora analisa os benefícios da utilização da música em variados ambientes, tais como hospitais, empresas, escolas. A música tem sido utilizada antes, durante e após cirurgias, e os resultados vão “desde pressão sanguínea e pulso mais baixos, menos ansiedade, sinais vitais e estado emocional mais estável, até menor necessidade de anestésico” (CHIARELLI, 2011, p. 7).

Nos encontros com os idosos, nas atividades do canto coral, procurei promover integração e cooperação entre os participantes, além de práticas de relaxamento e descontração.

De acordo com Faustini (1996), a necessidade social do homem de ser aceito por uma organização e de pertencer a um determinado grupo para o qual contribua com seu tempo e talento é amplamente satisfeita pela participação em um grupo coral. Esse grupo lhe dá grande satisfação e prazer em suas realizações artísticas, beneficentes, desenvolvendo na pessoa um orgulho sadio por estar relacionada a um grupo saudável e produtivo.

As atividades de canto em conjunto desenvolvem também a respiração, aumentam a proporção do oxigênio no cérebro e, portanto, modificam a consciência. A prática do relaxamento traz muitos benefícios, contribuindo para a saúde física e mental.

O relaxamento propicia um controle maior da mente, o uso da imaginação, proporciona descanso, elimina as tensões.

De acordo com Halpern (1995), para fins de relaxamento, deve-se ouvir música tranquilizadora que proporcione relaxamento do sistema nervoso, e não música com forte padrão rítmico. Algumas pessoas conseguem aliviar dores de cabeça sem tomar medicamentos, concentrando-se na música que estão ouvindo. Pode-se, por exemplo, imaginar que a música é um riacho refrescante, ou que os músculos tensos ou doloridos estão sendo massageados pelas ondas sonoras, ou ainda, imaginar que se é o instrumento que faz o som; procurar sentir as vibrações sonoras que o instrumento passa ao ser tocado. Para escutar música com objetivo de relaxar, é preciso prestar atenção às respostas do corpo aos estímulos sonoros. Além de prestar atenção à música, é preciso perceber o que se está sentindo.

Podem-se analisar os sons, ainda, da seguinte maneira: de acordo com suas características físicas (acústica), ou com o modo como são percebidos (psicoacústica); de acordo com sua função e significado (semiótica e semântica); ou de acordo com suas qualidades emocionais ou afetivas (estética). Considere-se o seguinte exemplo:

QUADRO 1 – O som e seus possíveis significados nos variados contextos citados.

| Amostra sonora   | Acústica                      | Psicoacústica                        | Semântica   | Estética  |
|------------------|-------------------------------|--------------------------------------|-------------|-----------|
| Chaleira chiando | Ruído colorido<br>60 decibéis | Som sibilante de<br>frequência aguda | Hora do chá | Agradável |

De acordo com Brécia (2011), a prática musical é uma maneira de construção do conhecimento que tem como objetivo ampliar o gosto musical, desenvolver a sensibilidade, a criatividade, o senso rítmico, o prazer de ouvir música, possibilitando aprimorar a imaginação, a autodisciplina, incentivando o respeito ao próximo, a socialização e a afetividade, contribuindo assim para uma maior consciência corporal e de movimentação.

Sabe-se que o som tem quatro parâmetros básicos: altura, intensidade, duração e timbre. De acordo com Petraglia (2010, p. 24), “a altura está diretamente relacionada à frequência. Quanto menor for o número de frequências por segundo, mais grave será o som e vice-versa. É o tom que dá ao som sua identidade, e a ele atribuímos nomes: dó, ré, etc.”.

A intensidade (volume) está relacionada à carga emocional de um som. O forte, o suave e todas as variações de intensidade atuam diretamente em nossos sentimentos, podendo provocar sensações que nos levem do brado heroico ao sussurro da confiança íntima.

A duração é a vida do som no tempo e pode ser medida pela sua ressonância. É a existência em todas as suas possibilidades: do curtíssimo ao longo interminável.

O timbre é a roupagem que o som veste para se manifestar no plano audível, uma vez que suas qualidades estão diretamente relacionadas à matéria que dá suporte à vibração.

Também costumamos dizer que o timbre é a cor do som. Depende dos materiais e do modo de produção do som. Reconhecemos a pessoa pela sua voz (timbre), inconfundível timbre de cada um de nós, dos animais, do vento, das águas, dos instrumentos musicais.

De acordo com Brito (2003), a audição é responsável por uma parcela significativa da leitura das coisas deste mundo, já que sons e silêncios são portadores de informações e significados. Tanto podem traduzir informações objetivas (por exemplo, uma tempestade se aproximando), como também provocar sensações, emoções e reações subjetivas.

Para Petraglia (2010, p. 29), “é a regularidade do nascer diário do sol, que atua em nós como um momento de concentração perceptiva, que dá uma sensação de coerência e sentido ao fluxo do tempo”. O tempo nos fascina, mas também nos amedronta. Para esse autor, “usamos e até vendemos o tempo, mas não temos sua posse. Criamos e utilizamos medidas que nos servem para organizar os fatos históricos e cotidianos da vida, mas sabemos que nossa vivência do tempo escapa ao cronômetro” (id., p. 27).

Para nos conscientizarmos de unidades de tempo muito longas ou muito curtas, tomamos a nós mesmos e os nossos ciclos naturais, como o andar, a respiração e o pulso do coração como referência para definirmos o que é longo e o que é curto.

O tempo geológico das montanhas, assim como as unidades de tempo do mundo celular e atômico, foge de nossa percepção.

O pulso nos conecta à terra, enquanto o compasso e a subdivisão trazem vida e dinamizam o pulso; o ritmo é a manifestação audível, uma criação com sons longos e curtos que se apoia nos três elementos precedentes e comunica uma ideia e um sentimento musical.

É principalmente na música para dançar que o compasso ocupa um lugar de destaque. Para que os membros do corpo humano se relacionem com a música, ela precisa possuir uma métrica regular.

A velocidade do pulso (andamento) é outro aspecto a ser considerado. Um pulso lento pode conduzir nossa consciência a um estado de contemplação, ou mesmo, de sono. Já um pulso rápido acorda, excita o nosso sistema neurossensorial.

Conforme Petraglia (2010), a partir de necessidades expressivas, podemos ter diversos andamentos numa mesma peça musical e frequentes acelerandos e desacelerandos. Do andamento lento para o rápido passa do estado de calma para o estado agitado. Do andamento rápido para o lento, tanto pode ser um processo de aumento da gravidade quanto um dissolver-se no espaço; um retardando no final de frase freia o fluxo, prepara e ressalta a

importância do último acorde<sup>4</sup>. A fermata<sup>5</sup> abre um espaço contemplativo para a audição. A tempo! Volta ao andamento inicial com energias renovadas (PETRAGLIA, 2010, p. 47).

É bom lembrar que o resultado musical final decorre da combinação de uma série de fatores, como: fraseado, movimentos melódicos, intensidade, timbre, harmonia, andamento.

A intensidade é também a expressão de uma qualidade emocional. Sentimentos transbordantes normalmente se traduzem em tons fortes, enquanto sentimentos mais íntimos e delicados, em sons suaves.

Para Nirenberg (1985), a música agitada estimula o cérebro, aumentando a atividade mental até a fadiga; a música tranquila, melodiosa, lenta é necessária para o repouso mental. Conforme esse autor, a música atinge o tálamo, sede de todas as sensações, emoções e sentimentos; este, por sua vez, excita o córtex cerebral, provocando reações como modificação no humor, nos sentimentos, sensações e emoções, estimulando, excitando, irritando ou tranquilizando, conforme a música for de ritmo agitante, ruidosa e dissonante ou melodiosa, suave, harmoniosa e tranquilizante.

Sendo o homem um ser social, tornam-se necessidades as relações interpessoais com atividades que possam incutir a autoestima e a autoconfiança. O homem é essencialmente rítmico (PETRAGLIA, 2010), a partir do próprio bater do seu coração e dos movimentos respiratórios. É com o ritmo que se atingem as esferas instintivas da pessoa, por ser este essencialmente primitivo.

Psicologicamente o ser humano, desde que nasce, manifesta-se ruidosamente, através do seu choro provocado pelo contraste entre sua nova vida e a paz vivenciada na vida intrauterina.

Em relação à intensidade, Petraglia (2010) afirma que uma música em volume muito intenso pode dar a impressão de envolvimento seguro, uma sensação de força, como acontece normalmente com os jovens ansiosos e inseguros que ruidosamente necessitam manifestar-se, a fim de fazer face ao mundo hostil e agressivo. Abafando os ruídos indesejáveis, a música espanta o medo, a insegurança, e afasta os maus pensamentos.

É o que observamos com as pessoas que estão isoladas, em lugares ermos e escuros, amedrontadas, e passam a cantar ou assoviar, ou mesmo manifestar-se ruidosamente. Restituindo a confiança aos amedrontados, a música muda o humor, influenciando no comportamento da pessoa.

---

<sup>4</sup> Acorde: três ou mais sons tocados simultaneamente.

<sup>5</sup> Fermata: símbolo musical colocado em cima da nota que aumenta seu valor na metade de seu tempo real.



A música estimula a participação social, promovendo sentimentos de autoestima, tão importantes para o ser humano, e possibilita a criação de canais de expressão e comunicação não-verbais.

A música traz à memória evocações, produz imagens, cores, devaneios e fantasia. Diz Lanier (apud NIRENBERG, 1985, p. 113): “A música é o amor em busca de uma forma de expressão”. De acordo com Nirenberg (1985), entre os primeiros estudos apoiados em fundamentos científicos, constam os do médico suíço André Tissot (1728-1797), que chamou atenção sobre a “música incitante” e “música tranquilizante”, aquela indicada nos casos de epilepsia. Outro trabalho de reconhecido valor é o do médico francês Charles Desessarts (1729-1811), o qual afirma que a “música atua não somente sobre o sistema nervoso, mas também sobre os vasos e as vísceras”. O século XIX foi pródigo em grandes experimentos e descobertas científicas. Em 1880 o médico russo Dogiel demonstrou a influência dos sons musicais sobre a circulação sanguínea, provando por medições conscienciosas que “os seres vivos reagem ao estímulo sonoro elevando os batimentos cardíacos, o pulso e a pressão sanguínea”. Com as observações de Patrice (1896), confirmadas por Shepard (apud NIRENBERG, 1985, p.107) e comprovadas pela descoberta das ondas elétricas do cérebro por Berge, sabemos que “qualquer excitação do cérebro por sons musicais aumenta também o fluxo sanguíneo em outras partes do corpo”.

O que chamamos de sons musicais, segundo Petraglia (2010, p. 54), são

os fenômenos sonoros que possuem uma estrutura interna organizada e vibração regular. Os tons, a matéria-prima do fazer musical, configuram-se e se diferenciam entre si graças ao fato de possuírem, cada um, uma bem definida frequência base ou fundamental... Os tons são objetos sonoros organizados e relativamente estáveis, seres vibracionais que reconhecemos como individualidade: dó, ré, fá sustenido, etc. Sua regularidade interna baseada na frequência fundamental é o fato físico que permite que a nossa atividade cognitiva capte sua essência.

Para Wisnik (1989, p. 17), o som é

produto de uma sequência rapidíssima de impulsões e de repousos, de impulsos (ascensão da onda) e de quedas cíclicas desses impulsos, seguidas de reiteração... Não é a matéria do ar que caminha levando o som, mas sim um sinal de movimento que passa através da matéria, modificando-a e inscrevendo nela de forma fugaz, o seu desenho. O círculo de Tao, por exemplo, que contém o ímpeto yang e o repouso yin, é um recorte da mesma onda que costumamos tomar, analogicamente, como representação do som.

O som é “presença e ausência”. Existem muitos silêncios e sons, no som, e por isso se pode dizer, com Cage (1985), que o som não teme o silêncio que o extingue, pois há sempre som dentro do silêncio; mesmo quando não ouvimos os barulhos do mundo, fechados numa cabine à prova de som, ouvimos o “barulhismo” do nosso próprio corpo, produtor/receptor de ruídos. No interior da câmara anecóica – cabine totalmente à prova de sons – Cage realizou a experiência para vivenciar o silêncio absoluto, todavia em poucos segundos verificou que este não existe, uma vez ouviu dois sons, um grave vindo da circulação sanguínea e um agudo proveniente do sistema nervoso.

Sampaio (2000) diz que é um equívoco desvincular o som do silêncio: a unidade som-silêncio está implícita em duas condições:

- a) embora complementares, os dois elementos não são simultâneos: é necessário que cada um ceda o momento para que o outro se manifeste.
- b) conquanto antagônicos, há entre eles uma reciprocidade de existência: o som irrompe do silêncio e a ele retorna invariavelmente (SAMPALIO, 2000, p. 78).

Concordando com esse posicionamento, Koellreutter (1990) afirma que “o silêncio deve ser percebido como outro aspecto de um mesmo fenômeno, e não apenas como ausência de som”. Em contraste, o que chamamos de ruído é aquele som de estrutura extremamente complexa e mutante que, incorporando de forma desordenada e não-regular diversas frequências, foge à nossa capacidade de decifrar sua lei interna. Quando se fala em som não nos referimos à mera impressão físico-sensorial, mas sim à maneira como ele subjetivamente nos toca. Segundo Petraglia (2010), chamamos de ruído aos sons escutados em nível puramente físico, que não chegam a evocar sensações, nem são reconhecidos como tendo um sentido de comunicação. Essas vibrações “atuam subliminarmente de modo positivo ou negativo, no corpo e estados de alma”. Dependendo de sua qualidade e natureza, podem induzir a um estado de relaxamento ou gerar “indigestão anímica”, que percebemos como um mal-estar difuso; “quando evoca prazer ou desprazer, adentrando à consciência, chamamos de som”, e quando há “uma identidade objetiva e espiritual, chamamos de tom”, ou seja, somente quando “a luz que trazemos do universo conceitual ilumina o fenômeno é que ele revela seu significado e sua essência, passando a viver em nossa consciência plenamente desperta” (PETRAGLIA, 2010, p. 55).

De acordo com Lévi-Strauss (1991), a música está ancorada além do cultural, no molde natural, ao dirigir-se ao tempo psicológico, fisiológico e até “visceral” do ouvinte. É

dessa atuação simultânea que a música retira seu poder extraordinário de agir sobre o “espírito” e os “sentidos”, de mover “ideias e emoções”.

Conforme Wisnik (1989), sendo a música uma ordem que se constitui de sons em perpétua aparição e desaparecimento, escapa à esfera tangível e se presta à identificação com outra ordem do real: atribuem-se a ela as propriedades do espírito. O som tem um poder mediador, hermético: é o elo comunicante do mundo material com o mundo espiritual e invisível. Para o referido autor,

- o som é um objeto subjetivo que está dentro e fora; não pode ser tocado diretamente, mas nos toca com enorme precisão;
- o ritmo está presente em todas as percepções, constituído sempre por um ataque, um modo de entrada e saída, um fluxo de tensão/distensão, de carga e descarga;
- o feto se desenvolve no útero ao som do seu coração e o de sua mãe, e as sensações rítmicas de tensão e repouso, de contração e distensão criam variadas percepções (op. cit., p. 26).

De acordo com Wisnik (1989) e Schafer (2001), um som afinado, cantado em uníssono por um grupo humano, tem o poder mágico de evocar uma fundação cósmica: fecunda-se coletivamente, no meio dos ruídos do mundo, um princípio ordenador. Sobre uma frequência estável invisível, trava-se um acorde que projeta não só o fundamento de um cosmos sonoro, mas também do universo social. As sociedades existem na medida em que possam fazer música, ou seja, travar um acordo mínimo sobre a constituição de uma ordem entre as violências que possam atingi-las do exterior e as violências que as dividem a partir do seu interior.

Passo agora ao estudo sobre a terceira idade, encaminhando-nos desta maneira, para compreender, no capítulo que trata da análise dos dados, a relação entre música e terceira idade, na busca por qualidade de vida, embasada nos princípios da educação ambiental.

## 2.2 Sabedoria nasce envelhecendo

*Enquanto ouvir as batidas do meu coração, sei que a trilha sonora da vida estará a me movimentar, possibilitando-me ir em busca da realização dos meus sonhos, e, de mãos dadas com o outro, formar a teia da construção de uma vida melhor para todos (Sônia Cava, 2011).*

### 2.2.1 Conceituação

Hoje em dia a abordagem da fase chamada terceira idade abre um leque muito grande de possibilidades. Segundo Goldman (2012), considera-se que a terceira idade tenha seu princípio cronológico na época da aposentadoria por emprego lucrativo, cuja faixa etária varia de 60 a 65 anos. Mas de fato as mudanças características da terceira idade já começam a se tornar evidentes mais cedo.

O que é ser velho? Por que a velhice carrega tantos preconceitos a ponto de quisermos negar sua existência?

O processo de envelhecimento é complexo, situado no tempo, no espaço e historicamente determinado. De acordo com Sara Nigri Goldman (2012, p. 13), mais importante que a “rotulação” de velho, idoso, é a superação do estigma a que os idosos são submetidos e a significação na trajetória de suas vidas, na busca de espaço de construção de sua cidadania e como sujeito histórico. Segundo Simões (1998), as variadas capacidades do indivíduo têm proporções diferentes, por isso pode-se dizer que a idade pode ser biológica, psicológica ou sociológica.

Sendo a velhice esse complexo biológico, psicológico e sociológico que se forma através da vivência histórica dos povos, é uma fase, em algumas partes da China, extremamente respeitada e útil na criação dos netos; em alguns países da África ocidental, um dos papéis da sociedade mais valorizados só pode ser desenvolvido pelos velhos e sábios griôs<sup>6</sup> (MAIA, 2012).

Nesta pesquisa, os dados destacados referem-se à velhice nos países ocidentais, em especial ao Brasil.

---

<sup>6</sup> Griô ou mestre(a) é todo(a) cidadão(ã) que se reconheça e seja reconhecido(a) pela sua própria comunidade como herdeiro(a) dos saberes e fazeres da tradição oral e que, através do poder da palavra, da oralidade, da corporeidade e da vivência, dialoga, aprende, ensina e torna-se a memória viva e afetiva da tradição oral, transmitindo saberes e fazeres de geração em geração, garantindo a ancestralidade e identidade do seu povo. A tradição oral tem sua própria pedagogia, política e economia de criação, produção cultural e transmissão de geração em geração. (<[www.camara.gov.br/.../prop\\_mostraintegra](http://www.camara.gov.br/.../prop_mostraintegra)>. Acesso em: 22 mar. 2013).

De acordo com a gerontologia, a velhice pode ser entendida como senescência ou senilidade. A senescência é o fenômeno fisiológico do envelhecimento sadio; a senilidade, um declínio físico associado à desorganização mental, ou seja, enquanto a primeira tem significação positiva, o segundo termo traz em si uma ideia negativa, ligada à doença e à dependência.

É o que ocorre com o idoso quando ele começa a vivenciar a perda de algumas referências, como se perdesse a própria identidade que durante toda a vida assinalava quem ele era. Tal situação pode ser bastante delicada, ao se observar um desconhecimento da pessoa com relação a si mesma, e tende a se agravar quando a família e a sociedade atribuem ao idoso um “papel sem papel”, considerando-o passivo, inútil e desentendido.

Pensar sobre o que é ser velho, na imagem que a mídia traz de envelhecimento, propicia a formatação de uma representação social<sup>7</sup> com a qual o idoso irá buscar seus referenciais. Os temas que destacam a parcela populacional compreendida na faixa etária igual ou superior a 65 anos de idade, destacados pelos meios de comunicação, contribuem para a formação de um referencial, ou seja, uma “imagem”. Por meio dos temas exibidos, constitui-se um ideário social, uma classificação de quem e como são os idosos, determinando espaços e criando identificações.

Os assuntos abordados giram em torno de problemáticas básicas que atingem a terceira idade, e isso faz com que categorizações sejam reforçadas. Os profissionais que se dedicam de forma especializada ao atendimento do velho são também importantes do ponto de vista de divulgar uma imagem preconcebida, valorizando alguns aspectos em detrimento de outros.

É importante levar em consideração que os indivíduos, de forma isolada, não podem mudar o panorama da velhice instituído. Ainda hoje, ser velho é como se fosse um sobrepeso a ser carregado; uma fase da vida com muitas perdas, limitações fisiopsicológicas, sociais, econômicas e políticas.

Vivemos hoje uma sociedade regida pela individualidade, pelo eu, pela falta de ética, onde o que deveria ser um todo fragmenta-se em pedaços, onde somente se olha o próprio interesse e esquece que existem outros. É preciso entender que não podemos pensar pelo outro, para o outro e sem o outro (LOUREIRO, 2006).

Nossa vida passa por várias fases: infância, juventude, vida adulta e a velhice, sendo essas fases interligadas. Todavia, elas se abrem em cada uma, excluindo alguns por serem portadores de diferenças, tais como as doenças, as deficiências, as anomalias, entre outros. A

---

<sup>7</sup> Para Moscovici (apud SANTANA, 2008, p. 126), representações sociais definem-se como “um conjunto de conceitos, proposições e explicações originado na vida cotidiana no curso de comunicações interpessoais”.

sociedade cultiva a perfeição, o belo, o vitorioso, o saudável física e mentalmente. Com esse posicionamento, forma-se o grupo dos excluídos, entre eles os idosos, que são depreciados sob muitos aspectos em sua grande maioria.

Diante da nova visão iniciada no século XX, os idosos são pessoas que, com o avançar da medicina, tornam-se produtivos dentro de seu potencial, e conseqüentemente podem cooperar economicamente com o país.

Os idosos, que são muitas vezes marginalizados, são úteis, pois grande parte deles, é mantenedora da família e da sociedade (MUNHOL, 2011). Apesar disso, muitos são excluídos pela família, pela sociedade e pelo Estado. Eles sofrem não só com o desgaste natural do organismo, mas com o abandono, com a exclusão social, a ausência de interesse do Estado em seu todo, na defesa dos seus direitos, da ausência de políticas públicas com o não-cumprimento do Estatuto do Idoso e do Decreto Federal 1948/96, que regulamenta a Lei sobre a Política Nacional do Idoso, pelo qual: “Todo cidadão tem o dever de denunciar à Autoridade competente qualquer forma de negligência ou desrespeito com os idosos” (BRASIL, 1994, Art. VII, par. 3º).

O “envelhecimento ativo” preconizado pela Organização Mundial de Saúde se traduz como um processo no qual é permitido ao indivíduo perceber o seu potencial para o bem-estar físico, social e mental no curso de sua vida. Essas pessoas devem participar da sociedade de acordo com suas necessidades, desejos e capacidades, usufruindo ao mesmo tempo de proteção, segurança e cuidados adequados.

Apesar de as políticas de atendimento aos idosos estarem estabelecidas, não são totalmente implementadas. São documentos que continuarão apenas a manter esse *status* se não houver intensa participação civil de quem hoje está velho e de toda a sociedade.

Para que haja melhor adaptação dos idosos ao processo de envelhecimento e ao ambiente, alguns fatores merecem atenção: a) contato social suficiente; b) ocupação cheia de significado; c) certa segurança social; e d) estado de saúde satisfatório. Contudo, o que frequentemente observamos é que, frente ao despreparo individual e coletivo, sem o respaldo sociopolítico necessário, a satisfação desses fatores não é atingível e, em grande número de casos, a institucionalização acaba por ser imperativa.

A institucionalização em lares, abrigos, instituições de longa permanência para idosos, ou qualquer outra denominação dada a essas entidades, compromete sobremaneira o ajustamento. Mais do que isso, a visita a muitas dessas instituições, apesar das diferentes estruturas que possam apresentar, revela o quadro de abandono, desalento e desesperança que muitos idosos vivenciam.

No artigo 2º da Lei 10.741/2003, que dispõe sobre o Estatuto do Idoso, está previsto que

o idoso goze de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, sem prejuízo da proteção integral de que trata essa lei, assegurando-se-lhe, por lei e 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, 2003).

Pergunta-se: por que a dignidade prevista em lei, ou propagada em conferências mundiais, em sua apreensão conceitual mostra-se ineficaz quando se confronta com a realidade? Temos dificuldade de reconhecer a dignidade nos tempos em que vivemos, em que a riqueza, o poder, o sucesso e a fama são cada vez mais valorizados. A economia de mercado e a nova ordem preveem como principal forma de interação humana o investimento e o comércio, sendo que as pessoas são avaliadas simplesmente como produtoras e consumidoras, quando não até como produto de consumo. A questão do “abrigar-se” comprova a ação da sociedade, que descarta os indivíduos no momento em que deixam de ser saudáveis e produtivos e utiliza um discurso controverso à sua integração ao meio social.

A ideia de valor está centrada na pessoa humana, na sua subjetividade, quando cuidamos ou nos relacionamos com o outro. É nesse ponto que a arte, em particular a música, na forma como a concebemos, possibilita a revitalização, tão necessária, do potencial de dignidade, não como um caminho único, mas como um caminho possível e promissor na abordagem aos idosos institucionalizados.

As atividades com música são consideradas recursos muito importantes para se trabalhar com idosos, pois promovem: 1) respostas em nível fisiológico; 2) comportamentos de caráter emocional que estão relacionados às respostas fisiológicas, como alterações nos estados de ânimo, nos afetos; 3) integração social, ao promover oportunidades para experiências comuns, que são a base para os relacionamentos; 4) comunicação, principalmente para idosos que têm problemas de comunicação verbal e pela música conseguem interagir significativamente com os outros; 5) expressão emocional; 6) afastamento da inatividade, do desconforto e da rotina cotidiana, e 7) associações extramusicais, lembranças de pessoas e lugares mediante a evocação de emoções guardadas na memória.

A música pode facilitar o encontro entre dois seres – o que *propõe* a música e o que se *dispõe* a recebê-la ou compartilhá-la – e, a partir daí, se estabelece uma forma de *comunhão*,

um *estar junto*, no qual profissional e idoso podem usufruir os benefícios que a proposta musical encerra em si mesma.

Na pesquisa intitulada *Dos benefícios da musicalização na terceira idade* (OLIVEIRA, 2009), verifiquei que a música proporciona a relação eu-tu, pois possibilita a demonstração de afetividade, compaixão e solidariedade, as quais podem ser apreendidas pelos gestos, olhares, sorrisos, toques suaves que acontecem durante a execução musical.

A dignidade existe para que o indivíduo possa realizar total ou parcialmente as suas necessidades básicas. Viver dignamente pressupõe fazer escolhas, conduzir os seus interesses com livre arbítrio ao invés de ser arrastado por forças que estão fora de seu controle. Pressupõe autonomia e liberdade. No pensamento de Immanuel Kant (apud LEÃO, 2010, p. 3),

a dignidade é o valor de que se reveste tudo aquilo que não tem preço, ou seja, não é passível de ser substituído por um equivalente. Assim sendo, a dignidade é uma qualidade inerente aos seres humanos. Cada pessoa, portanto, é única e insubstituível e por isso possui dignidade e, assim sendo, jamais deve ser tratada como meio, e sempre como um fim em si mesma.

No Brasil, a Política Nacional do Idoso – Lei nº 8842/94 – e o Estatuto do Idoso – Lei nº 10741/03 estabelecem a garantia de conquista e fruição de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, para a preservação de sua saúde física e mental e seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social em condições de liberdade e dignidade. Nota-se que não faltam textos normativos, todavia é necessário propagar essas garantias legais, buscando e aplicando a alteridade<sup>8</sup>.

### **2.2.2 A subjetividade na terceira idade**

Dialogar com os idosos, refletir sobre suas maneiras de ver a vida, é uma forma de questionar acerca da produção de subjetividade que existe em nossa cultura sobre o processo do envelhecimento. Criamos, em relação ao envelhecimento, uma subjetividade recebida e consumida desde a mais tenra idade.

As pessoas em geral têm medo de envelhecer, por relacionarem a idade com doenças, solidão, perdas, improdutividade e morte. É como se, ao envelhecer, fosse vetado amar, sentir ciúme, fazer sexo e ter sonhos como podem ter os jovens. Essa subjetividade produzida e

---

<sup>8</sup> Sugerimos a dissertação de Claudete Gravinis para maiores informações sobre esse assunto: *(Re)construindo um novo pensar: proposta transformadora de idosos participantes do NUTI, alicerçada nos fundamentos da educação ambiental* (2009).



fabricada coloca o idoso para além do humano, fazendo-o sentir-se, portanto, fora da humanidade. A velhice nos faz refletir sobre a consciência de tempo, da existência e da morte, esta companheira de todos nós.

Devemos refletir que o significado da vida não está na negação do envelhecimento, mas na conscientização de que há uma existência plena a ser vivida, com e apesar das mudanças físico-psicológicas e sociais advindas com o tempo.

Vivemos numa época de muitos avanços tecnológicos e científicos, em que a área da medicina é uma das grandes beneficiadas. É visível o processo de reorganização pelo qual a sociedade brasileira vem passando nas últimas décadas, resultando em elevação da expectativa de vida. A pirâmide social passa por mudanças que refletem uma nova forma de encarar as relações entre os diversos grupos que compõem o todo da população.

De acordo com pesquisas da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2000, apud COSTA et al., 2003), em 2025 o Brasil será o sexto país em número de idosos, chegando a índices iguais a alguns países desenvolvidos. Segundo o IBGE (2008), estima-se que até 2050 a população de idosos representará mais de 22% da população, e isso significa que haverá cerca de 172 idosos para cada 100 crianças. Ao analisarmos o envelhecimento, encontramos de um lado conceitos culturais, históricos e sociais segundo os quais essa etapa da vida implica um desgaste físico e mental, resultando sentimentos de baixa autoestima, depressão, inutilidade. Muitos idosos são considerados como um peso para a família, que muitas vezes os “dispensa” para a casa geriátrica.

Essa ideia de ser inútil advém de uma subjetividade criada ao longo do tempo, coerente com o modo de produção capitalista, em que só tem valor quem produz e quem consome. Para Guattari (2009), essa é a ideia de uma “subjetividade maquínica”.

Esse tipo de subjetividade é produzido numa sociedade que privilegia apenas os adultos em condições de exercer trabalho físico e mental durante a maior parte do dia, gerando, dessa forma, lucros. Além de não participarem para aumentar os lucros, a maioria dos idosos, devido aos baixos proventos da aposentadoria, não são consumidores: outra “deficiência”, numa sociedade incansável em criar necessidades de bens de consumo (RODRIGUES, 1998, p. 20).

Entretanto, emerge uma forte tendência que vem fazendo um contraponto com a maneira de ver a vida “mais velha” como inútil ou sobrepeso, passando a considerar as vivências e as experiências acumuladas dos idosos como fator de colaboração para a sociedade, aspectos que os tornam agentes ativos no engajamento político-social.

Encontramos idosos ativos, integrados na sociedade, capazes de usar a criatividade para dar novas respostas às situações de vida que vão surgindo ao longo do caminho.

Para Guattari e Rolnick (1986, p. 47),

As mutações da subjetividade não funcionam apenas no registro das ideologias, mas no próprio coração dos indivíduos, em sua maneira de perceber o mundo, de se articular com o tecido urbano, com os processos maquínicos do trabalho, com a ordem social suporte dessas forças produtivas. E se isso é verdade, não é utópico considerar que uma revolução, uma mudança social em nível macropolítico, macrossocial, diz respeito também à questão da produção da subjetividade, o que deverá ser levado em conta pelos movimentos de emancipação.

Precisamos dedicar estudos à fase da terceira idade, promovendo reflexões e vivências que oportunizem mudanças na concepção da subjetividade da velhice nas relações sociais e nos programas governamentais. Debert (1999) afirma que os preconceitos e as atitudes discriminatórias acabam por produzir sua própria confirmação. É necessário desconstruí-los, e para tal objetivo é relevante a proposta de educação musical com suas várias possibilidades, para se vivenciar uma velhice diferenciada da atualmente constituída, quando os indivíduos conscientizados compreenderão que podem continuar a construir o seu destino.

Para Carvalho (2006, p. 34),

um bom exercício para renovar nossa visão de mundo é, às vezes, trocar as lentes, para ver as mesmas paisagens com olhos diferentes. Isso significa “desnaturalizar” os modos de ver que tínhamos como óbvios. Podemos fazer isso questionando conceitos já estabelecidos, em muitos campos da experiência humana, criando, dessa maneira, espaço para novos aprendizados e para a renovação de alguns de nossos pressupostos de vida.

Compreender a educação permanente e, no caso, a educação musical como uma possibilidade de re-descobrir-se como ator social, relacionando-se com as atividades propostas e a inter-relação social daí advindas, é contribuir para um envelhecimento sadio, proporcionando novas interfaces sociais aos idosos participantes.

A promoção de qualidade de vida na velhice excede os limites da responsabilidade pessoal e deve ser vista como um empreendimento de caráter sociocultural. Portanto, uma velhice satisfatória não é somente um atributo do indivíduo biológico, psicológico ou social, mas resulta da qualidade de interação entre pessoas em mudança, vivendo numa sociedade em mudanças.

Em contraposição, somos influenciados pela mídia que aponta outros fatores como determinantes para um envelhecimento de sucesso: consumo, prazer, esporte, qualidade de vida, incentivando os idosos a terem uma postura como se fossem jovens.

Ao louvar pessoas saudáveis e bem-sucedidas que aderiram ao estilo de vida e à parafernália de técnicas de manutenção corporal veiculadas pela mídia, assistimos à emergência de novos estereótipos. Os problemas ligados à velhice possam a ser tratados como problemas de quem não é ativo e não está envolvido em programas de rejuvenescimento e, por isso, se atinge a velhice no isolamento e na doença, é culpa exclusivamente dele (DEBERT, 1999, p. 29).

Na realidade, a sociedade exclui para fazer uma nova inclusão social perversa: uma dimensão que exclui e culpa o excluído por sua própria exclusão. Estamos vendo crescer a cada dia o capitalismo, de modo que a categoria “mercadoria” passa a ganhar destaque em nível de currículo, estilo de vida, necessidades e desejos. Não há lugar para expressão histórica, nem para possibilidades de “ser diferente”, pois o mais importante nas relações sociais capitalistas, de acordo com Guattari (2009), é fabricar “discursos de exclusão” e “vigília de fronteiras” onde se projetam benefícios sociais e econômicos de poucos. A exploração do homem pelo próprio homem, esquecendo-se de pensar no “bem-estar público e a solidariedade articuladas às mudanças éticas que se fazem necessárias” (LOUREIRO, 2006, p. 81).

Atualmente vivemos relações que privilegiam as perspectivas quantitativas dos fenômenos. Essa racionalidade pelo “ter” no lugar do “ser” permeia vida e espaço do homem. Estamos nos anestesiando, nossos sentidos estão se “marginalizando”, desestimulando o prazer do sentir, do perceber através do sensível. Nas relações coloca-se o utilitário como denominador e exclui-se a beleza, o múltiplo, o diferente.

A lógica do capital tem interesses voltados à velhice quando esta se torna classe lucrativa. A existência de idosos faz gerar um quadro econômico de empregos e necessidades: cuidadores, consumo de medicamentos, consultas, hospitalização, casas geriátricas, turismo e outros, para atendimento pessoal e assistencial, atribuindo aos idosos valores de mercadoria.

Marx define o capitalismo como o processo de universalização da produção de mercadorias (STALLYBRASS, 2008, p. 53), uma sociedade representada pela própria forma de mercadoria, cujo consumo é cada vez mais incentivado e direcionado a equivalências e valores. Na lógica capitalista, vale mais o capital do que o trabalho. Assim, quanto mais se

produz, mais se “coisifica” a vida e mais se valoriza a dimensão econômica na lógica de mercado.

Os idosos são marginalizados, pois sua capacidade de geração de produção está diminuída ou ausente. A valoração do homem pelo que ele é (ou foi) não assume significado condizente com a sua existência. É necessário vê-lo como cidadão que merece respeito, comprometimento e amor.

Para compreender cidadania é preciso refletir sobre a consciência do “eu” e do “grupo” em que se está inserido para a construção de uma democracia justa e igualitária. Ser cidadão é se perceber junto com o outro na construção de uma melhor qualidade de vida para todos, intervindo de modo qualificado no ambiente em que se está inserido.

Isso implica valorizar as experiências adquiridas ao longo dos anos e das vivências, o que torna uma pessoa o que ela é.

Devemos preparar o nosso olhar para ver o idoso para além dele mesmo, com seu vasto potencial, sabedoria e conhecimento, como pessoa que pode concorrer para a construção de um futuro melhor. Colocamos a educação ambiental como proposta transformadora, capaz de estabelecer um processo contínuo de reflexão e crítica sobre os mecanismos sociais, políticos e econômicos. Logo, uma educação ambiental transformadora “não é aquela que visa a interpretar, informar e conhecer a realidade, mas que busca compreender e teorizar a atividade humana, ampliar a consciência e revolucionar a totalidade que constituímos e pela qual somos constituídos” (LOUREIRO, 2006, p.118).

A educação emancipatória compreende a educação como elemento de transformação social, inspirada no diálogo, no exercício da cidadania, no fortalecimento dos sujeitos, na criação de espaços coletivos de estabelecimento das regras de convívio social, na superação das formas de dominação capitalista, na compreensão do mundo em sua complexidade e da vida em sua totalidade. Os problemas ambientais se relacionam com as práticas sociais. As bases ecológicas de sustentabilidade localizam-se além da esfera ideal, atingindo também a esfera material, no modo de produção capitalista e nas relações sociais.

As ideias se constituem na materialidade da vida. As ações pedagógicas precisam conectar as condições socioeconômicas e políticas, culturais, históricas e ideológicas, formando uma visão que una o social e o natural. A Educação Ambiental deve seguir as pedagogias progressistas histórico-críticas e libertárias que orientam para a transformação social.

A educação ambiental, portanto, parte do processo produtor de cultura. Podemos perceber a música como fator de mediação entre os seres humanos (VIGOTSKY, 2000) na

procura de valorizar a ação solidária, incentivar trabalhos coletivos, intervir em situações que requeram a criação e valoração de princípios comuns a todos. Podemos agir, fazer, produzir, inovar, mudar, estruturar, sistematizar, consertar, criar, sensibilizar, socializar, na construção de conquistas e realizações de indivíduos, grupos, e por vezes, civilizações inteiras. É fundamental adotar práticas e técnicas que favoreçam a melhoria da qualidade de vida, atitudes de solidariedade e afetividade, realizações que rompam limites físicos e aumentem a flexibilidade da condição humana.

Escutar música é um ato de prazer, mas também traz aspectos éticos e morais. Conforme Tame (1997), há exemplos que fortalecem a crença de que a música tem uma força que interfere em todo o mundo a nossa volta e esta força pode ter um caráter físico, visível e audível, e até mesmo, místico.

Procurei trabalhar atividades musicais com os idosos de forma que eles pudessem exercitar o processo de ressignificar, reelaborar, recriar o seu modo de ver, tratar as situações-problema num processo de ação-reflexão-ação e interpretação-transformação, para melhorar sua qualidade de vida.

Os encontros com o grupo vocal propiciam uma possibilidade de viver a velhice com maior qualidade de vida; de fazer novas amizades e reencontrar velhos amigos, de ocupar o tempo livre, de desenvolver uma vida social ativa, de dissipar velhos bloqueios de participação.

A velhice encarada sob esse prisma faz com que o idoso tenha novas expectativas acerca de suas capacidades e também dê novo significado para sua vida.

Os ensaios do grupo vocal dos idosos constituem-se em momentos agradáveis e descontraídos de relatos de experiências e/ou conversas, atuando como fator antiestressante, de aumento da sensação de bem-estar, melhora da autoestima, atenuação da ansiedade, da tensão e da depressão. As atividades de musicalização ajudam a manter as capacidades motoras e cognitivas dos idosos.

O Brasil se constitui num país progressivamente mais velho, portanto é preciso que os idosos, como cidadãos, possuam os mesmos direitos que as outras faixas etárias, e não sejam encarados como um grupo à parte dentro da comunidade como um todo.

O envelhecimento sadio da população é uma meta natural e desejável de qualquer sociedade em desenvolvimento, e a velhice deve ser acompanhada por melhorias da qualidade de vida dos que chegaram até ela, ou a estão atingindo, de modo que seja uma vivência positiva (VERAS, 1994, p. 193).

A sociedade brasileira de fins do século XX e início do século XXI, a partir de constatações como o crescimento populacional de idosos e a adoção de políticas públicas específicas – com o Estatuto do Idoso –, tem colocado em xeque alguns conceitos até então predominantes a respeito dos velhos, o que leva a admitir possibilidades diversas no entendimento e na aceitação dessa fase, demonstrando uma modificação na imagem criada e difundida a respeito do envelhecimento.

Modificações em hábitos e posturas colocados a partir do reconhecimento de alguns direitos têm tirado da velhice a ideia de inatividade. Podemos citar, como exemplo, a obrigatoriedade dos descontos em passagens de ônibus para pessoas com 65 anos ou mais.

Em relação ao lazer, são oferecidos cruzeiros, pacotes de viagens, roteiros específicos para a terceira idade, bem como atividades gratuitas pelo governo ou entidades não-governamentais que têm surgido e se intensificado, gerando uma mudança comportamental tanto na vida desses indivíduos como nas ideias a respeito do uso do tempo por parte dos aposentados, que passaram a desfrutar os prazeres na terceira idade.

Na família também podemos notar um novo papel. Com as crescentes exigências no mundo do trabalho, nota-se a necessidade de tempo por parte dos filhos, passando a questão da utilidade social do idoso a ganhar força. O auxílio nas tarefas diárias, cuidados com os netos, entre outros afazeres, têm-se mostrado como uma reinvenção do velho. Com novas atribuições dentro da lógica de mercado, o novo idoso vem deixando de lado o estereótipo de inútil, incapaz, ainda que esse conceito seja muito forte na determinação social da velhice.

Também há que se destacar os novos modelos familiares emergentes, nos quais, a partir da lógica econômica e do desemprego, alguns idosos têm assumido um papel de destaque, podendo ser até mesmo os provedores financeiros de filhos e netos.

O velho pode agregar seu excesso de tempo à falta de tempo dos familiares que estão inseridos no mercado de trabalho, o que o leva, assim, a assumir uma nova função dentro da família.

Não basta propiciar alimentação, assistência médica, asilo e carinho, como se fosse uma questão de caridade e assistência social. São necessárias intervenções econômicas, sociais, culturais e ambientais que reposicionem a velhice do patamar rebaixado e marginalizado, ao qual ainda hoje está relegada, trazendo-a para o nível da cidadania plena que é a sua altura devida.

O Estatuto do Idoso (BRASIL, 2003), em vigor a partir do início do século XXI, demonstra muitas conquistas, direitos e possibilidades para melhorar a vivência da velhice,

destacando a plenitude da vida e os direitos de cidadania acima de quaisquer preconceitos ou interesses sociais ou econômicos.

Essa sensibilização demonstra um início de mudança na caracterização, nos estereótipos e, principalmente, no autorreconhecimento do idoso. São iniciativas que contribuem para que o consciente coletivo passe a cultivar interesse pelo tema, aceitar essa fase da vida com mais positividade, de modo que o pessimismo e a ideia de fim deixem de ser o tema central quando se chega aos 65 anos e à aposentadoria.

Os encontros semanais de música através do canto coral têm uma visão de educação para a vida. Valente (2001, p. 28) concorda com a ideia de educação para a terceira idade, “tornando-se esta uma maneira de se divertir, de ocupar a mente, de preencher o tempo e de entrar em sintonia com a atualidade”. Em nossos encontros, intercambiamos significados acerca de nossas expectativas, motivações, preocupações e problemas, conscientizando-nos de que somos agentes de nosso próprio desenvolvimento no processo de construção do conhecimento, de forma a conferir autonomia em nossas escolhas.

As modificações na vida das pessoas quando chegam à velhice precisam ser tratadas com naturalidade tanto pelos diretamente envolvidos – idosos, pessoas próximas – como pela estrutura social como um todo, incluindo os meios de comunicação, visando a ressaltar o aspecto saudável, e não o contrário.

Reconhecer e incluir os idosos como parte de um todo é uma ação afirmativa e de cidadania a que se deve atentar, já que, com índices elevados de envelhecimento populacional, uma ampla parcela passa e cada vez mais passará desfrutando tempo mais longo de vida.

A seguir teço considerações sobre o lazer na terceira idade, uma vez que, em nossas oficinas de música, este é fator relevante.

### **2.2.3 O lazer e o idoso**

*Viver e não ter a vergonha de ser feliz.  
Cantar a beleza de ser um eterno aprendiz.  
(Gonzaguinha)*

Ao pensar em lazer, lembramos diversão, descanso, ocupação da mente com atividades agradáveis. Enfim, como se poderia definir o lazer? Para que serve?

Pode-se dizer que lazer é uma atividade humana não relacionada às obrigações profissionais, familiares ou sociais. O lazer é criação cultural, tarefas de exploração, uso da

imaginação, atividades de participação social voluntária, atividades esportivas, atividades artísticas que podem acompanhar o ser humano durante toda a vida.

Lazer pode ser definido, segundo Dumazedier (2001), como o que contrasta com as necessidades e compromissos de cada dia. Para o sociólogo Marcellino (2002), o lazer é a cultura praticada ou fruída no tempo disponível, de forma desinteressada. O objetivo pode ser repouso, divertimento, recreação, entretenimento ou obtenção de informação e formação desinteressada. O lazer atua também como forma de resgate do ser humano, proporcionando novas formas de socialização. Portanto, pode ser visto como ferramenta para a educação. Pode levar à conscientização pessoal e socioambiental, fazendo com que as pessoas assumam um compromisso consigo mesmas, com a sociedade e com o meio ambiente. Essa visão possibilita ao idoso

ressignificar emocionalmente seu lazer nesta etapa de vida, revertendo atitudes cristalizadas, valores, comportamentos e condutas que exterioriza e, tendo como parâmetros suas opções e preferências pessoais, deixando fluir a espontaneidade, a alegria, o prazer de viver e o elemento lúdico que lhe é inerente, redefinindo os níveis qualitativos de sua existência (GÁSPARI; SCHWARTZ, 2005, p. 72).

Melo e Alves Júnior (2003) afirmam existir uma educação “pelo lazer” e uma “para o lazer”. Educar “pelo lazer” significa aproveitar o potencial das atividades para trabalhar valores, condutas e comportamentos, enquanto educar “para o lazer” está mais em relação aos animadores culturais, os quais têm como cerne de sua atuação a cultura.

Com o desenvolvimento progressivo da sociedade, o início do capitalismo e o trabalho visto como um ato alienado, realizado apenas com o objetivo de cumprimento de obrigações remuneradas, porém, na maioria das vezes, não harmônico com as vontades e os prazeres dos indivíduos, surgiu nas pessoas a necessidade de utilizar seu tempo disponível em busca da satisfação não alcançada por meio do seu trabalho. Pode-se dizer que, nesse modelo social, o lazer possui um papel apaziguador e de equilíbrio entre o tempo produtivo e o tempo ocioso dos trabalhadores.

Apesar de ainda ser muitas vezes considerado como secundário, o lazer passou a ter maior importância e ser mais valorizado a partir da regulamentação do tempo livre e do consequente aumento da satisfação dos trabalhadores.

Segundo Melo e Alves Júnior (2003, p.6), a atividade humana caracteriza-se pelo trabalho e o não-trabalho que se coordenam, ou seja, não deve haver forma hierarquizada – uma se sobrepujando à outra – nem isolamento – uma sem se relacionar com a outra. As duas



atividades são importantes e mantêm inter-relação complexa, constituindo “a possibilidade de satisfação e felicidade humanas”.

A atitude é um elemento básico e indispensável ao lazer, pois é importante que o homem avalie de forma consciente sua forma de agir. Deve haver planejamento e reserva de um tempo livre em que possa participar das atividades com satisfação, sejam elas intelectuais, artísticas, físicas, sociais, realizadas ao ar livre ou não.

De acordo com Dumazedier (2001), existe uma relação dialética entre três necessidades básicas: o trabalho, o lazer e as necessidades fisiológicas como dormir, tomar banho. No entanto, há muitas vezes confusão entre elas. Por exemplo: se a pessoa após uma semana de intensas atividades vai dormir para descansar recuperando suas energias, isso não é lazer, mas atendimento a uma necessidade fisiológica.

O referido autor considera as funções básicas do lazer a liberação e o prazer, que se subdividem em três funções importantes: função de descanso; de divertimento – recreação e entretenimento – e de desenvolvimento. A função de divertimento necessita de um ato de romper com as atividades do cotidiano, principalmente se estas estão voltadas para o mundo do trabalho, o que poderá levar à fadiga e ao tédio.

A grande maioria da população trabalha sob pressão, sem sentir prazer. Em nossa sociedade capitalista, o que importa é a produtividade, sendo essa obrigatoriedade uma marcante característica.

Há quem sinta satisfação e prazer em relação ao seu trabalho. Todavia não se considera lazer, pois se entendêssemos como atitude, estilo de vida, qualquer atividade poderia ser considerada lazer.

A busca do lazer através do divertimento pode levar a atividades que impliquem mudança de lugar, de ritmo e de estilo de vida. As viagens, os jogos, os esportes, as atividades com cinema, teatro, leitura e música são alguns exemplos (DUMAZEDIER, 2001). O mesmo autor afirma que o lazer oferece novas possibilidades de integração voluntária de vida em agrupamentos recreativos culturais e sociais, tornando possível o livre desenvolvimento de atitudes e de atividade diversas, oportunizando, dessa forma, novas aprendizagens, que contribuem para o surgimento de condutas inovadoras e criadoras.

Para Rodrigues (1998), é no lazer que a pessoa se liberta da fadiga nervosa e se reencontra. É o seu momento de fazer algo pelo prazer de fazer.

Precisamos organizar o tempo do lazer, que está vinculado, para Izquierdo (2002), às atitudes que tomamos. O principal fator dessa organização é o bom senso. Não devemos

assumir compromissos que ultrapassem nosso tempo possível. Devemos procurar atividades relacionadas aos nossos interesses e necessidades.

Outra questão importante que Izquierdo (2002) aborda é a quantidade de informações que nos é imposta pelos meios de comunicação.

Essa massa de informações modifica nossos interesses e necessidades, pois tolhe nossa capacidade de sonhar, de imaginar, de sermos nós mesmos. As pessoas acabam se valendo dos sonhos e imagens alheias, pois querem ser iguais a determinadas celebridades, fazer o que elas fazem, comer o que comem, vestir o que vestem. Viver num mundo de fantasia, que não é o seu. Seu tempo é preenchido com essas e outras imagens que mostram elementos de mundos nos quais nem sempre temos interesse ou, então, não temos oportunidade de visitar ou de ter.

Para Melo e Alves Júnior (2003, p.12),

o lazer/tempo livre na sociedade capitalista é um tempo alienado e patológico, destinado a mascarar as contradições e a contribuir para a perpetuação do sistema, principalmente através [...] [da] “máquina poderosa de sonhos”, ou seja, a televisão, o cinema, etc. que buscam o controle social através da difusão de valores que interessam para a manutenção da ordem instituída.

As novas formas de veicular a velhice pela mídia cria um novo estereótipo, qual seja tratar as pessoas como se fossem permanecer eternamente jovens, em suas posturas físicas, no trabalho e no comportamento em geral (RODRIGUES, 1998). Pode-se dizer que essa forma de comportamento, em que o idoso é tratado com uma imagem ativa, saudável, em busca de atividades de lazer, vem atender a um novo mercado em expansão: a indústria do rejuvenescimento.

O consumismo no campo do lazer tende a gerar falsas necessidades. A sociedade de consumo e a indústria cultural, dentro dessa abordagem consumista, pode interferir, influenciar, apossando-se do tempo disponível das pessoas para as atividades de lazer consumista. Os idosos devem ser preparados não para eleger produtos, e sim caminhos; devem ter liberdade de conceber e realizar projetos, de construir o lazer, e não só de consumi-lo. Dessa forma, o tempo e a atitude estão implícitos, indissociáveis na dimensão e no entendimento do lazer.

Segundo Rodrigues (1998, p. 30), “Viver e envelhecer é saber renascer muitas vezes ao longo de uma caminhada pessoal e original”.

A ociosidade do idoso aposentado pode trazer problemas de depressão e baixa autoestima. É preciso que o idoso reorganize o tempo desocupado, no sentido de mudar o estilo de vida e atitudes, buscando a satisfação e o prazer de viver.

O idoso pode aproveitar seu tempo livre de várias formas. Uma das vantagens dessa disponibilidade é a possibilidade de participar em atividades de lazer quase impossíveis de serem frequentadas em outras épocas, como, por exemplo, os eventos sociais. Ferrari (apud FIGURELLI, 2009) salienta como atitudes sociais de lazer, frequentar os centros de convivência, os grupos de idosos, os clubes de terceira idade, entre outros similares. Estes facilitam as modificações e transformações sociais, pois nesses centros as pessoas se conhecem, redescobrem-se, trocam experiências, vivem, sonham, ajudam-se. Dessa forma, as atividades de lazer tornam-se imprescindíveis para o bem-estar dos idosos. A autora cita as seguintes contribuições desses grupos para eles:

- a) facilitar a oportunidade grupal, de socialização, de participação, de vivência, de manutenção dos direitos e papéis sociais;
- b) ajudar o idoso através das diferentes atividades, a vencer sua constante incapacidade para lidar com perdas múltiplas;
- c) manter e adaptar pelo maior tempo possível a sua independência física, mental e social;
- d) autoestimular o indivíduo para realizar atividades, visando ao treinamento sensorial e o desenvolvimento da criatividade;
- e) reconstruir padrões de vida e atividades;
- f) avaliar o desempenho adaptativo do idoso como um dos indicadores de saúde (FERRARI, 1996, p. 458).

Para Ferrari (op. cit.), frequentar os centros de convivência pode ser considerado uma atividade de lazer fundamental para um envelhecimento com qualidade de vida. Segundo o autor, nesses centros podem ser desenvolvidas: a) atividades de ação social, como, por exemplo, visitas e cuidados a idosos doentes, confecção de roupas, atividades em creches, escolas, etc.; b) atividades culturais, como teatro, música, coral, oficina literária, etc.; c) atividades de socialização que permitem a troca de ideias, debates; d) atividades de produção, confecção de objetos, por ex.: artesanato, horticultura, criação de animais, etc. e) atividades educacionais, como palestras, filmes, informações e outras.

As atividades desses centros são importantes para atender as necessidades individuais ou coletivas, que nem sempre são as mesmas, pois um tipo de atividade pode ser de lazer para alguns, mas pode não ser para outros.

Ensinar maneiras de ocupar o tempo livre, disponibilizar espaços e, principalmente, extinguir preconceitos em relação ao idoso, podem ser diretrizes políticas a serem

desenvolvidas. Nesse sentido, são de fundamental importância os programas e projetos que visem à educação para e pelo lazer, um campo cheio de possibilidades para desenvolver ações/intervenções.

A Política Nacional do Idoso (BRASIL, 1994) determina, na área da cultura, do esporte e do lazer:

- a) garantir ao idoso a participação no processo de produção, reelaboração e fruição dos bens culturais;
- b) proporcionar ao idoso o acesso aos locais e eventos culturais mediante preços reduzidos, em âmbito nacional;
- e) incentivar e criar programas de lazer, esporte e atividades físicas que proporcionem a melhoria da qualidade de vida do idoso e estimulem sua participação na comunidade.

É importante lembrar o direito de todos nós, independentemente da idade, de viver com dignidade e com plenitude. O lazer pode vir a ser uma das maneiras de promover saúde, mobilidade, possibilidades de escolhas e continuação da construção de novos sonhos.

### **2.3 Uma polifonia a três vozes: educação ambiental, educação estética, educação musical**

*Quem planeja a curto prazo deve cultivar cereais; a médio prazo, plantar árvores; a longo prazo, deve educar pessoas.*

Kwantzu

#### **2.3.1 Considerações gerais**

Intuitivamente já previa a importância da educação em minha vida. Sempre tive um carinho especial pelo processo ensino-aprendizagem, desde a época das brincadeiras de criança, em que colocava as bonecas sentadas em cadeiras, dirigindo-me ao quadro-negro, onde fazia garatujas mostrando o grande interesse e alegria em “ensinar” aos “alunos” de minha classe imaginária. Ao decorrer da minha vida pessoal e profissional, a educação sempre ocupou um lugar primordial, pois através dela podemos ser livres e usar nosso livre-arbítrio, conhecimentos e habilidades para colaborarmos na construção de um mundo mais justo e fraterno para se viver.

Abordo, portanto, neste texto algumas contribuições da educação ambiental, estética e musical que se interconectam no desenvolvimento e conclusões desta pesquisa sobre música

como atividade de aprendizagem, cultura e lazer para pessoas de terceira idade, numa busca ecológica por qualidade de vida.

Procuro relacionar a música – “como um poderoso agente de estímulo motor, sensorial, emocional e intelectual, uma vez que tem o poder de evocar, associar e integrar experiências” (SEKEFF, 2002) – com a educação ambiental, “que é uma práxis educativa com caráter cultural e informativo, mas fundamentalmente política, formativa e emancipadora, portanto, transformadora das relações sociais” (LOUREIRO, 2006, p. 3).

A educação ambiental é considerada atualmente como parte do processo cultural pelo qual os seres humanos se fazem e se ajustam ao que fazem. A música é fator de mediação entre os seres humanos (VYGOTSKY, 2008) na procura de valorizar a ação solidária, incentivar trabalhos coletivos, intervir em situações que requeiram a criação e valorização de princípios comuns a todos. Podemos agir, fazer, produzir, inovar, mudar, estruturar, sistematizar, consertar, criar, sensibilizar, socializar, na construção de conquistas e realizações de indivíduos, grupos e até de civilizações inteiras, propondo atividades que favorecem a melhoria da qualidade de vida, em práticas de solidariedade e afetividade, aumentando a flexibilidade da sensibilidade e ações humanas, entre outros benefícios.

Para Gonzáles e Verona (apud GASTAL, 2002), a educação ambiental e a educação estética têm em comum o objetivo de formar indivíduos e sociedade mais plenos em todos os sentidos. A educação estética estimula a criação de capacidades e habilidades, aquisição de novas percepções que possibilitem uma relação homem-natureza-mundo com mais harmonia, criatividade e solidariedade.

Vários autores que abordam a educação ambiental são unânimes em que é necessário relacionarmos a educação e a educação ambiental com a contextualização social, cultural, histórica, política, ideológica e econômica. A transformação social deve estar embasada em pedagogias progressistas histórico-críticas e libertárias que possibilitem o processo de diálogo na prática da cidadania e no fortalecimento dos sujeitos.

A educação ambiental aborda concepções que a identificam como educação para o ambiente ou, também, educação para a cidadania plena. Nessa linha, a EA tem conteúdos socioambientais como:

1. Natureza, como estrato natural da ocorrência da vida e, em particular, como o meio ambiente onde ocorre o desenvolvimento de diferenciadas manifestações de vida;
2. A História da Humanidade, como um processo de transformação que envolve desde dimensões filogenéticas e socioculturais, até econômicas e políticas;
3. O Trabalho, entendido como processo através do qual o homem transforma a natureza, ao mesmo tempo em que reconstrói

continuamente a si mesmo e a realidade histórico-social da relação homem-natureza-homem, mediada pelo trabalho (BURNHAM, 1993, p. 10).

A música acompanha a humanidade e é um excelente instrumento para a educação ambiental por suas qualidades que influenciam o homem nos aspectos fisiológicos, psicológicos e espirituais. Na Grécia antiga começou-se a descobrir a influência da música no corpo humano. Platão afirmava que “a música é o remédio da alma”. De acordo com Sé (2010), a música, por sua capacidade de transcender ao tempo, ultrapassa os séculos, penetrando em diferentes culturas e gerações inteiras, demonstrando diferenças e semelhanças entre elas.

Onde quer que haja um povo, uma cultura, existirá música. A velhice, como a música, pertence ao tempo. Um tempo que marca o corpo e constrói a memória, seja individual ou coletiva. As músicas de nossas vidas fazem parte dessa construção. Nós fazemos música para nos escutarmos nela (SÉ, 2012, p. 15).

A música tem grande poder de transformação, não só no âmbito individual, mas também no do ser humano social. De acordo com Freire (1992, p. 14),

a música é dotada de uma dimensão política, como instrumento potencial de transformação do homem e da sociedade, na medida em que, como as demais formas de arte, ela contribui para a elaboração de um saber crítico, conscientizador, propulsor da ação social, assim como para um aperfeiçoamento ético individual.

De acordo com Loubert (1979), é através das emoções e dos sentimentos que a pessoa se expressa frente ao outro e às situações que vivencia, demonstrando seu nível cultural, seus interesses e sua orientação na vida. Por isso os educadores precisam promover atividades que visem a sensibilizar e orientar em direção à formação do gosto estético e da cultura artística, pois estes constituem elementos fundamentais que influenciarão o desenvolvimento livre de valores nos indivíduos, em seu mundo interior.

Educar, segundo a autora, é mais que informar ou formar: é criar. À medida que se desvela o encanto velado de nosso aparente habitual cotidiano, é que a arte atinge sua plena significação: a de que sejamos autores de “obras” ou da maior de todas as obras: a nossa própria vida. Eis a essência da educação.

A educação envolve, além de informações, crenças, posturas, comportamentos, hábitos e escolhas. Isso implica a necessidade de ter a educação voltada para a democracia, como

fundamental para a qualidade de ensino para todos e todas. Para Gentili (1995), “qualidade para poucos não é qualidade, é privilégio”.

Segundo Paro (2001, p. 38),

o fim último da educação é favorecer uma vida com maior satisfação individual e melhor convivência social. A educação como parte da vida e, principalmente, o viver com a plenitude que a história possibilita. Por ela se toma contato com o belo, com o justo e com o verdadeiro, aprende-se a compreendê-los, a admirá-los, a valorizá-los e a concorrer para a sua construção histórica.

É importante educar as crianças para que aprendam a respeitar as pessoas mais velhas, ensinando normas de cidadania. A família tem papel fundamental para mostrar às crianças que o idoso deve ser respeitado e amado, e não explorado ou deixado de lado, esquecido.

O idoso de hoje já foi jovem. É preciso pensar sobre isso. Deve-se fazer aos idosos o que gostaríamos que nos fizessem, como seres humanos e cidadãos.

Todo idoso tem uma história de vida e possibilidades para atuar como transformador social, pela sabedoria e experiência adquiridas, pela coragem de ter superado as adversidades e ainda superá-las, de cobrar do Estado, da sociedade, da família, que eles cumpram suas obrigações e deveres.

A estética através das artes pode tornar-se um meio para a educação do sensível, levando-nos a descobrir novas maneiras de perceber o mundo (CAMARGO, 2012).

A educação estética tem como objetivo construir relações gratificantes baseadas no sentir, no acolhimento do múltiplo, do diferente.

A aprendizagem acontece quando algo faz sentido e tem relações com as experiências, interesses, emoções e valores. Duarte Jr. (2001, p. 25) conceitua: “Aprender é um processo que mobiliza tanto os significados, os símbolos, quanto os sentidos, as experiências a que eles se referem”.

A aprendizagem é um processo ativo que leva a pessoa a adquirir novos conhecimentos, novos hábitos, possibilitando também novas percepções acerca dos conhecimentos e hábitos anteriormente adquiridos.

De acordo com Leontiev (apud CAMARGO, 2012, p.4 ), “a atividade desempenha função de situar o homem na realidade objetiva e de transformar esta em uma forma de subjetividade”.

Toda atividade humana encontra-se inserida no sistema de relações sociais. Ela se realiza por meio de instrumentos que são sociais e se desenvolve mediante a cooperação e a

comunicação entre os homens. É por meio das atividades que o homem se apropria da prática histórico-social das experiências da humanidade. A aprendizagem é uma atividade, e está, pois, associada aos sentimentos e às emoções (LEONTIEV, apud CAMARGO, 2012, p. 5).

Vygotsky estabeleceu dois tipos básicos de atividades: a atividade reprodutora e a criadora. A primeira, vinculada à memória, caracteriza-se pela reprodução de normas de conduta já criadas e elaboradas. A segunda compreende as realizações humanas criadoras, sejam novas imagens ou novas ações. O homem é capaz de criar, com elementos das experiências passadas, novas ações, imagens, normas, e de elaborar planejamentos. “É precisamente a atividade criadora do homem o que faz dele um ser projetado para o futuro, um ser que contribui a criar e que modifica seu presente” (2000, p. 57).

O processo de aprendizagem não é apenas uma atividade reprodutora. Segundo Vygotsky (2000), as atividades que não se limitam a reproduzir fatos ou impressões vividas, mas possibilitam criar novas imagens, novas ações, pertencem a esta segunda função criativa.

A aprendizagem considerada como uma atividade criadora não pode propor uma prática que reprima, exclua a imaginação, a vida afetiva dos alunos, mas uma prática que transforme a imaginação e a afetividade em mobilizadoras da atividade.

Nesta pesquisa procurei utilizar a música na busca por qualidade de vida, com uma abordagem integrada com a educação ambiental, pois somos parte de um todo que necessita de equilíbrio, harmonia e cooperação.

Passo a destacar abaixo algumas considerações sobre educação ambiental e ecologia que embasaram este estudo.

### **2.3.2 Educação ambiental: ecologia e algumas concepções**

A educação ambiental, com seu caráter interdisciplinar, forma como uma grande ciranda de saberes e sensibilidades que podem contribuir para a formação de sujeitos mais críticos e mais fraternos, construtores de novas maneiras de ser e de fazer, baseados nos conhecimentos científicos, estéticos, que propiciam a construção de novas subjetividades, baseadas na justiça e solidariedade, visando a uma educação integral relacionada à totalidade do sentir, do pensar e do fazer humanos.

De acordo com Reigota (1994, p. 10), a educação ambiental “deve ser entendida como educação política, no sentido de que ela reivindica e prepara os cidadãos para exigir justiça social, cidadania nacional e planetária, autogestão e ética nas relações sociais e com a natureza”.



O homem atual dificilmente se vê como parte integrante da natureza, mas sim como um observador ou explorador, com práticas sustentadas no sistema antropocêntrico e etnocêntrico.

Quando ouvimos uma música colocamos nossa imaginação para trabalhar. Costumamos desprezar o que não nos faz sentido tal como o ranger das cadeiras nas salas de concertos, as tosses ocasionais ou mesmo o barulho do trânsito na rua. Ouvir música não se constitui num ato passivo, mas num ato cotidiano que é aceito sem reservas.

Como possuímos tradições culturais diferentes, nosso imaginário sonoro, ao invés de interferir como escuta corretora e complementadora, pode atuar como escuta deformadora, pois o que é ruído numa cultura pode ser extremamente musical para outra.

A educação ambiental é uma área do conhecimento com caráter interdisciplinar, que se baseia em diversos campos científicos. Essa postura se integra com as possibilidades de aceitar as diferentes percepções e definições de música em nosso planeta com uma visão crítica. Segundo Sauv  (apud FIGURELLI, 2009), existem quinze correntes de EA, sendo algumas voltadas para a tradi o mais antiga e outras relacionadas às preocupa es abordadas recentemente. De acordo com a autora,

Uma das estratégias de apreensão das diversas possibilidades teóricas e práticas no campo da educa o ambiental consiste em elaborar um mapa deste “território pedagógico”. Trata-se de reagrupar proposi es semelhantes em categorias, de caracterizar cada uma destas últimas e de distingui-las entre si, ao mesmo tempo relacionando-as: divergências, pontos comuns, oposi o e complementaridade (SAUVÉ, apud FIGURELLI, 2009, p. 15).

Apesar de não existir um consenso quanto   classifica o de tais correntes, há uma separa o por grande maioria dos estudiosos na  rea.

Segundo SAUVÉ (2005, p.17), as correntes são as seguintes: naturalista, conservacionista/recursista, resolutiva, sist mica, científica, humanista e moral/ tica, estas relacionadas às tradi es mais antigas. E entre as correntes relacionadas às preocupa es surgidas recentemente estão a EA holística, biorregionalista, prática, crítica, feminista, etnográfica, da ecoeduca o e da sustentabilidade.

Nesta pesquisa elegi a corrente crítica e emancipadora, na qual natureza, sociedade e suas rela es formam uma visão socioambiental, sendo também relacionada com o ecologismo,

que vem se constituindo como um projeto político de transformação social, calcado em princípios ecológicos e no ideal de uma sociedade não opressiva e comunitária [...] numa ampla mudança na economia, na cultura e na própria maneira de os homens se relacionarem entre si e com a natureza (LAGO; PÁDUA, 1984, p. 37).

A educação ambiental emancipatória, segundo Loureiro (2006), entende a educação como fator de transformação social baseada no diálogo, no desempenho da cidadania, no fortalecimento dos sujeitos, na criação coletiva, no estabelecimento das regras sociais, na superação das formas de dominação capitalista, na compreensão do mundo e da vida em sua complexa estrutura física e espiritual.

Para Lima (2001), a visão conservadora em educação ambiental inclui: compreensão naturalista e conservacionista da crise ambiental; visão comportamentalista e individualista de educação; abordagem despolitizada da questão ambiental; banalização dos conceitos de cidadania e participação, e compreensão do ser humano inserido no ambiente como ser abstrato e fora do contexto sócio-histórico, político e econômico.

Loureiro (2006, p. 14) destaca que a reflexão a respeito das questões ambientais deve estar articulada com a “contextualização social, cultural, histórica, política, ideológica e econômica, caso contrário poderia causar uma visão de mundo dualista, dissociando as dimensões sociais e naturais”.

O educador deve ter clareza de sua posição e responsabilidade social no processo da educação, pois sem a devida problematização da realidade poderá se acomodar na posição conservadora de produtor e transmissor de conhecimentos e de valores vistos como ecologicamente corretos, sem o entendimento de que estas são medidas sociais e culturais.

O educador ambiental deve ter consciência para distinguir entre o que é uma educação ambientalista conservadora e tradicional, e a emancipadora e transformadora.

A seguir destaco mais uma vez as palavras de Loureiro (apud FIGURELLI, 2009, p. 49-50), que fazem um resumo das características principais da Educação Ambiental convencional e a EA transformadora. Segundo o autor, as características da EA convencional não questionam a sociedade em sua forma organizacional; aceitam, pois, a ordem social como ela é, procurando adequar-se aos seus ideais:

- educação entendida enfaticamente em sua dimensão individual, baseada em vivências práticas de sensibilização, com a secundarização ou baixa compreensão de que a relação do eu com o mundo se dá por múltiplas mediações sociais;
- educação como ato comportamental pouco articulado à ação coletiva e à problematização e transformação da realidade da vida, despolitizando a

práxis educativa. Como consequência, parte-se da crença ingênua e idealista de que as mudanças das condições objetivas se dão pelo desdobramento das mudanças individuais, faltando complexidade no entendimento das relações constituintes do ser;

- biologização do que é social, pela diluição da nossa especificidade, simultaneamente biológica e social na totalidade natural, ignorando-se, assim, que tais relações se dão, atualmente, com predomínio do capitalismo e seu padrão não só poluente mas explorador, economicamente, da maioria das espécies. O *Homo sapiens* fica reduzido a um organismo biológico, associal e a-histórico. O resultado prático é a responsabilização pela degradação posta em um ser humano genérico, idealizado, fora da história, descontextualizado socialmente. Por exemplo, isso fica evidente quando ouvimos os recorrentes discursos de que a humanidade é responsável pela degradação planetária, sem que se situem os grupos sociais, o modo como estamos organizados e produzimos, numa fala que, pela ausência de concretude, fica sem efeito prático na mudança das relações sociais que conformam o atual modo de ser da natureza.

A EA transformadora, como sugere o nome, busca modificar a realidade através de um processo “permanente, cotidiano e coletivo” (LOUREIRO, 2004, p. 81). A EA pode ser apresentada nas três ideias expostas a seguir:

- a educação transformadora busca redefinir o modo como nos relacionamos conosco, com as demais espécies e com o planeta. Por isso é vista como um processo de politização e publicização da problemática ambiental, por meio do qual o indivíduo, em grupos sociais, se transforma e à realidade. Aqui não cabe nenhuma forma de dissociação entre teoria e prática; subjetividade e objetividade; simbólico e material; ciência e cultura popular; natural e cultural; sociedade e ambiental.
- em termos de procedimentos metodológicos, a Educação Ambiental transformadora tem na participação e no exercício da cidadania princípios para a definição democrática de quais são as relações adequadas ou vistas como sustentáveis à vida planetária em cada contexto histórico.
- educar para transformar significa romper com as práticas sociais contrárias ao bem-estar público, à equidade e à solidariedade, estando articulada às mudanças éticas que se fazem pertinentes.

A questão fundamental é que não parece ser possível transformar a relação homem-natureza, sem transformar simultaneamente as relações sociais, pois as relações entre o social e o natural estão vinculadas numa mesma estrutura societária.

O ser humano, em sua dimensão social, precisa “ultrapassar a desigualdade de classes, a fragmentação científica, as relações de dominação, a hierarquia entre saberes e a exclusão social, em que a crítica e a capacidade de reflexão e superação atinjam o setor concreto e a sociedade na qual este ser se manifesta e se realiza” (LOUREIRO, 2006, p.17).

De acordo com o referido autor, não é possível promover transformações na sociedade apenas com mudanças éticas ou comportamentais, “colocando a responsabilidade no

indivíduo e eximindo a estrutura social e o modo de produção do sistema social em que convive” (LOUREIRO, 2006, p. 17).

Se a Educação Ambiental não se integrar à leitura complexa do mundo, estará reservada a servir ao capitalismo como um instrumento ideológico de reprodução do seu modo de produção, aumentando as desigualdades sociais e diluindo a cultura por uma ética ecológica que dificilmente poderá fazer efetivas mudanças ambientais (LOUREIRO, 2006).

Destacam-se, a seguir, princípios relevantes da educação ambiental que são válidos como “ideias-força”, segundo Loureiro (2006, p. 72), na integração do homem social no mundo atual:

- observar o ambiente em sua totalidade natural e o criado pelo homem.
- contextualizar com abordagens interdisciplinares;
- propor ações educativas contextualizadas;
- perceber o homem e natureza como partes do todo;
- examinar as questões ambientais sob o enfoque local, regional, nacional e internacional para que o homem se situe como cidadão e cidadã, problematizando e contextualizando sua posição no mundo, bem como o mundo em suas várias situações.
- sugerir ações de cooperação;
- incentivar o senso crítico e desenvolver habilidades para resolver os problemas;
- apresentar vários espaços pedagógicos e variados métodos que resultem em transformações nas esferas individual e social;
- apresentar-se como processo contínuo e permanente que começa com a educação infantil, passando pela educação formal, informal e nãoformal.

Importante contribuir para “criar uma sociedade onde os ‘excluídos’ tenham espaço, que possam ser escutados, gozando do direito a uma educação radicalmente democrata” (GENTILI, 1995, p. 177).

Educar com qualidade significa, por exemplo, “ensinar e aprender que a miséria e a pobreza são construções humanas de caráter histórico-cultural, não devendo, portanto, ser naturalizadas por nenhuma sociedade” (PADILHA, 2007, p. 24). Aprender a importância de ser bom e saber conviver, valorizando e respeitando as diversidades culturais. Segundo o mesmo autor, qualidade implica acompanhamento cuidadoso das políticas públicas e das iniciativas da sociedade civil, das instituições governamentais e não-governamentais por todas as pessoas e instituições em nível local, nacional, mundial e planetário.

Devemos formar uma sociedade justa, envolvida em práticas educacionais, com exercícios permanentes de convivência, onde o respeito, a democracia, a solidariedade, o amor, a gentileza e a colaboração envolvam a todos, pelo bem de todos.

Para Freire (1987), a experiência no mundo não é igual para todos, pois o real não se impõe como algo já dado, mas resulta das relações que cada grupo ou indivíduo estabelecem em seus contextos sociais e culturais. A aprendizagem é sempre um ato criador, mediante o qual se produzem novos sentidos culturais e a autocompreensão do sujeito. A aprendizagem muda o sujeito e seu campo de ação, ao possibilitar-lhe novas leituras do mundo e de si mesmo.

Nesta pesquisa, procurei associar arte e educação, utilizando música como uma maneira de promover a educação para todos. Padilha (2007) salienta a necessidade de “educar em todos os cantos” por um mundo mais saudável, preservando a natureza e valorizando todas as formas de vida no nosso planeta. Dessa maneira, estaremos agindo politicamente, refletindo sobre as questões do poder, da democracia, sobre as relações entre Estado e sociedade civil, e, ao mesmo tempo, fazendo-o com base na sensibilidade, emoção e afetividade.

Nosso objetivo neste trabalho é compreender os benefícios que o aprendizado das canções pelo grupo vocal dos idosos pode proporcionar. Procurei reunir experiências, restaurar trajetórias e vivências, atualizar o sentido de nossos fazeres atuais, com base em nossas vivências passadas e nossas atividades do presente, bem como em possibilidades no futuro.

A música está presente na história de vida das pessoas, na forma de canções de ninar, brincadeiras de roda, na expressão de religiosidade do povo, como, por exemplo, nos hinários; também nos antigos cantos de trabalho que marcavam o ritmo das atividades dos trabalhadores. Está também nas atividades com finalidades de diversão, de dança.

O mundo é sonoro, conforme Padilha (2007, p. 52), “para sustentar nosso espírito, dar ânimo às nossas ações, tornando nosso lazer mais prazeroso, igualmente fundamental para renovar a vida no planeta e para instigar a criatividade humana”.

É importante para a nossa educação que desfrutemos mais dos sons, dos silêncios e da riqueza musical que toda a natureza nos oferece. Estar atentos aos sons do vento, das ondas do mar, do canto dos pássaros, de todas as espécies animais, enfim, da abundante musicalidade que temos em todo o planeta. A música, assim com outras linguagens artísticas, deve incentivar os seres humanos a cultivar e vivenciar valores para além do consumo, da competição desenfreada e violenta e do utilitarismo presente na própria arte, que hoje invade os meios de comunicação de massa (PADILHA, 2007).

Freire (1987, p. 87) afirma:

nosso papel não é falar ao povo sobre a nossa visão do mundo, ou tentar impô-la a ele, mas dialogar com ele sobre a sua e a nossa. Temos de estar convencidos de que a sua visão do mundo, que se manifesta nas várias formas de sua ação, reflete a sua situação no mundo, em que se constitui. A ação educativa e política não podem prescindir do conhecimento crítico dessa situação, sob pena de se fazer “bancária” ou de pregar no deserto.

Freire assegura também que a pessoa, ao realizar o diálogo como prática da liberdade, constrói o seu próprio mundo e transforma a si própria e a sua história. Por isso é um ser histórico.

Os homens, ao terem consciência de sua atividade e do mundo em que estão, ao atuarem em função de finalidades que propõem e se propõem, ao terem o ponto de decisão da sua busca em si e em suas relações com o mundo e, com os outros, ao impregnarem o mundo de sua presença criadora através de transformação que realizam nele, na medida em que dele podem separar-se e, separando-se, podem com ele ficar, os homens, ao contrário do animal, não somente vivem, mas existem, e sua existência é histórica (FREIRE, 1987, p. 62).

Podemos dizer que historicamente nós somos seres essencialmente rítmicos, já que em nossa vida intrauterina temos contato com o ritmo do coração, dos impulsos respiratórios, dos movimentos peristálticos e, mais importante, com os sons das nossas famílias.

Um estudo realizado na Universidade de Wisconsin – Madison, nos Estados Unidos, mostrou que a voz do pai e principalmente da mãe (mesmo por telefone) diminuem a liberação dos níveis do hormônio do estresse (cortisol) e aumentam rapidamente a secreção da oxitocina, conhecida como hormônio do amor ou do afeto (SOUZA, 2011, p. 22).

A pessoa que ouve música de que gosta libera endorfinas em seu corpo. O importante é respeitar o gosto musical de cada um, procurando variar as músicas selecionadas, pois “tudo que vira rotina o cérebro ignora” (VICENTIN, 2011, p. 23).

Como vimos anteriormente, a música faz parte do repertório da vida. Pensar que ela pode modificar a mente e a alma já era uma ideia aprovada por filósofos e estudiosos como Confúcio, Pitágoras e Platão. Pesquisas recentes mostram que os diferentes ritmos e melodias podem alterar o nosso humor, alegrando-nos ou entristecendo-nos. A música tem propriedades terapêuticas, pois melhora a saúde do organismo.

A música representa uma expressão da humanidade e, assim como a educação, pode servir para a relação dialógica e transformadora, “superando toda e qualquer injustiça, preconceito ou submissão” ou, ao contrário, “utilizada para manter uma ordem dominante, preestabelecida, excludente, que não deve ser contestada” (PADILHA, 2007, p. 52).

Para embasar esta pesquisa, senti necessidade de fazer também mais algumas considerações sobre ecologia.

Ecologia vem da palavra grega *oikos* (casa) e foi utilizada pelo biólogo alemão Ernest Haeckel em 1866, para estudar a relação entre as espécies animais e o seu ambiente orgânico e inorgânico.

O *oikos* grego (CASTRO, 1992) não se referia apenas às quatro paredes da construção, mas designava a própria família e tudo o que estava à volta dela. Pertenciam a *oikos*: o pai, a mãe, os filhos, os criados, os animais, as plantações, os campos, as fontes e as florestas.

Para o referido autor, o termo *oikos* vem do verbo *oikizein*, que significa instalar, construir, fundar. E o segundo termo – logia – formou-se do verbo *leguein*, que significa dizer, anunciar, ler, ordenar. Nota-se na análise do termo ecologia um significado central na habitação.

O homem constrói a sua habitação num determinado lugar, que ocupa um determinado espaço no universo. O homem constrói, mas também destrói.

Castro (1992, p. 31) define ecologia como “o estudo da habitação”. A partir daí ele percebe que não há referência à natureza, como a maioria das pessoas costuma pensar, mas à habitação, implicando o sentido do homem e do universo em seu ser. Partindo desse raciocínio, podemos então “ver com outros olhos” a relação do ser humano com o meio onde vive. Habitamos muitos lugares, desde o nosso corpo, a nossa casa, cidade, país, continente, planeta, universo... Assim, a questão ecológica reside também nas relações dos indivíduos a partir da habitação nesses ambientes e nas dinâmicas interações entre os mais variados espaços mentais, sociais e geográficos. O homem constrói seu universo, habita os espaços e projeta ações, configurando um cenário social e cultural específico em cada região.

Bronfenbrenner (1996) expande a visão sobre ecologia e meio ambiente, comumente pensada apenas na área das ciências naturais, passando a estudar a ecologia como redes de integração entre o ser em desenvolvimento e suas relações com as outras pessoas em nível de microssistema, mesossistema, exossistema e macrossistema.

Para Lago e Pádua, a palavra ecologia, atualmente, não designa apenas uma disciplina científica, mas uma ampla e variada movimentação social com contornos de movimento de massas e implicações políticas. Para os autores, devido à amplitude do campo da ecologia e a diversidade do movimento ecológico, a opinião pública pode ter uma percepção confusa sobre o que seja realmente essa corrente de pensamento, sobretudo “pela multiplicidade de enfoques e apropriações de ideias que vêm sendo debatidas e divulgadas, muitas vezes de maneira fragmentada, pela mídia” (LAGO; PÁDUA, 1984, p. 16).

O homem não estabelece a sua identidade e diferenças só no que o cerca. Podemos dizer que o grande desafio da identidade e diferença se dá nele mesmo, pois passando por diversas fases – criança, jovem, adulto, velho – permanece, no entanto, sempre o mesmo.

As possibilidades para a construção de um mundo mais justo, igualitário e sustentável devem conjugar iniciativa, criatividade e a solidariedade entre os seres humanos (GUATTARI, 2009).

Pode-se considerar que existem no atual pensamento ecológico quatro grandes áreas, denominadas: ecologia natural, ecologia social, conservacionismo e ecologismo. A natural e a social têm características mais teórico-científicas, enquanto as duas últimas estão mais voltadas para a atuação social.

A ecologia natural “foi a primeira a surgir. É a área do pensamento ecológico que se dedica a estudar o funcionamento dos sistemas naturais (florestas, oceanos, etc.) procurando entender as leis que regem a dinâmica de vida da natureza” (LAGO; PÁDUA, 1984, p. 14). Esse estudo está relacionado amplamente com a biologia, mas igualmente utiliza conhecimentos de outras ciências, como a química, física, geologia, entre outras.

A ecologia social “nasceu a partir do momento em que a reflexão ecológica deixou de se ocupar apenas do estudo do mundo natural, para abarcar também os múltiplos aspectos da relação entre os homens e o meio-ambiente, especialmente a forma pela qual a ação humana costuma incidir destrutivamente sobre a natureza” (LAGO; PÁDUA, id., *ibid.*). Essa área está mais ligada às ciências sociais e humanas.

O conservacionismo surgiu justamente da percepção da destruição ambiental causada pela ação humana. É de natureza mais prática e engloba o conjunto das ideias e estratégias de ação voltadas para a luta em favor da natureza e da preservação dos recursos naturais.

Temos no ecologismo o fenômeno mais recente,

que vem se constituindo como um projeto político de transformação social, baseado em princípios ecológicos e no ideal de uma sociedade não-opressiva e comunitária [...] que não poderá ser concretizada apenas com medidas parciais de conservação ambiental, mas sim através de uma ampla mudança na economia, na cultura e na própria maneira de os homens se relacionarem entre si e com a natureza (LAGO; PÁDUA, 1984, p.15).

Segundo os referidos autores, esses pensamentos ecológicos não são isolados entre si, mas formam várias faces de uma mesma realidade, complementando-se.



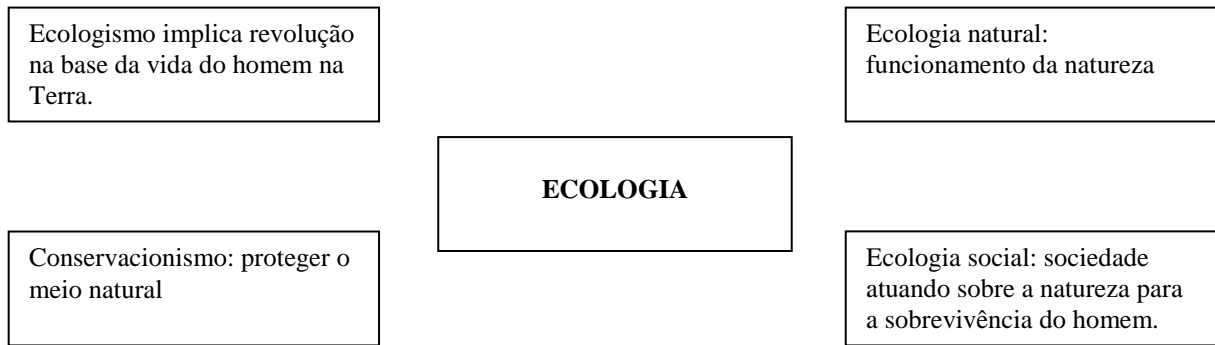


FIGURA 1: A ecologia e suas várias concepções.

Segundo Carvalho, o conceito ecologia transbordou os limites da ciência biológica e ecológica, indo do campo científico das ciências naturais para o campo social. Na sociedade passou-se a atribuir esse termo também a atividades não-científicas, caracterizadas por ações e movimentos sociais, relacionados à utopia de um mundo melhor, ambientalmente preservado e socialmente justo, conhecidos como lutas ecológicas. Essas ações passaram a constituir um movimento social chamado ecológico, caracterizando-se pela “compreensão holística do mundo e defendendo a construção de relações ambientalmente justas com a natureza e entre os seres humanos” (CARVALHO, 2006, p. 40). Assim, segundo essa autora, há o deslocamento da ideia

de ecologia, que passa a denominar não apenas um campo de saber científico, mas também um movimento da sociedade, portador de uma expectativa de futuro para a vida neste planeta. A ecologia “migrou” do vocabulário científico para designar também projetos políticos e valores sociais, como a utopia da boa sociedade, a convivência harmônica com a natureza, a crítica aos valores de consumo e ao industrialismo (op. cit., p. 45).

Pode-se afirmar que a educação ambiental é parte do movimento ecológico. Ela nasceu da preocupação da sociedade com o futuro da vida e com a qualidade da existência das presentes e futuras gerações. Nesse sentido, de acordo com Carvalho (id., ibid.), podemos dizer que a EA “é herdeira direta do debate ecológico e está entre as alternativas que visam a construir novas maneiras de os grupos sociais se relacionarem com o meio ambiente”. Assim, a EA é criada com finalidade de conscientização para a finitude e a má distribuição no acesso aos recursos naturais, envolvendo os cidadãos em ações sociais ambientalmente apropriadas. Num segundo momento é que a EA vai se transformando em uma proposta educativa que dialoga com o campo educacional, com suas tradições, teorias e saberes.

Na sociedade atual temos o resultado das experiências que marcaram nossos predecessores, e deixaremos nosso legado com o que conseguirmos construir em nossa experiência no mundo. Pode-se notar, ao longo da história, a relação homem-natureza de várias maneiras. Destaca-se a modalidade em que o homem (sociedade) se relaciona com o mundo natural como se este fosse matéria-prima a ser explorada. E outros há que, além da dominação da natureza, querem fazer dela

estoque de recursos, de energia ou de informações (genéticas, por exemplo) a serviço do desenvolvimento econômico [...] o ambiente tende a ser arena de competição e administração de recursos onde o ser humano reina como sujeito de uma razão instrumental, acreditando-se senhor de si mesmo e dos destinos do planeta (CARVALHO, 2006, p.105).

Pode-se perceber, entretanto, que atualmente, segundo Carvalho, em seu livro *Educação ambiental: a formação do sujeito ecológico* há um cuidado para com a natureza, um “tipo de sensibilidade ecológica fundada na crença de uma relação simétrica e de alteridade entre os interesses das sociedades e os processos naturais”. Deve ser observado o respeito “aos processos vitais e aos limites da capacidade de regeneração da natureza para orientar decisões sociais e estilos de vidas coletivas e individuais” (op. cit.).

Carvalho (2006) questiona ainda sobre o que existe de comum para se pensar em um perfil de sujeito ecológico. Uma das possíveis respostas, segundo a autora, “está na postura ética de crítica à ordem social vigente que se caracteriza pela produtividade material baseada na exploração ilimitada dos bens ambientais, bem como na manutenção da desigualdade e da exclusão social e ambiental” (op. cit., p. 68).

A visão ecológica critica o mundo onde o que mais vale é o ter e não o ser. O indivíduo é valorizado pelos bens que acumula. O mundo está muito acelerado, não há muito tempo para uma conversa sossegada com a família, com os amigos. A velocidade e a competitividade podem dessensibilizar as pessoas e as fazer infelizes. Muitos se sentem abandonados e desvalorizados quando não conseguem entrar no padrão de eficácia estabelecido.

Talvez isso se dê justamente porque nos tempos atuais não há o clima revolucionário de “acreditar poder mudar o mundo” das décadas de 60/70, as quais deram origem ao ecologismo. O clima social do fim do século XX e início do século XXI é outro. As utopias políticas não estão em alta no Ocidente, os grupos e as pessoas talvez não acreditem tanto em sua capacidade de mudar as coisas; temos mais medo do futuro. Possivelmente, há menos ousadia e mais resignação como sentimento geral na sociedade

neste momento de desenlace do “breve século XX” [...] Afinal, em um tempo de desesperança com os sistemas políticos e institucionais, a questão ambiental é, talvez, uma das esferas da vida social que hoje mais reúne esperanças e apostas na possibilidade de mudanças tanto em termos coletivo-sociais e até planetários, quanto em termos de estilo de vida e de transformações na vida pessoal (CARVALHO, 2006, p. 68).

Uma das principais aspirações da EA é fazer com que o ideal de sujeito ecológico seja alimentado e que a EA possa operar como mediadora de transformações em nível concreto de identificação e subjetivação de indivíduos e coletividades. Propiciar aprendizagens para além de informações, mas que possam gerar processos de formação de sujeitos ligados a uma vida baseada na ética e na estética, instituindo uma nova forma de ser, de compreender, de sentir e vivenciar uma postura crítica ante si mesmo e os outros, podendo enfrentar os desafios de seu tempo.

Somos ao mesmo tempo natureza e cultura, seres por onde a natureza se transforma continuamente em cultura. Brandão (2002, p. 67) afirma em seu livro *Educação como cultura*:

Tal como os outros seres vivos com quem compartilhamos a mesma casa, o Planeta Terra, fomos criados com as mesmas partículas ínfimas e com as mesmas combinações de matérias e energias que movem a Vida e os astros do Universo. Algo do que há nas estrelas pulsa também em nós. Algo que, como o vento, sustenta o voo dos pássaros, em outra dimensão de existência impele o voo de nossas ideias, isto é, dos nossos afetos tornados os nossos pensamentos. Não somos intrusos no Mundo ou uma fração da Natureza rebelde a ela. Somos a própria, múltipla e infinita experiência do mundo natural realizada como uma forma especial da vida: a vida humana.

De acordo com Freire (1987), o educador é um mediador, tradutor do mundo. Devemos nos lembrar que não existe uma só leitura de mundo, seja esta social ou natural. Sempre é possível reinventar, redescobrir, repensar o que vemos e o que nos afeta sob a luz de novas considerações, do diálogo com o outro, de novas percepções e sentimentos e das experiências vivenciadas durante a existência.

A EA serve como prática educativa reflexiva para a construção de uma ética que abarque necessidades e possibilidades na construção de uma cidadania ambientalmente sustentável.

Destacamos as palavras de Boff (1994, p. 34):

A natureza e o Universo não constituem simplesmente o conjunto de objetos existentes, como pensava a ciência moderna. Constituem, sim, uma teia de relações, em constante interação. Os seres que interagem deixam de ser apenas objetos. Eles se fazem sujeitos, sempre relacionados e interconectados, formando um complexo sistema de inter-retro-relações.

Considerando que a EA deve gerar mudanças na qualidade de vida e maior consciência de conduta pessoal, assim como harmonia entre os seres humanos e destes com outras formas de vida, destacamos os seguintes princípios do Tratado de Educação Ambiental para Sociedades Sustentáveis e Responsabilidade Global (apud LOUREIRO, 2006, p. 17):

1. A educação é um direito de todos, somos todos aprendizes e educadores.
2. A Educação Ambiental deve ter como base o pensamento crítico e inovador, em qualquer tempo ou lugar, em seus modos formal, não formal e informal, promovendo a transformação e a construção da sociedade.
3. A Educação ambiental é individual e coletiva. Tem o propósito de formar cidadãos com consciência local e planetária, que respeitam a autodeterminação dos povos e a soberania das nações.
4. A Educação Ambiental não é neutra, mas ideológica. É um ato político, baseado em valores para a transformação social.
5. A Educação Ambiental deve envolver uma perspectiva holística, enfocando a relação entre o ser humano, a natureza e o universo de forma interdisciplinar.
6. A Educação Ambiental deve estimular a solidariedade, a igualdade e o respeito aos direitos humanos, valendo-se de estratégias democráticas e interação entre as culturas.
7. A Educação Ambiental deve tratar as questões globais críticas, suas causas e inter-relações em uma perspectiva sistêmica, em seus contextos social e histórico. Aspectos primordiais relacionados ao desenvolvimento e ao meio ambiente, tais como população, saúde, democracia, fome, degradação da flora e fauna, devem ser abordados desta maneira.
8. A Educação Ambiental deve facilitar a cooperação mútua e equitativa nos processos de decisão, em todos os níveis e etapas.
9. A Educação Ambiental deve recuperar, reconhecer, respeitar, refletir e utilizar a história indígena e culturas locais, assim como promover a diversidade cultural, linguística e ecológica. Isto implica uma revisão de história dos povos nativos para modificar os enfoques etnocêntricos, além de estimular a educação bilíngue.
10. A Educação Ambiental deve estimular e potencializar o poder das diversas populações, promover oportunidades para as mudanças democráticas de base que estimulem os setores populares da sociedade. Isto implica que as comunidades devem retomar a condução de seus próprios destinos.
11. A Educação Ambiental valoriza as diferentes formas de conhecimento. Este é diversificado, acumulado e produzido socialmente, não devendo ser patenteado ou monopolizado.
12. A Educação Ambiental deve ser planejada para capacitar as pessoas a trabalharem conflitos de maneira justa e humana.
13. A Educação Ambiental deve promover a cooperação e o diálogo entre indivíduos e instituições, com finalidade de criar novos modos de vida,

baseados em atender às necessidades básicas de todos, sem distinção étnicas, físicas, de gênero, idade, religião, classe ou mentais.

- 14.A Educação Ambiental requer democratização dos meios de comunicação de massa e seu comprometimento com os interesses de todos os setores da sociedade. A comunicação é um direito inalienável, e os meios de comunicação de massa devem ser transformados em um canal privilegiado de educação, não somente disseminando informações em bases igualitárias, mas também promovendo intercâmbio de experiências, métodos e valores.
- 15.A Educação Ambiental deve integrar conhecimentos, aptidões, valores, atitudes e ações. Deve converter cada oportunidade em experiências educativas de sociedades sustentáveis.
- 16.A Educação Ambiental deve ajudar a desenvolver uma consciência ética sobre as formas de vida com as quais compartilhamos este planeta, respeitar seus ciclos vitais e impor limites à exploração dessas formas de vida pelos seres humanos.

Pode-se definir a ecologia, neste trabalho, como o estudo de nosso espaço interior, de como o percebemos e o administramos, até podermos nos lançar rumo à concretização de sonhos, bem como conviver e valorizar nossas vivências e conquistas, nossas superações tanto na vida normativa quanto na não-normativa<sup>9</sup>. Num segundo momento, tão necessário quanto o primeiro, mas nomeado assim por questões didáticas, é o estudo da relação da pessoa com o outro, importante por serem as relações sociais um prolongamento de nossas vivências no planeta Terra. Refere-se à ecologia social (GUATTARI, 2009) ou ecologia das relações sociais. Não podemos viver sem o outro. Nós nos constituímos a partir do outro, por isso somos seres sociais. E nessa relação com a natureza completamos um ciclo uno, onde uns influenciam os outros e sentimos a lei da natureza de ação e reação, ou seja, “colhemos o que plantamos”. Hoje em dia percebemos que o ser humano muitas vezes se maltrata, não cuidando do lugar onde habita, ou seja, seu próprio corpo, que é envenenado por agrotóxicos, por drogas, por pensamentos desequilibrados, pressões de um capitalismo que esquece que ser é mais importante que ter, que quer massificar corações, valores. Vemos um mundo incendiado de violência, descaso, banalização, falta de força de vontade, falta de perseverança. Também falta de alegria genuína pela bênção de podermos ver o dia amanhecer, pelas belezas do mundo vegetal e animal, das formas geológicas, junto com os vários elementos – a água, o ar que respiramos para nos manter vivos. E ainda, falta de reconhecimento do valor de saborear a infinidade de alimentos que o mundo nos oferece, da convivência em família, do trabalho que conquistamos e que nos ajuda a sermos cidadãos dignos e construtores de nossa história. Consequentemente, vemos relações humanas

---

<sup>9</sup> Normativo – refere-se à sequência culturalmente aceita na vida do ser humano, no Ocidente; não-normativo – refere-se a acontecimentos inesperados na vida do ser humano.

deteriorando-se: famílias em que deveria existir união, paz, para o desenvolvimento e crescimento físico, mental e espiritual, estão impregnadas de desarmonia. Há pais matando filhos e filhos matando pais, maridos maltratando suas esposas e tantos outros exemplos tristes de um mundo que não está vivendo com dignidade, por não seguir os paradigmas da ética e da estética. Nestes, o belo e o bom seriam mais fortes que o desencontro, a desesperança, o desequilíbrio, as falsas ilusões que existem nas relações humanas doentias, baseadas em desrespeito, cinismo, doenças, drogas, valores distorcidos, desamor, alienação, falta de educação, de sensibilidade, de criatividade, de esperança, enfim.

A seguir teço considerações sobre a importância da educação estética para sensibilizar o ser humano e mais especificadamente os idosos do grupo vocal em estudo.

### **2.3.3 A educação estética: um instrumento para a educação do sensível**

As qualidades estéticas são percebidas quando desconectadas de uma significação utilitária, como expressão da essência do próprio homem. A partir dessa sensibilidade estética o homem pode dar significação humana ao que ele não transforma ou não cria diretamente. Por exemplo, a natureza, mãe de tantas riquezas que o homem usufrui. Podemos dizer que transformando a natureza exterior, o homem constrói um mundo humano à sua maneira e, nesse processo, transforma a si mesmo. O meio fundamental dessas transformações é o trabalho, na medida em que o homem acrescenta, ao seu ser biológico-físico, o seu ser social.

A educação estética ensina os homens a perceber e a sentir profundamente a beleza da realidade. Para Estévez (2009), a educação estética se manifesta quando os conhecimentos adquiridos se transformam em condutas e convicções, e seu aprendizado segue por toda a vida. Na educação estética o foco principal é a cultura dos sentimentos. Para a sua formação, contribuem tanto a natureza como as coisas criadas pelo homem: o próprio trabalho, a beleza das ações humanas solidárias concretas, as obras de arte, entre outras. Outro objetivo da educação estética consiste em desenvolver e afirmar o lado da sensibilidade do homem em suas atitudes perante os outros homens e a si mesmo frente à realidade.

A educação estética contribui para que o trabalho se converta em um elemento fundamental no desenvolvimento do espírito e da personalidade, despertando e estimulando as formas criadoras do homem. A arte é um dos meios mais poderosos para que se desenvolva a educação estética, com uma nova atitude criadora frente ao trabalho. Outro meio de educação estética no trabalho dá-se no vínculo com a educação moral, já que o sentido de dever e responsabilidade perante si, os demais e a sociedade são expressões de beleza espiritual.

Pelos princípios do capitalismo, a aplicação da estética do trabalho não nasce no seu próprio processo, mas no resultado da sua produção. Sua utilidade é a essência de sua problemática. A penetração do princípio artístico no trabalho contribuirá para educar no amor e no respeito ao labor.

O estético e o ético estão unidos por múltiplos vínculos no desenvolvimento do homem, a tal ponto que não podemos separá-los. Para Sujomlinski (apud ESTÉVEZ, 2009, p. 33), é importante na infância e na adolescência que o indivíduo faça, note, tenha consciência da beleza humana em si mesmo. Sentir admiração pelo belo, pelo humano em si próprio é a lógica da educação estética. O bom, o belo e o humano são expressões que determinam, em si, um profundo sentido ético-estético; a beleza enobrece os sentimentos do indivíduo, educa-o e forma seu mundo interno. Essa questão é complexa e compreende aspectos como os estímulos estéticos nas relações sociais e na conduta do homem; as normas morais como a expressão mais alta da beleza moral; a beleza do homem que trabalha; a cultura do trato e as boas maneiras; o domínio de si mesmo; o tato e a cortesia; o papel do exemplo pessoal na conformação dos princípios estéticos (KAGAN, 1984).

Na atualidade vemos relações que privilegiam a perspectiva quantitativa dos fenômenos. Essa racionalidade instrumental penetra o mundo, o espaço do homem, suas necessidades e desejos.

Duarte Jr. (2001, p. 5) faz-nos refletir sobre como estamos nos des-sensibilizando:

[...] nossas casas não expressam mais afeto e aconchego; temerosos e apressados, nossos passos cruzam os perigosos espaços de cidades poluídas; nossas conversas são estritamente profissionais, nossa alimentação feita às pressas e de modo automático, entopem-nos de alimentos insossos, contaminados e modificados industrialmente, nossas mãos já não manipulam a natureza, espigões de concreto ocultam os horizontes, os odores que sentimos vêm dos esgotos, de chaminés de fábrica e de depósitos de lixo. Em meio a tudo isso, trabalhamos de forma mecânica e desprazerosa até o stress.

Nossas relações com os outros se baseiam em objetos de consumo, em que *ter* é mais importante que *ser*. Estamos perdendo a capacidade de nos descobirmos como seres únicos e em movimento.

Ao utilizarmos uma perspectiva estética na educação, não quer dizer que teremos que formar artistas, mas construir uma educação que tenha a arte, ou mesmo as atividades expressivas de arte, como aliadas na relação ensinar-aprender. Estética é expressão de flexibilidade, sensibilidade, sutileza, diversidade de formas, de sons e de vivências.

Quando tomamos a linguagem dos outros, percebemos que é uma linguagem aberta e complexa, que condensa uma multiplicidade de significados, possibilitando diversidade de interpretações (GOLDMAN, 2012).

Por meio da experiência estética, o homem desenvolve a capacidade sensível, a percepção, construindo um olhar que o faz perceber a realidade de diversos ângulos, de diversos aspectos. A sensibilização (CAMARGO, 2012) promovida pela estética surge nesse processo de percepção dos objetos na transcendência da dimensão utilitária diante da realidade. Na relação estética, a pessoa contacta com o objeto mediante a totalidade de sua riqueza, não só em nível de sensibilidade, mas também de maneira cognitivo-afetiva. Os fenômenos naturais só se tornam estéticos quando adquirem uma significação social e humana.

Compreendemos a dimensão expressiva como uma propriedade das atividades artísticas que possibilita a autoexpressão, entendida como necessidade do indivíduo de comunicar a outros indivíduos seus pensamentos e emoções. Um dos princípios da psicologia sócio-histórica é o de que o homem se constrói em atividades expressivas utilizadas enquanto estratégias de desenvolvimento, estratégias de autoexpressão, de construção de si.

As atividades artístico-estéticas e expressivas são dimensões que contribuem para a expressão e organização da emoção e da imaginação.

A arte pode ser um meio de excelência para atender as necessidades de autoexpressão de sentimentos/emoções do ser humano e colaborar para seu desenvolvimento integral.

Como se dá a relação da arte com as emoções? Vigotsky (2001) denomina “percepção estética” o que uma pessoa experimenta diante de uma obra de arte. As pessoas constroem e criam por meio dos sentidos e significados que imprimem à obra.

A arte não propicia apenas a expressão dos sentimentos. Vigotsky (2001) destaca que a arte encaminha para um dos aspectos de nossa vida psicológica que não encontra saída em nosso cotidiano. Ela resolve tensões de nossa relação com o meio. A arte, diferentemente da emoção direta, não produz uma ação. Camargo (2012) cita, em seu artigo “A perspectiva estética e expressiva na Escola: articulando conceitos da psicologia sócio-histórica”, o seguinte exemplo: uma reação direta ao medo de um rato que faz o indivíduo correr. Através da arte, em uma cena no teatro, no cinema, o medo gerado causa retenção da ação, rompe com o equilíbrio interno, faz reviver uma emoção, esclarece reações emocionais, excita nossa sensibilidade, organiza emoções e promove a superação dessas emoções.

Rimé (1993, p. 278) afirma que há vários meios de partilhar as emoções: “as palavras, as frases pronunciadas, as páginas escritas, as notas da música ou a pintura são como várias tentativas de desdobramento da emoção”. Mesmo que essas produções nunca sejam lidas ou



vistas, percebe-se que o indivíduo tem necessidade de organizar sua experiência emocional no espaço e no tempo. Conforme esse autor, “quando sujeitos são convidados a evocar em imagens mentais lembranças ligadas a um determinado estado emocional, as manifestações subjetivas e psicológicas próprias a esse estado emocional tendem a se reinstalar neles” (id., *ibid.*). Assim, a reevocação não é uma simples recordação dos sentimentos, mas uma reorganização cognitiva que leva o indivíduo a sentir e ressignificar seus estados emocionais.

Através de atividades expressivas proporcionadas pela arte, o sujeito possibilita a ressignificação e reorganização de seu estado emocional. Ou seja, ele “re-sente” a emoção e lhe confere um novo significado. Ressentir aqui, no sentido de sentir novamente, e não como uma simples recordação de sentimentos. “Reevocar a emoção é, em certa medida pelo menos, revivê-lo” (id., p. 279). Ao executar atividades expressivas, as pessoas estarão revivendo e reevocando as suas próprias emoções.

Rimé (id., p. 280) afirma:

É evidente que os indivíduos não poderiam prosseguir a empresa de reevocação de suas experiências emocionais se não tivessem diante de si parceiros, um público disposto a se interessar por este tipo de evocação. Ora, a vida social está cheia de exemplos manifestando o interesse muito especial pela audição, a leitura ou a visão de acontecimentos emocionais. Eles se revelam dispostos a se informar sobre as emoções que atingiram os outros [...] Assistir à evocação da experiência emocional de outrem é, em um nível incipiente pelo menos, viver essa experiência.

O referido autor discute a diferença entre a experiência emocional que atinge o indivíduo quando ele está no centro (ou quando ele é o centro) de uma situação que o atinge a partir da evocação da emoção do outro. É o que propõem as situações como o teatro, o cinema, o romance, as conversas ou as confidências. O motivo de se procurar a reevocação emocional do outro é que esta é uma emoção social e linguisticamente estruturada, uma experiência emocional já organizada. Dessa forma, aprende-se com o outro como reagir e interagir com as emoções.

É como se fosse um ensaio, uma antecipação. Assim, diante da vivência do outro, o sujeito tem instrumentos para organizar a emoção, espelhando-se na organização que o outro fez. Ao tomar contato com as experiências emocionais do outro, o sujeito está se apropriando de uma experiência emocional estruturada, podendo, assim, antecipar e ensaiar essas vivências.

A imaginação compreende a qualidade da elasticidade e leva à atividade criadora, possibilitando a criação artística, científica e sentimental. Reelabora, recria outra realidade.

Ressignifica ideias e conceitos, rompendo com o instituído, com o espaço-tempo de seu entorno.

A capacidade de imaginar pode contribuir para formar indivíduos com mais criatividade e mais liberdade de ser. Através da imaginação, podemos criar algo novo ou transformar o já existente. Para poder modificar a realidade, na prática, devemos saber transformá-la mentalmente, sendo esta uma habilidade da imaginação.

Segundo Vigotsky (2000), a atividade humana não é uma simples reprodução de fatos ou sensações vividas, mas uma constante possibilidade de criar novas ações e novas percepções. Se apenas reproduzisse o passado, o homem não teria condições de viver experiências diferentes. Essa capacidade humana de sonhar é que pode levar a mundos e sensações nunca antes experimentadas, podendo vir a modificar e redirecionar sua história.

### **2.3.4 Educação eco-musical: vivências do canto em grupo na terceira idade**

Nesta pesquisa procurou-se abordar aspectos relacionados à importância da música na vida dos idosos, da prática de cantar em grupo e suas relações com as pessoas e com o mundo.

A música normalmente é aceita pelo idoso por acompanhá-lo desde a gestação e estar com atividades prazerosas ou lembranças que o marcaram em alguma fase de sua vida. Fazendo parte da história de sua vida, a música pode restituir de uma forma simbólica o tempo passado, ajudando na reconstituição de sua identidade. Sendo uma atividade que envolve criatividade, a música propicia a autorrealização, fator que eleva a autoestima, proporcionando também um suporte para a aproximação de sentimentos positivos ou negativos.

A música é uma “recordação-referência” (JOSSO, 2004), ao mesmo tempo coletiva e individual: embora esteja presente em todas as histórias de vida, ainda assim é subjetiva – uma mesma canção pode evocar diferentes referências em cada pessoa, pois, mesmo quando um indivíduo vivencia experiências semelhantes às de outro, tende a resignificá-las de acordo com suas representações e seus imaginários.

Muitos de nós, na infância, fomos embalados com canções de ninar por nossos pais e avós. No colégio muitos aprenderam o abecedário por meio das músicas que a professora cantava. Na época de namoro escolhemos a “música do casal”. Protestamos, no Brasil, quando passamos pela ditadura, com Caetano Veloso, Chico Buarque, Milton Nascimento, Geraldo Vandré. Casamos ao som de nossas canções mais queridas! Na formatura, quisemos coroar nossos esforços com o recebimento do diploma, ao som de música!

A música pode ser, então, uma recordação-referência de identificação e/ou de pertencimento a determinado grupo social. Prova disso são os movimentos musicais: o *punk* como referência de não-pertencimento à sociedade tradicionalmente organizada, o *blues* como referência de pertencimento do norte-americano à raça negra, o *hip-hop* como referência de pertencimento à periferia consciente e crítica... Nesse contexto, pode ser tanto instrumento de alienação quanto de conscientização. A recordação-referência subsumida na música, portanto, pode ser positiva ou negativa: tudo depende do sentido que imprimimos a partir dela.

Procurarei discutir questões de como o coro amador se configura como atividade de lazer e/ou de trabalho e as relações intersubjetivas que são formadas no espírito de cooperação, bem como a promoção da educação musical, a integração interpessoal, a inclusão social, a motivação, a criação dos laços de amizade e solidariedade na busca de uma velhice bem-sucedida.

Na velhice podemos vivenciar muitas perdas, tais como a dos papéis sociais, de funções do organismo, de pessoas queridas. É importante que o regente proponha atividades de musicalização e canto coral para além do lazer, constituindo-se essa atividade numa forma de descanso mental (relaxamento mental e até terapia) e também de desenvolvimento pessoal, em que são aperfeiçoados conhecimentos e adquiridos novos saberes.

O grupo vocal pode funcionar como um excelente divertimento e terapia, atuando sobre o corpo e a emoção do indivíduo, colaborando para aumentar a autoestima.

Segundo Luz (2010, p. 231), na proposta de práticas musicais com pessoas idosas,

Resgata-se o trabalho da memória e desenvolvem-se as memórias musicais. Trabalha-se com técnicas que estimulam a criatividade e facilitam a expressão, atuando em bloqueios socioculturais. De forma lúdica, ao longo das atividades abrandam-se excesso de autocritica e padrões preestabelecidos de conduta e rigidez. Melhora-se a qualidade de vida e a saúde dos participantes, uma vez que o processo promove um equilíbrio geral psico-fisiológico e sociológico, gerando descontração, espontaneidade e alegria, favorecendo a comunicação, o biorritmo e aspectos emocionais. Resgata-se e amplia-se a autoestima individual e de grupo.

Por meio do canto coletivo pudemos resgatar valores, o que gera o desafio de integrar diferenças, tratando-se com variados níveis de conhecimentos e capacidades.

O canto coral é uma forma de educação não-formal em que se pode investigar e refletir sobre a vida dos idosos, considerando aspectos musicais, físicos, emocionais e sociais.

Assim, nesse tipo de trabalho há envolvimento não só de habilidades e atribuições, mas de uma nova postura de perceber e agir do mundo, “culminando em uma proposta de

capacitação para o poder, englobando atividades que encorajem os idosos a descobrir talentos e assumir um papel mais ativo em suas vidas” (GUERREIRO, apud SOUZA, 2006, p. 20).

Procurei, nesta pesquisa, descobrir quais motivos levam os indivíduos da terceira idade a fazer parte de um grupo coral e quais são suas perspectivas em relação a essa prática.

Investiguei os efeitos, segundo a percepção dos idosos, decorrentes das atividades de cantar em grupo, em nível musical, mental, físico e social.

Importante salientar que uma apresentação pública que realizamos se reveste de inúmeras experiências anteriores ao momento da *performance* musical propriamente dita. Os músicos – aqui, os idosos do grupo vocal – passam por um treinamento em alguma tradição musical; é importante que a música que eles cantam ou tocam seja significativa o bastante para que justifique a eles e ao público o tempo utilizado para os ensaios, o dinheiro, a comida ou a energia empregada no evento. Entrará também em consideração a expectativa sobre o que vai acontecer, tendo como base as experiências passadas, conceitos sobre o evento e conhecimentos musicais dos idosos em particular. Influirá também a hora e dia do evento. Idosos e plateia podem se preparar para a *performance* através de dieta, roupas ou atividades. A apresentação dos idosos causa neles e na plateia efeitos físicos e psicológicos, fazendo surgir uma espécie de interação entre eles.

Reafirma-se o saber freiriano: “Ninguém educa ninguém, ninguém se educa a si mesmo, os homens se educam entre si, mediatizados pelo mundo”. Freire (1997, p. 25) destaca a importância de se perceber como sujeito no mundo e com o mundo, quando afirma:

Antes de tornar-se um cidadão do mundo, fui e sou um cidadão do Recife, a que cheguei a partir de meu quintal, no bairro da Casa Amarela. Quanto mais enraizado na minha localidade, tanto mais possibilidade tenho de me espriar, me mundializar. Ninguém se torna local a partir do universal.

Para Paulo Freire, existe uma relação necessária à atividade educativa e à esperança. O autor nos ensinou que aprendemos com o corpo todo, que ciência e arte caminham juntas, que a afetividade, a amorosidade e a sensibilidade são imprescindíveis para o aprendizado. É fundamental valorizar todas as formas de vida, promovendo a cultura de paz e de sustentabilidade para todos e todas.

Desenvolvemos algumas reflexões através da música e de nossos encontros semanais, no sentido de estimular o diálogo, para que pudéssemos pensar em nossos acertos, nossos esforços e, ao mesmo tempo, buscar respostas conjuntas para os problemas da nossa vida

cotidiana, em nossos lares, nas nossas relações com as outras pessoas e com o mundo em que vivemos.

Buscamos uma educação que humaniza e que procura superar a lógica da competitividade, da competência e técnica como únicas alternativas para a educação com qualidade.

Nossos exercícios têm como foco a qualidade sociocultural e socioambiental da educação, com uma perspectiva eco-político-pedagógica que objetiva a formação ampla e integral das pessoas, visando a adquirir conhecimentos, recuperar saberes, sentimentos, espiritualidade, cultura dos povos e história da humanidade, em íntima conexão com todas as formas de vida no nosso ecossistema.

A educação, para Vitor Paro (2001, p.38-39), “não envolve apenas meras informações, mas o desenvolvimento livre de valores, crenças, posturas, comportamentos, hábitos e escolhas, entre outros. Em outras palavras, a educação para a democracia é componente fundamental de qualidade do ensino”.

Precisamos construir uma sociedade sustentável em termos ambientais, sociais, econômicos, ecológicos, ecopedagógicos, sexuais, culturais e educacionais. Uma sociedade que garanta trabalho, emprego digno e uma vida também digna e saudável a todas as pessoas.

Em nossos encontros procurei associar arte e educação para que pudéssemos cantar por um mundo mais sadio, pela preservação da natureza, pela valorização de todas as formas de vida no planeta.

Padilha (2007, p. 31) fez uma mudança no texto de Holloway (2003, p.16-17), substituindo as palavras relacionadas a “grito” pelas palavras relacionadas ao “canto”, mostrando uma maneira de incluir a emoção, a sensibilidade e afetividade em nossa vida pessoal, social e profissional. Importa agir politicamente, refletindo sobre as questões de poder e relações entre sociedade e Estado.

Nosso canto não é só de horror. Não cantamos porque enfrentamos a morte segura na teia de aranha, mas porque sonhamos em nos libertar [...] Nosso canto é uma recusa à aceitação. É uma recusa a aceitar que a aranha nos comerá [...] Uma recusa a aceitar a inevitabilidade da desigualdade, da miséria, da exploração e da violência crescentes [...] Nosso canto é uma recusa a sermos vítimas da opressão, a submergirmo-nos numa “melancolia de esquerda”, algo tão característico do pensamento de oposição [...] Nosso canto é um canto que quebra vidraças, é uma recusa a sermos contidos, é um transbordamento, um ir além da margem, além dos limites da sociedade cortês.

Precisamos, segundo Padilha (2007), em relação a nossa vida social, superar a naturalização do silêncio comportado aprendido anos e anos a fio, numa escola meritocrática e num mundo que vê a pessoa como um ser a ser formatado para uma sociedade também pronta, que alimenta o medo de criar, que afasta as pessoas, os seus corpos e as suas mentes de suas próprias raízes e origens às quais pertencem.

Muitas vezes não nos apercebemos que o sistema social dominante pode inibir, silenciar, amedrontar, para submeter e submeter-se ele próprio a determinadas políticas socioeducacionais que procuram institucionalizar uma ordem vigente e dominante que burocratiza e hierarquiza tudo.

A música e a prática musical podem contribuir para o desenvolvimento da inteligência e a integração do ser, pois favorecem a aprendizagem, o desenvolvimento cognitivo/linguístico psicomotor e socioafetivo. O papel da música na educação é também uma experiência estética, desenvolvendo, segundo Estévez (2009), necessidades e interesses que promovam a busca do valor estético e a formação do sentimento, do ideal e do gosto.

A vida contemporânea enfrenta os “desvarios de uma (in)civilização neoliberal e hegemônica que deixa pouco espaço para o lúdico, o imaginário, o fantasioso e o poético, componentes essenciais nesse processo de hominização do homem” (ESTÉVEZ, 2009, p. 53).

A música é um bem cultural e seu conhecimento não deve ser privilégio de poucos. Ela funciona como um elemento importante para estabelecer a harmonia pessoal, facilitando a integração, a inclusão social e o equilíbrio psicossomático.

Caetano Veloso cantou: “como é bom tocar um instrumento” (na canção “Tigresa”, no disco *Bicho*, 1977). Entendemos como “instrumento” qualquer instrumento musical, por exemplo, a voz humana, o primeiro de todos. Segundo Padilha (2007, p. 62),

A nossa corporeidade, a nossa curiosidade sempre rítmica e lúdica, as nossas diferentes intensidades espirituais, as múltiplas cores da natureza e dos sons que produzimos culturalmente e, sem dúvida, todos os instrumentos musicais, mais ou menos sofisticados que a cultura humana foi capaz de produzir, formam uma grande orquestra.

É ótimo dançar mexendo o corpo, suando a camiseta, gastando as energias, produzindo sons quando necessário e sabendo silenciar quando for a hora.

Weigel (1988) e Barreto (2000), apud Chiarelli (2011) afirmam que atividades musicais podem contribuir muito como reforço no desenvolvimento. Poderíamos dizer que essas atividades, ao serem desenvolvidas na terceira idade, propiciam um (re)desenvolvimento cognitivo/linguístico, psicomotor e socioafetivo dos seres humanos.

Desenvolvimento cognitivo/linguístico: as experiências rítmico-musicais possibilitam uma participação ativa (vendo, ouvindo, tocando), favorecendo o (re)desenvolvimento dos sentidos. Trabalhando com os sons, desenvolve-se a perspicácia analítica; acompanhando gestos ou dançando, trabalha-se a coordenação motora e a atenção; ao cantar ou imitar sons, (re)descobrem-se capacidades e se estabelecem relações com o ambiente.

Desenvolvimento psicomotor: as atividades musicais oferecem oportunidades para que a pessoa se aprimore ou (re)crie habilidades motoras, (re)aprendendo a controlar seus músculos e se movimentando com mais desenvoltura. O ritmo tem um papel importante na formação e equilíbrio do sistema nervoso. Isso porque toda expressão musical ativa age sobre a mente, favorecendo a descarga emocional, a reação motora e aliviando tensões. Qualquer movimento adaptado a um ritmo é resultado de um conjunto complexo de atividades coordenadas. Por isso, atividades como cantar fazendo gestos, dançando, batendo palmas ou pés são experiências importantes para os idosos, pois permitem que se desenvolvam ou (re)descubram o senso rítmico e a coordenação motora.

Desenvolvimento socioafetivo: as atividades com música possibilitam o desenvolvimento da autoestima, pois a pessoa aprende a se aceitar como é, com suas capacidades e limitações.

Ao expressar-se musicalmente em atividades que lhes deem prazer, as pessoas demonstram seus sentimentos, liberam suas emoções, desenvolvendo um sentimento de segurança e autorrealização.

Nos encontros do grupo procurei associar o desenvolvimento da autoestima com o fazer musical, promovendo ideias de cidadania, solidariedade, crítica e protagonismo, de forma que fosse possível sentir o prazer de produzir e usufruir da arte e do belo.

Procurei dar ênfase ao desenvolvimento da relação entre o indivíduo e uma coletividade, com vistas à autonomia pessoal e à ampliação de horizontes.

Desenvolver a autoestima é nos sentirmos competentes, gostarmos de nós, nos valorizarmos.

Nos ensaios com o grupo vocal de idosos, desenvolvemos aspectos relacionados ao relaxamento físico e mental, alongamento corporal, respiração diafragmática, técnicas de emissão vocal, articulação, ressonância, socialização e preparação de repertório musical variado (do erudito ao popular), culminando com apresentações públicas (DVD em anexo).

Nos ensaios do grupo vocal, os idosos são estimulados a conhecer as possibilidades de seu corpo na produção de sons, as posturas possíveis para a prática musical; são convidados a deixar para trás tensões que prejudicam, em primeira análise, o fazer musical, mas também o

corpo e o ser como um todo. A mudança na relação com outras pessoas e com o próprio corpo opera transformação na forma como o idoso se percebe: ele sente que é capaz de fazer algo que é difícil e belo, ele se valoriza, ele é valorizado por quem o observa fazendo música. Nas apresentações, o contato com o outro causa um aumento de autoestima.

A possibilidade de aprendizado musical, de fazer o belo, de mostrar o aprendido para um público é, sem dúvida, um momento muito especial para os idosos. A prática musical efetivamente mobiliza mecanismos de socialização, de criação de identidades, reforça sentimentos de pertencimento, amplia horizontes espaciais e alteridades.

Partindo do princípio de que realizamos nosso trabalho com solidariedade, passo a comentar algumas ideias de Maturana (2005) que aborda, em seu livro *Emoções e linguagem na educação e na política*, esta questão fundamental que permeia nossa pesquisa: o amor.

De acordo com o referido autor, o amor é a emoção fundamental que torna possível a história da hominização.

O amor é o fundamento do social, mas nem toda convivência é social. O amor é a emoção que constitui o domínio de condutas em que se dá a operacionalidade da aceitação do outro como legítimo outro na convivência, e é esse modo de convivência que conotamos quando falamos do social (MATURANA, 2005, p. 23).

Maturana afirma que o momento da história em que vivemos começou com a origem da linguagem a partir do estar na linguagem, fazer parte do modo de vida, constituindo-se na linguagem *Homo* a que pertencemos – somos animais dependentes do amor.

A linguagem não pode, pois, ter nascido na agressão, na competição, pois é essencial que exista uma convivência constituída na operacionalidade da aceitação mútua num espaço aberto às coordenações de ações. Na história evolutiva de nossos ancestrais encontramos um saber sobre seu provável modo de vida do qual partilhamos até os dias de hoje, pois ainda somos animais colheitadores que se comprazem em ir ao supermercado, ou somos dependentes da agricultura, somos compartilhadores ao repartirmos a comida que estamos comendo. Ainda segundo Maturana, quando alguém nos pede uma esmola, ainda somos animais que vivemos na coordenação consensual de ações. Gostamos de participar de atividades cooperativas, de viver em pequenos grupos, o que nos remete à sensação de pertencer a uma família; ainda somos animais sensuais que vivemos espontaneamente no tocar e acariciar mútuo.

Maturana (2005, p. 25) afirma que “99% das enfermidades humanas têm a ver com a negação do amor”. Comunidades constituídas no amor têm características de colaboração,



compartilhamento e aceitação do outro como um legítimo outro na convivência. O autor acrescenta: “sem aceitação e respeito por si mesmo não se pode aceitar e respeitar o outro” (id., p. 31).

Um contexto no qual a música é um instrumento de intervenção social – ou seja, não se tem como única finalidade a dimensão estética –, os encontros do grupo vocal passam a ser *locus* de transmissão de valores, de experiências, de imagens que ultrapassam a esfera musical e atingem a vida dos participantes como um todo.

Corpos tensos não produzem sons bonitos. É físico. “Soltar a voz” implica relaxar músculos faciais, lubrificar as cordas vocais, respirar fundo e deixar o ar fluir. Implica também se soltar, esquecer, por momentos, qualquer julgamento. Soltar a voz implica, portanto, soltar-se, perder a vergonha, exhibir o corpo, exhibir-se todo.

O fazer musical, conforme lembra Lévi-Strauss, instaura desejo, gera sentimento e reflexão, produz conhecimento. Ao realizar ensaios ou apresentações musicais, deve-se fazer uma reflexão crítica mas também valorizar, elogiando o que está bom.

Os amanheceres são habitualmente suaves e os seres humanos em geral pouco reagem a amanheceres, mesmo quando são extraordinários. Em contraste, a música e a arte em geral, proporcionam à mente experiência cuidadosamente ordenada – um amanhecer perfeito para sempre [...] Um bando de pássaros piando forte produz todas as notas isoladas de uma sinfonia, mas não numa hierarquia ordenada de agrupamentos (JOURDAUN, 1998, p. 414-415).

Para Lévi-Strauss (1991), a natureza produz ruídos e não sons musicais, que são monopólio da cultura enquanto criadora dos instrumentos e do canto.

A música envolve uma interrupção no fluxo de vida cotidiana. A pausa faz mudar o humor. A música altera ritmos, sensibilidades, sintonias. Para Aristóteles, a música, como o sono e a bebida, não é em si mesmo coisa importante ou séria, mas agradável e capaz de “afastar as preocupações”. Por outro lado, pode conduzir à virtude, na medida em que, “tal como a ginástica, é capaz de exercitar o corpo, alimenta uma certa ética e nos permite gozar as coisas de maneira adequada. E ainda, a música pode contribuir para a recreação mental e para a aquisição de conhecimentos” (HUIZINGA, 2000, p. 180).

Na leitura aristotélica a música pode ser considerada como um instrumento para propiciar relaxamento e torpor (como o vinho), ou um meio de exercício do corpo e da virtude do ouvinte. A música, assim como o jogo, possibilita a imersão. O jogo é dotado de intensidade, de fascínio, de uma “capacidade de excitar – sua característica primordial”

(HUIZINGA, op. cit., p. 5). É ainda “atividade livre, conscientemente tomada como ‘não-séria’ e exterior à vida habitual, mas ao mesmo tempo, capaz de absorver o jogador de maneira intensa e total” (op. cit., p. 16).

Em geral a experiência de imersão não é solitária. Como lembra DaMatta (apud HIKIJI, 2006, p. 197), “na era do individualismo, o momento extraordinário nos transforma em seres coletivos ‘como duplas, público, etc.’”.

A música, chamada a ocupar “o tempo ocioso”, atua suprimindo o fluxo do tempo, como lembra Lévi-Strauss (1991), jogando seus praticantes em outro fluxo, este marcado pela experiência da imersão que os envolve de maneira “intensa e total”.

A imersão e o fazer musical não são somente experiências de ocupação do tempo ocioso. Transbordam para outros momentos da vida, repercutem na organização das subjetividades dos idosos. A música contamina a vida cotidiana, determinando ritmos, preenchendo vazios, construindo sentidos. Sua matriz pode ser encontrada no pensamento grego. Para Platão, música e política estão intimamente relacionadas: a harmonia sonora metaforiza e condiciona a harmonia da Polis (cidade-meio ambiente).

Música, todavia, nem sempre é “harmonia”, “calmante”, “terapia”. Pode ser até irritante – e as audições são as mais subjetivas possíveis. Música, como comentamos anteriormente, pode ser também protesto: implícito em metáforas nas canções sobre a ditadura, explícito nos RAPs atuais. Na apropriação do termo musical para o plano social, outras características se revelaram: dissonância, polifonia e polirritmia<sup>10</sup>.

De acordo com Wisnik (1989, p. 13), “A música ensaia e antecipa aquelas transformações que estão se dando, que vão se dar, ou que deveriam se dar na sociedade”.

O repertório musical escolhido para ser estudado no grupo vocal dos idosos baseia-se em temas que abordam valores construtivos de esperança, fraternidade, amor, solidariedade, persistência, valorização da vida, com base em peças musicais eruditas, populares e folclóricas, culminando com marchinhas de carnaval, com suas letras e ritmos contagiantes. Um momento para redescobrir-se como sujeito que pode refletir e fazer escolhas na busca por felicidade.

---

<sup>10</sup> Dissonância - “desafinação de sons; discordância; desproporção em harmonia, intervalo que não satisfaz a ideia de repouso e pede resolução numa consonância” (FERREIRA, 2001, p. 420). Neste estudo transpomos o sentido para desarmonia entre os homens e destes com a natureza.

Polifonia - “processo de composição musical em que se casam várias melodias que se desenvolvem independentemente, mas dentro da mesma tonalidade” (FERREIRA, 2001, p. 957). Em nosso estudo consideramos como polifonia as várias formas de vida que integram o nosso Universo.

Polirritmia - “que tem vários ritmos” (FERREIRA, 2001, p. 958). Em nosso estudo utilizamos o termo como várias possibilidades de realizações dos seres humanos.

De acordo com Suzigan (1986), a educação musical constitui um elemento da cultura geral do ser humano de formas dinâmica, sensorial, afetiva, mental e espiritual, que harmonizadas entre si favorecem o desenvolvimento da personalidade humana.

Conforme Rubem Alves (2005, p. 17),

A educação de nossa sensibilidade musical deveria ser um dos objetivos da educação. A música [...] é capaz de penetrar na alma e comover o mundo interior da sensibilidade onde mora a bondade. Afinal, esta não deveria ser a primeira tarefa da educação: produzir a bondade?.

Enfocamos a canção como ferramenta potencializadora da aprendizagem musical a partir da definição de Bellochio e Leme (2001, p. 90), quando afirmam “que as tecnologias devem ser entendidas como ferramentas que podem alterar a maneira de conhecer e fazer música, procurando criar um sujeito crítico-reflexivo sobre os recursos que validem a educação musical”.

A canção engloba estratégias de iniciação musical, desenvolvimento do senso rítmico, acuidade auditiva e criatividade do indivíduo.

Ao cantarmos utilizamos a respiração total-diafragmática. Enquanto cantamos, a expansão crescente dos músculos do diafragma causa a entrada rápida do ar nos pulmões e sentimos os efeitos da respiração. Muitos têm a sensação de relaxamento e, ao mesmo, de energização. Respiração e vida sempre andam juntas. Respirar faz mais do que sustentar o corpo. Desde tempos remotos, adeptos de crenças e práticas como as hindus e zen-budistas têm falado da importância da respiração total, integral para uma vida física, emocional e espiritual mais enriquecida.

Reich (apud BRÉSCIA, 2011) afirma haver uma estreita relação entre respiração e emoção. Segundo o autor, muitas pessoas respiram superficialmente a maior parte do tempo como meio de se proteger de sentimentos que não querem experimentar. Fazem isso de maneira inconsciente. De acordo com o autor, sentimentos reprimidos podem de fato ser armazenados em áreas do corpo físico, e, graças à respiração total e à conscientização dessas áreas, os sentimentos e as tensões que os acompanham podem ser libertados.

Katsh e Merle-Fishman (apud BRÉSCIA 2011, p. 51) observam:

“a garganta é uma ponte física e simbólica entre a cabeça e o coração”. Por isso, cantar pode favorecer um melhor relacionamento entre a cognição e as emoções. Sabe-se que algumas pessoas desejam cantar, enquanto outras têm medo. De acordo com os referidos autores, as pessoas que se envolvem mais com atividades intelectuais podem sentir necessidade de estimulação estética

e da libertação emocional que o canto proporciona. Enquanto “as pessoas que se sentem mais à vontade no mundo intelectual do que com suas emoções, podem resistir ao canto como um meio de se defender de seus sentimentos”.

Portanto, ao fazermos ou ouvirmos música, nossas emoções e pensamentos são acionados, e isso pode reacender lembranças de um relacionamento passado, ajudando-nos a nos percebermos melhor.

Cantar é uma forma de nos expressarmos. Segundo Bréscia (2011, p. 53), “desde as canções de roda da infância até os concertos requintados de artistas, cantar preenche a necessidade humana de transmitir tanto pensamentos quanto sentimentos numa forma mais completa do que a simples fala”.

A música, através dos séculos, tem sido potencializadora para que possamos nos expressar e compartilhar experiências humanas.

### **3. METODOLOGIA**

Este estudo qualitativo realizou-se com um grupo de 11 diabéticos da terceira idade, integrantes da Associação dos Diabéticos de Pelotas, utilizando a música como meio para promover ensino/educação, bem como interação e convívio prazeroso, contribuindo para proporcionar benefícios à saúde física, mental e social.

Para a coleta de dados, foram utilizados: fotografias, gravações das atividades do grupo em DVD, diário de campo, questionários e entrevistas semiestruturadas.

Escolheram-se, para desenvolver esta pesquisa, as estratégias da pesquisa-ação, bem como do referencial teórico da abordagem bioecológica do desenvolvimento humano de Bronfenbrenner, uma vez que estas duas formas de estudo trazem significativas contribuições para o processo ensino-aprendizagem, trabalhando com o diálogo na prática rotineira, bem como avaliando questões que não são valorizadas nas pesquisas tradicionais.

#### **3.1 A pesquisa-ação**

Segundo Thiollent (2009, p. 24), a pesquisa-ação é um tipo de pesquisa social em que “a ação ou a resolução de um problema coletivo agrupam os pesquisadores e os participantes representativos da situação ou do problema de forma cooperativa ou participativa”. A pesquisa-ação tem um caráter coletivo, uma interação entre atores, dentro de um quadro ético definido.

Utilizamos estratégias de ensaio coletivas do grupo, com exercícios de relaxamento, respiração e técnicas vocais, exercícios de socialização, ensaio de repertório relacionado e debates, momentos que propiciavam trocas de experiências e criação de vínculos. Foram realizadas entrevistas antes do início dos trabalhos e após, a fim de conhecer como haviam se sentido ao participar de tais atividades e se elas influenciavam em sua qualidade de vida.

Os encontros com o grupo foram realizados às quintas-feiras, das 14h30min às 16h30min, na sede da Associação, na rua Voluntários da Pátria, nº 1428, 5º andar, sala 501, em Pelotas, RS.

Foi realizado registro de observação do que foi percebido, sentido, debatido em cada dia de ensaio, pela pesquisadora, para posterior análise dos dados pelo grupo envolvido na pesquisa-ação.

A pesquisa-ação relaciona-se com os objetivos e o contexto em que é desenvolvida. Em nosso estudo, a pesquisa é constituída por objetivos práticos de um ator social homogêneo que possui necessária autonomia para controlar a pesquisa, a partir dos objetivos propostos, que servem de base para a investigação em função das condições disponíveis.

A ênfase da pesquisa-ação pode estar voltada para “a resolução de problemas, tomada de consciência ou produção do conhecimento” (THIOLLENT, 2009 p.21). Quando bem conduzida, pode vir a alcançar esses objetivos simultaneamente.

Pela pesquisa-ação “é possível estudar dinamicamente os problemas, decisões, ações, negociações, conflitos e tomadas de consciência que ocorrem entre os agentes durante o processo de transformação da situação” (THIOLLENT, id., ibid.).

A coleta e análise dos dados recorrem à interpretação da realidade social a partir de aspectos informais, que possibilitam a expressividade, a espontaneidade das informações, trazendo uma reconstrução mais fidedigna do estudo em questão. Recuperam-se as situações vividas pelos entrevistados, possibilitando a aproximação emocional, bem como facilitando a interpretação reflexiva dos dados.

Geralmente a observação do que ocorre no processo de transformação é realizada por meio de reuniões e seminários de que participam as pessoas implicadas na transformação. Nesses encontros podem ser utilizadas também informações obtidas em grupos de pesquisas especializadas por assuntos, bem como informações de fontes obtidas por meios convencionais: entrevistas, documentação, e outras.

Para Thiollent (2009), a pesquisa-ação é uma maneira de experimentação numa situação real, em que os participantes intervêm de maneira consciente, portanto interagem ativamente.

Na pesquisa em situação real, as variáveis não são isoladas. Todas interferem no que está ocorrendo. Todavia, os indivíduos podem mudar alguns aspectos da situação pelas diferentes ações que decidirem utilizar.

Na pesquisa-ação, além da ação e participação, é necessária a produção de conhecimentos, de experiências, contribuindo para a discussão das vivências ou debate sobre as questões abordadas.

A informação gerada é divulgada à população por meios apropriados, como revistas, congressos e outros.

Quando as pessoas estão envolvidas com soluções de um problema que vivenciam, há possibilidades de estudá-lo num nível mais aprofundado e realista do que no nível de opinião ou de representatividade, que podem apresentar apenas imagens individuais ou estereotipadas. De acordo com Thiollent (2009, p. 26), “do saber espontâneo é gerado um conhecimento descritivo e crítico acerca da situação, com todas as sutilezas e marcas que em geral escapam dos procedimentos padronizados”.

A pesquisa-ação possibilita problematizar questões socioculturais da humanidade, usando paradigmas de análise tais como a particularização, o relativismo, a subjetividade, a interpretação, a especificidade e a individualização, que contrariam princípios que norteiam a pesquisa científica tradicional, quais sejam: a generalização, a universalização, a naturalidade e a objetividade.

Chauí (2000, p. 272) enfatiza a diferença entre esses dois universos científicos: “Ora, o humano é justamente o subjetivo, o sensível, o afetivo, o opinativo. Como transformá-lo em objetividade, sem destruir sua característica, a subjetividade?”

Para Franco (2005, p. 491), a pesquisa-ação

deve ocorrer no ambiente natural da realidade a ser estudada, a práxis social é ponto de partida e de chegada na construção e ressignificação do conhecimento; a produção de conhecimentos é construída por articulações com a intersubjetividade; deve haver flexibilidade nos procedimentos, bem como a metodologia permitir ajustes tais como agir, reagir, planejar, replanejar, ressignificar de acordo com as necessidades coletivas que surgem durante o período da pesquisa. É importante que o pesquisador tenha um conhecimento prévio da matéria a ser investigada, pois ele atuará como participante e intervencionista no processo.

Em relação ao tempo de pesquisa, diz Franco (2005, p. 493):

[...] uma pesquisa-ação não se realiza em curto prazo de tempo. É preciso tempo para construir a intimidade e um universo cognitivo mais próximo; para barreiras e resistências serem transformadas; para apreensão de novos fatores e valores que emergem de constantes situações de exercício do novo; para reconsiderações de seus papéis profissionais e elaboração das rupturas que emergem, para o imprevisto e o recomeço.

Segundo Tripp (2005, p.446), podemos representar o ciclo básico da investigação-ação em quatro fases:

1. identificação do problema;
2. planejamento da solução;
3. implementação;
4. monitoramento e avaliação de sua eficácia.

A pesquisa-ação segue um ciclo no qual a prática vai se aprimorando pela oscilação sistemática entre agir no campo da prática e investigar a respeito dela.

Tripp (2005, p. 447-449) elaborou uma tabela com características que a diferenciam tanto da prática rotineira em que está sendo desenvolvida, quanto da pesquisa científica tradicional:

- A pesquisa-ação é contínua e não repetida, ou ocasional. Ela sempre busca uma melhora.
- A pesquisa-ação é pró-ativa com relação à mudança, que é estratégica no sentido de que a ação é baseada nos avanços da própria pesquisa. Contrapõe-se a uma ação imediata resultante da rotina e do hábito, ao mesmo tempo em que se contrapõe à rigidez do método científico. Na pesquisa-ação, a metodologia deve servir à prática. Também não se deixa de avaliar uma mudança por não se dispor de dados básicos adequados; eles poderão surgir no processo de pesquisa.
- A pesquisa-ação é participativa. Todos, de alguma forma, estão envolvidos e colaboram no trabalho.
- A pesquisa-ação é experimental como a pesquisa tradicional. As coisas devem acontecer para que se saiba realmente o que vai ocorrer. No entanto, ela é mais intervencionista que experimental, pois permite que o pesquisador interceda no processo a fim de obter o resultado esperado.
- A pesquisa-ação parte sempre da problematização de uma prática em que o pesquisador pretende solucionar ou implantar. É uma aprendizagem de mão-dupla.
- A pesquisa-ação tende a documentar seu progresso sob formas diversas.

### **3.2 A abordagem bioecológica do desenvolvimento humano (ABDH) de Bronfenbrenner**

Compreendendo o homem e o ambiente como um processo de relacionamento, numa ação dialética, onde eles se complementam e interagem em constante e mútua (des)construção, propus a inserção de práticas musicais no ambiente da Associação dos Diabéticos de Pelotas. O eixo principal desses encontros é a sensibilização através da música e da ética, como propõe a educação ambiental, com o objetivo de educar em valores, tais como: respeito, equidade, solidariedade, como fatores indispensáveis na relação dos seres humanos entre si e o meio ambiente, possibilitando a busca por melhor qualidade de vida para os idosos participantes da referida associação.



Zeppone (1999, p. 26) afirma que a educação ambiental informal compreende “todo e qualquer trabalho desenvolvido fora do ambiente escolar, o que não descaracteriza o seu aspecto educativo, pois sabemos que a aprendizagem não ocorre apenas dentro de uma sala de aula”. O ambiente institucional e as relações estabelecidas no seu meio vão influenciar o desenvolvimento cognitivo, social e afetivo dos idosos.

O modelo ecológico de Bronfenbrenner caracteriza-se por ser um marco teórico e metodológico que procura privilegiar não somente o contexto, mas as múltiplas interações da pessoa com o seu ambiente.

A ecologia do desenvolvimento humano envolve o estudo científico da acomodação progressiva mútua, entre um ser humano ativo, em desenvolvimento, e as propriedades mutantes dos ambientes imediatos em que a pessoa em desenvolvimento vive, conforme esse processo é afetado pelas relações entre esses ambientes, e pelos contextos mais amplos, em que os ambientes estão inseridos (BRONFENBRENNER, 1996, p. 18).

A opção do uso da teoria bioecológica do desenvolvimento humano (TBDH) de Bronfenbrenner como suporte teórico para a reflexão dos benefícios do canto coral para o grupo de idosos justifica-se pelo potencial nela contida para explicar a indissociabilidade entre a pessoa em desenvolvimento e os contextos em que ela se insere.

O autor propõe que o desenvolvimento humano bioecológico deve ser estudado por meio da interação de quatro núcleos inter-relacionados: O Processo, a Pessoa, o Contexto e o Tempo (KOLLER, 2004).

Segundo Porto (2008, p. 101), “o processo é o construto fundamental com ênfase nos processos proximais que são formas particulares de interação do organismo com o ambiente, que operam ao longo do tempo”.

A pessoa envolve características geneticamente determinadas e as construídas na interação com o ambiente. O entendimento do ser humano em interação com o ambiente familiar e comunitário é analisado com bastante clareza na abordagem de Bronfenbrenner (1979-1996).

O terceiro componente da medida é o contexto. Bronfenbrenner (1996), na dissertação sobre o ambiente ecológico no qual o ser humano está inserido e vivendo em constante interação, apresenta este como composto de vários níveis estruturais entrelaçados, que são denominados por ele de microssistema, mesossistema, ecossistema e macrossistema.

O microsistema é o local onde os indivíduos podem estabelecer interações face a face. Caracteriza-se pelo contexto imediato no qual as pessoas exercem papéis e ocupam posições. São exemplos de microsistema: o lar, a escola e o trabalho.

Um microsistema é um padrão de atividades, papéis e relações interpessoais experienciado pela pessoa em desenvolvimento em um dado ambiente, face-a-face, com características físicas e materiais particulares, contendo outras pessoas com características distintas de temperamento personalidade e sistema de crenças (KREBS, 1997, p. 227).

No microsistema, Bronfenbrenner (1996) destacou três elementos principais: as atividades, as relações interpessoais e os papéis. Em relação às atividades, ele classificou em dois tipos: as molares, que instigam o desenvolvimento, e as moleculares. Para que uma atividade seja molar, ela precisa ter relevância para que a pessoa nela se engaje e fazer com que esta persista nesse envolvimento. Para destacar as atividades molares o autor usa a expressão desenvolvimento instigador.

As relações interpessoais foram colocadas em uma hierarquia de três níveis. O primeiro nível indica relações interpessoais que não envolvem ativamente as duas ou mais partes que delas participam. São denominadas essas atividades como de observação. Para que evoluam para o segundo nível, é preciso haver reciprocidade, equilíbrio de poder e afetividade. As atividades, nesse segundo nível, foram chamadas de participação conjunta, que é o nível mais avançado de relações interpessoais. Nesse nível, as relações continuam existindo mesmo quando uma das partes não mais estiver presente, sendo nomeadas como díadas primárias. Para Bronfenbrenner (1996), os papéis devem ir além das expectativas que tem a sociedade sobre quem desempenha o papel, e incorporar, também, as expectativas que a própria pessoa tem no que diz respeito ao que ela espera que os outros esperem dela.

No mesossistema, Bronfenbrenner sugere a criação de uma rede social em que a pessoa em desenvolvimento é a referência principal. Essa rede é formada tanto pelas pessoas que interagem diretamente como a pessoa em desenvolvimento, quanto pelos que, de uma forma ou de outra, podem influenciar esse processo de desenvolvimento.

“O mesossistema compreende as ligações e processos que têm lugar entre dois ou mais ambientes, que contêm a pessoa em desenvolvimento... em outras palavras, o mesossistema é um sistema de microsistemas” (BRONFENBRENNER, 1996, p. 27).

O exossistema é caracterizado pelos contextos onde a pessoa em desenvolvimento não participa, mas os eventos que neles ocorrem afetam essa pessoa e vice-versa. O último parâmetro do modelo ecológico de Bronfenbrenner é o macrossistema. Esse parâmetro é, na

verdade, a abrangência da cultura ou do sistema social que está servindo como referência para a pessoa em desenvolvimento.

Na pesquisa, abordei o grupo vocal dos idosos da Associação dos Diabéticos de Pelotas como microssistema, cuja relação principal se dá através do símbolo: música. Foram também analisadas as opiniões da família, do grupo administrativo da Associação dos Diabéticos e do grupo de alunos de música do Centro de Artes/UFPel, que participaram da pesquisa formando microssistemas com os idosos do grupo vocal, constituindo o mesossistema; os professores de Artes da comunidade de Pelotas com as quais me relaciono constituíram o exossistema; e pessoas da comunidade do contexto sociocultural onde estes idosos estão inseridos abrangem o macrossistema.

Em relação ao tempo, que é o quarto elemento do modelo bioecológico, pode ser analisado em três níveis: microtempo, mesotempo e macrotempo (KOLLER, 2004). O microtempo refere-se aos ensaios que realizamos uma vez por semana; o mesotempo refere-se à repetição dos episódios dos processos proximais, entretanto, em intervalos maiores de tempo, tais como dias, semanas. Enquadramos aí nossas apresentações musicais públicas. O macrotempo envolve mudanças dentro da sociedade através das gerações e o modo como estas influenciam os processos e resultados do desenvolvimento humano ao longo do ciclo vital.

## **4. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS**

### **4.1 Microssistema**

Nesta fase da pesquisa descrevo o contato inicial que tive com a Associação dos Diabéticos de Pelotas realizado atendendo o convite de sua presidente para que eu participasse do referido grupo.

Lá encontrei o músico Paulo Santos, que, assim como eu, havia se tornado diabético. Participávamos das reuniões que eram realizadas às quartas-feiras à tarde, momento em que eram discutidas questões sobre a diabetes, relativas ao tratamento e atitudes de prevenção.

Tivemos a ideia de criar, com o grupo, um coral da Associação dos Diabéticos de Pelotas, que está em atividade até o momento. Começamos os ensaios em março de 2008, às quintas-feiras, das 14h30min até as 16h, na sede da associação, na rua Voluntários da Pátria, nº 1428, 5º andar, sala 501.

Com o tempo percebi que o grupo era formado por idosos, o que me instigou a ideia de continuar o trabalho de pesquisa em música com esse grupo. A partir desse momento iniciei, ou continuei minha inserção ecológica, todavia agora com olhos de pesquisadora. Como toda música precisa ser ouvida para que se processe o ciclo compositor-intérprete-mensagem-ouvinte, começamos a nos apresentar primeiramente para a referida associação (os integrantes que não faziam parte do grupo coral), e posteriormente, em casas geriátricas da cidade de Pelotas. No final de cada ano fazemos uma festinha de encerramento, que tem ocorrido na Igreja Episcopal do Redentor, onde nossa presença “cantante” se faz ouvir.

Minha inserção ecológica como regente e pesquisadora desenvolveu-se em mesotempo, por meio de ensaios semanais. Totalizamos 36 encontros e quatro apresentações públicas no período em estudo. Cada ensaio realizado contava com uma sequência de atividades: a) alongamento/relaxamento e/ ou estimulação física e mental; b) socialização; c) técnica vocal; d) criatividade; e) ensaio do repertório propriamente dito (parte desses dados encontram-se em DVD e CDs em anexo).

Durante o período de coleta de dados, de março de 2010 a agosto de 2011, vivenciei inúmeras experiências que me fizeram sentir o quanto a música tem o poder de sensibilizar,

evocar, abrandar dores, estimular e dar coragem, proporcionar paz e reconciliação. Acho importante destacar que a música, dependendo de como é utilizada, pode também provocar alienação, padronizações e levar para caminhos muito distantes da felicidade que pensamos todos merecer. Daí a importância da colaboração da educação e, em especial da educação ambiental, na qual somos estimulados a refletir sobre nossas vivências para podermos ser protagonistas de nossas vidas.

Em nossos encontros semanais procurei identificar, por meio de um questionário, como eles se sentiam antes de entrar para o grupo vocal, tendo encontrado as seguintes respostas: solidão - 73%; depressão ou tristeza - 45%; ansiedade - 45%; baixa autoestima - 36%; timidez - 45%; ociosidade - 54%; estresse - 54%; preocupação com a saúde - 18%; insegurança ou medo - 36%; repressão/pouca liberdade - 0%; outros - 0% (ver gráficos em anexo).

A seguir faço a apresentação dos idosos participantes do grupo vocal da Associação dos Diabéticos de Pelotas, pois baseando-me na abordagem bioecológica de Bronfenbrenner que enfatiza a necessidade de se conhecer sobre o temperamento, crenças e atitudes perante a vida, achei importante colocar no corpo da tese algumas informações recolhidas ao longo da pesquisa. De acordo com Bronfenbrenner e Morris (1998), é importante observar as características biopsicológicas das pessoas analisadas e por aquelas construídas na sua interação com o meio ambiente.

#### 1. MAGALI - 68 anos, branca, casada, espírita, curso superior.

Contou-me que sempre ouviu muita música enquanto era criança, adolescente e adulta, na época do trabalho remunerado. Foi professora de canto orfeônico e teoria na Escola Sales Goulart. Atualmente só ouve música nos finais de semana. Cuida da casa, cozinha. Mora somente com o marido, que tem 73 anos. Tem três filhos e uma filha. O filho mais velho é arquiteto, o do meio é engenheiro de segurança e o outro é agrônomo. A filha é médica, mora em Campo Largo. É tratada com respeito pela família. Ao ser questionada sobre o que mudaria em sua vida hoje em dia, respondeu que “Colocaria mais música em minha vida”, “Casaria de novo com o mesmo companheiro”, “Me dedicaria mais à vida religiosa, espiritual”. Pedi que numerasse por ordem de importância suas preferências na vida, atualmente, de uma lista de 12 itens, ficando suas escolhas numeradas da seguinte maneira: “saúde e religião” em primeiro lugar; “amor e educação” foi sua segunda escolha; seguiu-se “família, respeito”; “música e amigos”; “lazer e trabalho”; por último, “dinheiro, outros”. Ao perguntar se alguma coisa a incomodava na atualidade, respondeu: “A impossibilidade de

fazer mais do que eu posso fazer agora. Gostaria de ter me dedicado mais à arte (música e pintura a óleo)”. Ela sente falta de ter se dedicado mais ao trabalho, pois foi bastante solicitada para cuidar da família. Ela conta que os filhos, cada um seguiu seu rumo, e acha que o amor deles por ela é menor que o dela por eles. Ela diz: “a impressão que tenho é que, quando se envelhece, as coisas vão fugindo de nossas mãos, há um vazio interior dentro de nós, velhos ou idosos”. Ela se queixa um pouco dos filhos, pois a vida atual que levam é mais importante do que visitá-la. Os netos, com educação das noras, não respeitam os avós. E continua: “[...] e esquecem da velha mãe que os ama e que muitas noites de sono perdeu para cuidá-los e educá-los, levando e trazendo da escola todos os dias e trazendo tudo a tempo e a hora, desde o primeiro ano escolar até o dia de receber o diploma da faculdade”. Magali tem uma bela voz, que foi educada de maneira formal no conservatório de sua cidade. Ela gosta muito de cantar. Diz que ultimamente só tem cantado nos ensaios do grupo vocal, daí a grande importância, para ela, de participar. Apesar de quase sempre chegar no ensaio apressada, pois diz ter muitas tarefas de casa para fazer, está quase sempre presente nos encontros.

#### 2. AMÉRICO - 64 anos, branco, separado, evangélico.

Ele mora com filho, netos e nora. Escutava música diariamente em sua infância e juventude. Na fase adulta, escutava música somente nos finais de semana. Atualmente, umas duas vezes por semana. É tratado com respeito pela família. Contou que gostaria de se dedicar mais à vida religiosa na atualidade. Entre suas preferências, hoje em dia, destacou: “Saúde, família, dinheiro, amigos, respeito, amor, religião, educação, música, lazer”.

#### 3. JOÃO - 65 anos, branco, casado, espírita.

Mora com a esposa e é muito alegre, apesar de seus sérios problemas de saúde. Tem uma bela voz e gosta muito de cantar. Ele ainda realiza trabalhos na área de concertos de aparelhos eletrônicos. Está também familiarizado com a tecnologia do mundo atual, sabe usar o computador e usufrui de suas possibilidades, entre outros aparelhos.

#### 4. ODETE - 64 anos, branca, viúva, espírita.

É uma pessoa de bem com a vida e está sempre bem arrumada. É alegre, tem uma voz com uma extensa tessitura vocal. Gosta de se dedicar ao artesanato e vendia seus trabalhos em sua casa e na feira de artesanato da Avenida Bento Gonçalves, aos domingos. Mora sozinha; tem um filho que está se formando em Agronomia. Tem sérios problemas de visão, mas mesmo assim não deixa o sorriso se apagar de seu rosto e estampa a esperança de dias melhores com a cirurgia nos olhos, que espera há quase dois anos.

5. PAULO - 70 anos, branco, divorciado, católico.

A música sempre esteve presente em sua vida de uma maneira muito significativa. Seu pai era músico e formou um conjunto com ele (tinha uns seis anos, na época) e com seus dois irmãos um pouquinho mais velhos. Eles tocavam em sua cidade e no interior do Rio Grande do Sul. Fizeram muito sucesso. Paulo e o irmão do meio se tornaram músicos profissionais. Ele, além de cantar no grupo, faz os acompanhamentos em teclado, piano, violão e acordeom. Está sempre de bom humor. Mora sozinho, faz todas as tarefas de casa e ainda cozinha. Paulo tem dois filhos, duas filhas e uma neta de quinze anos.

6. ANTÔNIO - 74 anos, branco, casado, católico.

Mora com a esposa. Adora cantar e também está sempre bem informado sobre as notícias da atualidade. Às vezes se deprime um pouco, pois acha que já está velho. Tem um pouco de dificuldade para ouvir, mas participa ativamente do grupo, tanto em seu aspecto musical quanto de sua estrutura administrativa, para melhorias, sempre que necessário.

7. MARIA - 78 anos, branca, viúva, católica.

Mora com a filha e genro. Tem duas netas. Gosta muito de ler jornal e está sempre atualizada sobre as notícias. Gosta muito de cantar e sempre ouviu muita música durante sua vida. É tratada com respeito pela família. Precisou afastar-se do grupo por problemas de saúde, mas pretende ir ao último encontro do ano para confraternizar.

8. ISaura - 74 anos, negra, casada, católica.

Mora com o esposo, filha e filho. Apesar da diabetes, devido à qual tem que se preocupar com a alimentação, cozinha e cuida da casa. Quando criança, escutava pouca música. Todavia, na adolescência escutava todo o dia. Na vida adulta, de trabalho remunerado, também escutava muita música. Atualmente, ouve umas duas vezes por semana. Sua família a superprotege, talvez, conforme ela afirma, “por estar enxergando muito pouco”. Ao ser questionada sobre o que mudaria na sua vida atualmente, declarou: “me alimentaria melhor, de forma adequada”.

9. ELAYNE - 86 anos, branca, viúva, espírita.

Mora sozinha, e esta é uma de suas maiores reclamações. Diz que a solidão é muito triste. Encontrava-se em companhia de seu esposo quando ambos sofreram um acidente – foram atropelados por uma moto – há uns quatro anos. Nesse acontecimento não-normativo, ela perdeu seu marido e também sofreu consequências físicas, ficando com algumas sequelas

na coluna. Apesar disso, Elayne é uma fonte de energia maravilhosa. Adora cantar e diz que “se a música me agrada, também danço”. Tem dois filhos que moram em Porto Alegre e um deles costuma enviar para ela materiais sobre canto, do jornal da cidade. Sua família a trata com respeito, é superprotegida. Atualmente gostaria de se alimentar de maneira mais adequada; casaria com o mesmo companheiro; faria mais ginástica. Fez ginástica durante vinte anos e estudou música erudita, canto. Sua voz é educada e ela adora fazer solos e também declamar. Está sempre de bom humor, mas às vezes também chora quando lembra de sua solidão. Diz que, para ela, nossos encontros são tudo de bom e que espera com muito desejo chegar o dia do ensaio. Apesar de todo o seu bom humor, às vezes ouvimos frases como: “Na minha idade, não dá mais tempo”, referindo-se a ter outra profissão. Também responde de forma cômica, como quando questionada se colocaria mais música em sua vida: “Não dá prá colocar mais, já está cheia”. Em suas prioridades encontramos: “Amor, saúde, amigos, música e família”.

10. DARLENE - 53 anos, branca, casada, católica, curso fundamental.

Senhora de meia idade muito elegante e jovial. É grande incentivadora do grupo tanto nos ensaios quanto nas apresentações. Darlene, apesar de ter menos idade que os demais, diz ter grande admiração pelos idosos e que para ela é muito gratificante fazer parte desse grupo.

11. TERESINHA - 76 anos, branca, casada, católica, curso fundamental.

Essa senhora, juntamente com a diretora da Associação, convidou-me para participar do grupo. Então surgiu a ideia de criar um grupo vocal para proporcionar lazer, bem como um relacionamento mais afetivo entre seus membros, baseado no diálogo e em momentos de arte e cultura. Teresinha foi sempre uma grande entusiasta com as atividades do grupo e, como membro da diretoria, sempre nos brindava com seu especial cafezinho, oferecido no intervalo do ensaio.

Na análise de dados não foi levado em consideração o tempo cronológico e sim um agrupamento de dados conforme seus possíveis significados. Esta pesquisa, sendo qualitativa, não busca obter resultados generalizáveis, aplicáveis a toda e qualquer situação similar. Isso implica também uma compreensão da concepção de conhecimento como instância dinâmica e sempre em transformação, matizada pela subjetividade de quem a constrói.

Para diferenciar as falas dos participantes da pesquisa, das citações bibliográficas, optei por alinhar as primeiras à direita e grafadas em itálico, de modo a proporcionar através



da imagem uma intenção de movimento e afetividade, pela dialogicidade através dos elementos utilizados para a coleta de dados. Essa diagramação informal, portanto, sugere a informalidade da fala.

Selecionei algumas falas dos idosos e sua relação com a solidão e o lado negativo do envelhecimento, e o lado saudável que pode advir de uma postura ativa, esperançosa e alegre.

*A impressão que tenho é que, quando se envelhece, as coisas vão fugindo de nossas mãos, há um vazio interior dentro de nós, velhos ou idosos.*  
(MAGALI)

*A terceira idade, o natural, pra todos, as pessoas vão se afastando. Vai chegando a idade e as pessoas vão se afastando...*  
(ANTONIO)

*A música é maravilhosa e eu me sinto leve, e esqueço de todos os problemas, enfim, parece que estou em outra dimensão da natureza.*  
(MARIA)

*O encontro desta data, que marcou o reencontro do grupo vocal da Associação dos Diabéticos de Pelotas, marcou mais uma vez tudo aquilo de que a sociedade está carente. Pois se escuta o que se faz necessário nos dias de hoje.*  
(ANTÔNIO)

Procurei trabalhar atividades musicais com os idosos, de forma que eles pudessem exercitar o processo de ressignificar, reelaborar, recriar o seu modo de ver, fazer as situações-problema num processo de ação, reflexão-ação, interpretação-transformação, para melhorar sua qualidade de vida. Apesar de as atividades com música não terem como objetivo principal o desempenho técnico ou a *performance*, chegamos a um nível de trabalho técnico-interpretativo que nos possibilitou a apresentação em público.

A música é um bem cultural e seu conhecimento não deve ser privilégio de poucos. Funciona como um elemento importante para estabelecer a harmonia pessoal, facilitando a integração, a inclusão social e o equilíbrio psicossomático.

Magali fala-nos sobre sua experiência no grupo:

*Hoje estou feliz, somos todos iguais, não existe concorrência, existe, sim, igualdade, amizade, coleguismo, e somando tudo isto, me traz muita paz e harmonia, principalmente da Sônia, que passei a ter contato mais direto com ela. É excelente, alegre, astral bem alto, e isso nos dá muita segurança e vontade de realizar coisas muito melhores, nosso coral tem muito a prosperar com o 'todo' graças à harmonia e o conjunto de todos nós. Obrigada, Sônia Cava, por essa oportunidade que nos dá, que Jesus te proteja e te inspire cada vez mais e que a tua alegria e dinamismo se*

*espalhem não só para os idosos mas também para todos que precisam ser felizes.*  
(MAGALI)

As atividades musicais coletivas favoreceram o desenvolvimento da socialização, estimulando a compreensão, a participação e a cooperação. A opinião de Américo corrobora: “Fiquei contente por ter retornado, ser bem recebido, não esperava por essa recepção. Eu cheguei abatido, sem graça, mas no decorrer do ensaio me senti feliz com meus colegas que me dão força, porque quando a gente tá fraco aí fica forte”.

Os encontros com o grupo vocal propiciaram uma possibilidade de viver a velhice com maior qualidade de vida; de fazer novas amizades e reencontrar velhos amigos, de ocupar o tempo livre, de desenvolver uma vida social ativa, de dissipar velhos bloqueios de participação.

Encarar essa fase etária sob esse prisma faz com que os idosos tenham novas expectativas acerca de suas capacidades e também deem um novo significado para suas vidas. Assim se posicionou Teresinha a respeito de sua participação no grupo vocal: “Estou muito feliz em voltar a cantar com o coral da Associação. A música faz bem à alma e alegra o nosso coração”.

Procurei trabalhar com uma visão eco-musical, na qual a música é um instrumento de intervenção social – ou seja, não se tem como única finalidade a dimensão estética. Nossos encontros para ensaiar nosso repertório passaram a ser *locus* de transmissão de valores, de experiências, de imagens que ultrapassam a esfera musical e atingem a vida dos participantes como um todo. A aprendizagem eco-musical abrange conhecimentos baseados na educação ambiental, na educação estética e na educação musical propriamente dita.

Dialogar com os idosos, refletir sobre suas maneiras de ver a vida, é um modo de questionar acerca da produção de subjetividade que existe em nossa cultura sobre o processo do envelhecimento. Odete fala do bem-estar que sua participação no grupo lhe proporciona: “Estou mais disposta e mais alegre depois de cantar e me mexer”.

Criamos, em relação ao envelhecimento, uma subjetividade recebida e consumida desde a mais tenra idade. As pessoas, como vimos anteriormente, relacionam a velhice com perdas, doenças, solidão, improdutividade e morte. Colocam o idoso para além do humano, fazendo-o sentir-se fora da humanidade. A velhice nos faz refletir sobre a consciência do tempo, da existência e da morte.

A inatividade pode trazer problemas de depressão e baixa autoestima. É preciso que o idoso reorganize o tempo desocupado, no sentido de mudar o estilo de vida e atitudes, buscando a satisfação e o prazer de viver.

O idoso pode aproveitar seu tempo livre de várias formas. Uma das vantagens de ter mais tempo livre é a possibilidade de participar em atividades de lazer quase impossíveis de frequentar em outras épocas, como, por exemplo, os eventos sociais. Ferrari (1996) salienta, como atitudes sociais de lazer, os centros de convivência, os grupos de idosos, os clubes de terceira idade, entre outros similares. Estes facilitam as interações e transformações sociais, pois nesses centros as pessoas se conhecem, redescobrem-se, trocam experiências, vivem, sonham, ajudam-se. Dessa forma, as atividades de lazer tornam-se imprescindíveis para o bem-estar dos idosos. Notamos estas considerações na fala de Darlene:

*Quando chega quinta-feira que nos reunimos para ensaios, é o melhor dia da semana para mim, pois junto aos colegas e principalmente a ti, Sônia, me sinto muito feliz e sou capaz até de esquecer meus problemas e preocupações por algumas horas. Sônia, sou muito grata a ti pela paciência e dedicação que tens conosco! O dia que não podes vir a gente até canta, mas não é com a mesma alegria e euforia de quando tu estás presente. Por isso espero que o nosso coral nunca acabe, pois vai ser muito triste, sem as nossas músicas as quintas-feiras não serão mais as mesmas.*

O lazer atua como forma de resgate do ser humano, proporcionando novas formas de socialização. Portanto, pode ser visto como ferramenta para a educação. Pode levar à conscientização pessoal e socioambiental, fazendo com que as pessoas assumam um compromisso consigo mesmas, com a sociedade e com o meio ambiente. Possibilita ao idoso, segundo Gáspari (2005, p. 72),

ressignificar emocionalmente seu lazer nesta etapa de vida, revertendo atitudes cristalizadas, valores, comportamentos e condutas que exterioriza, tendo como parâmetros suas opções e preferências pessoais, deixando fluir a espontaneidade, a alegria, o prazer de viver e o elemento lúdico que lhe é inerente, redefinindo os níveis qualitativos de sua existência.

Paulo, participante do grupo vocal, diz: “Esses encontros do grupo para mim têm sido momentos de completa descontração e proporcionam muita harmonia, alegria e amor entre os componentes do grupo”.

Nota-se, atualmente, uma tendência dos meios de comunicação em sugerir formas de comportamento, postura corporal, hábitos de trabalho, como se fossem um novo mercado em desenvolvimento: a indústria do rejuvenescimento.

O consumismo no campo do lazer tende a gerar falsas necessidades. A sociedade de consumo e a indústria cultural, dentro dessa abordagem consumista, podem interferir, influenciar, apossando-se do tempo disponível das pessoas para as atividades de lazer consumista. Os idosos devem ser preparados não para eleger produtos, e sim caminhos, devem ter liberdade de conceber e realizar projetos, de construir o lazer e não só de consumi-lo. Dessa forma, o tempo e a atitude estão implícitos, indissociáveis na dimensão e no entendimento do lazer.

Na velhice, como comentei anteriormente, pode-se encontrar muitas perdas, tais como a dos papéis sociais, de funções do organismo, de pessoas queridas. É, portanto, importante que o regente proponha atividades de musicalização e canto coral para além do lazer, constituindo-se numa atividade de descanso mental (relaxamento mental e até terapia) e também uma forma de desenvolvimento pessoal, em que são aperfeiçoados conhecimentos e adquiridos novos saberes. Com relação a esse aspecto, João declara: “Hoje sinto-me bem, um lindo dia de sol, e eu sempre que compareço ao ensaio do nosso vocal, pelo bom ambiente proporcionado pela Prof.<sup>a</sup> Sônia, sinto muita animação. Terminei o ensaio cansado, mas valeu a pena, pois voltei para casa com a alma leve”.

Isaura também fala sobre o bem-estar após os ensaios do grupo:

*Eu gosto muito das aulas de música, acho que é muito importante a gente aprender a cantar. Por iniciativa da professora Sônia, que formamos o coral da associação dos diabéticos, foi ótimo! É um grupo muito amigável e cada vez chegam mais pessoas para fazer parte do nosso grupo e, aos poucos, estamos mais afinados e felizes.*

O grupo vocal pode funcionar como um excelente divertimento e terapia, atuando sobre o corpo e as emoções, colaborando para aumentar a autoestima.

Nesta pesquisa percebi que a música acompanha a humanidade desde longínquas eras. Liga-se a música a mitos e percebe-se que tanto uma quanto o outro só se explicam por eles mesmos. Durante toda a história da humanidade pode-se notar que a música e/ou seus elementos – som, melodia, ritmo e harmonia – podem facilitar a comunicação, relação, aprendizagem, mobilização, expressão, organização servindo para atender necessidades físicas, emocionais, mentais, sociais e cognitivas.

Através da música e sua prática, podem-se desenvolver potenciais e restabelecer funções do indivíduo, para que possa alcançar melhor integração intrapessoal ou interpessoal e, conseqüentemente, melhor qualidade de vida, pela prevenção, restabelecimento e descoberta de novas potencialidades.

Para que alguma coisa mude em nossas vidas, é preciso fazer diferente: através do pensamento, da maneira de agir. Por meio da música, pode-se provocar um estranhamento, um choque cultural de nossa rotina, que nos leva a querer “levantar o véu do familiar” ou da “distância cultural” e, posteriormente, proporcionar-nos um entranhamento (SILVA, 2006) em seus elementos constitutivos, fazendo-nos criar coisas novas que nos propiciem momentos de redescoberta, sensações novas, renascimento, incentivo, alegria, passando, por fim, ao retorno a si mesmo, revelador para a compreensão dos sentidos e das percepções de outros.

De acordo com Faustini (apud BRÉSCIA, 2011, p.61), a necessidade social do homem de seu aceite por uma organização e de pertencer a um determinado grupo para o qual contribua com seu tempo e talento, é amplamente satisfeita pela participação num grupo coral. Esse grupo lhe dá grande satisfação e prazer em suas realizações artísticas, beneficentes, desenvolvendo um orgulho sadio por estar a sua pessoa relacionada a um grupo. No microsistema, encontramos as seguintes falas: “Eu me sinto muito feliz quando estou cantando. É muito bom para a saúde da gente” (ISAURA). “A música para mim é um ato de oração, elevação a Deus, através do dom que ele nos deu. Ela faz parte tanto na hora triste como na hora alegre... Ela pra mim tá sempre presente” (MAGALI).

A imersão e o fazer musical não são somente experiências de ocupação do tempo ocioso. Transbordam para outros momentos da vida, repercutem na organização das subjetividades dos idosos. A música contamina a vida cotidiana, determinando ritmos, preenchendo vazios, construindo sentidos.

A música, mais que um objeto sonoro, também pode simbolizar, representar ou evocar. Quando escutamos ou cantamos uma música, nos entusiasmos seja com a melodia, harmonia, ritmo, timbre ou letra, conseguindo através de nossas reações físicas e emocionais melhorar nosso autoconhecimento.

Uma música predominantemente rítmica, como comentado anteriormente, atua diretamente em nossos membros, levando-nos ao movimento e à dança. Uma música de caráter essencialmente melódico pode nos levar a um estado contemplativo e poderia ser comparado a uma fala sem palavras.

Perguntei ao grupo de idosos: se Sônia fosse música, qual seria? Pode-se notar que as músicas escolhidas representam a percepção dos idosos do grupo vocal em relação à regente. “Olha, eu acho que seria uma música bem alegre, dessas que a gente grava com facilidade a letra... Bem alegre e bem agradável de ouvir” (JOÃO). Penso que ele se refere ao prazer que sentimos em estar com o grupo para desenvolver as atividades de aprendizagem através da música, para nos sentirmos mais calmos e, ao mesmo tempo, energizados para procurarmos o

nosso espaço de agir e ser feliz. “Seria uma carnavalesca, porque ela gosta muito de sambar [risos]” (AMÉRICO).

Procuramos cantar canções alegres, que passem uma mensagem positiva de amor à vida, à natureza e à harmonia entre todos os seres do planeta.

Magali nos fala sobre os sons que não lhe fazem bem: “Eu não gosto de sons dessas músicas atuais de jovens, eu detesto. São muito perturbadoras para o espírito”. Podemos notar aqui que alguns elementos dessas músicas não lhe fazem bem. Pensamos que talvez sejam as dissonâncias ou a intensidade excessiva dos sons.

Uma vez que o homem é um ser social, são importantes as relações com os outros e com atividades que possam inspirar o aumento da autoestima e da autoconfiança. Uma de nossas coralistas confirmando essa declaração: “Ah! Eu percebo assim, que a gente tem muita união, muita amizade, carinho uns com os outros, uma coisa maravilhosa, né?” (DARLENE).

O homem é um ser rítmico; a partir do próprio bater do seu coração, bem como dos movimentos respiratórios, consegue através do ritmo atingir as esferas instintivas da pessoa, por ser o ritmo essencialmente primitivo. A melodia, por sua vez, é muito importante e eficaz para a exaltação. Vejamos a opinião de Magali:

*Ah, eu acho muito necessário, porque dependendo da nossa idade, conforme nós vamos envelhecendo, a música nos levanta o astral, nos dá ânimo e nos enche de grandiosidade, elevação, principalmente músicas suaves, músicas que tocam a gente, nos dão saudade do passado. Faz recordar o passado, viver o presente e sonhar com o futuro.*

As atividades musicais em grupo apoiam o desenvolvimento da socialização, propiciando a compreensão, a participação e a cooperação.

Ao expressar-se musicalmente em atividades que lhes deem prazer, as pessoas podem demonstrar sentimentos, liberando suas emoções, desenvolvendo segurança e autorrealização.

A música, como vimos anteriormente, atinge a motricidade e a sensorialidade por meio do ritmo e do som, e por meio da melodia atinge a afetividade.

Foi percebido em estudos científicos que as pessoas evocam em imagens mentais lembranças ligadas a um determinado estado emocional. Dessa maneira, as manifestações subjetivas e psicológicas próprias a esse estado emocional costumam se reinstalar. Pode-se dizer que a reevocação não é somente uma recordação dos sentimentos, mas uma reorganização cognitiva que leva o indivíduo a sentir e ressignificar seus estados emocionais.

*Eu prefiro as músicas que falam de história de vida, as músicas ligeiras também, os sambinhas que eu mais me entusiasmo e as músicas do meu tempo, da jovem guarda, é bacana. Gosto também da música clássica que nós cantávamos, que nos conduz para outro tempo mentalmente. E também aquela outra que nós cantávamos em espanhol, não me recordo o nome dela agora (JOÃO).*

Rimé (1993) aborda a diferença entre a experiência emocional que atinge o indivíduo quando ele está no centro (ou quando ele é o centro) de uma situação que diz respeito à evocação da emoção do outro. É o que propõem, por exemplo, as canções que fazem parte do repertório dos idosos do grupo vocal, as conversas, ou as confidências realizadas durante os ensaios. O motivo de se procurar a reevocação emocional do outro é que esta é uma emoção social e linguisticamente estruturada, uma experiência emocional já organizada. Dessa forma, corroborando esse posicionamento, Vigotsky (2000) diz que se aprende com o outro como reagir e interagir com as emoções.

Nas palavras de Paulo percebemos as vivências e os estados emocionais que ele sente quando se refere a suas experiências com a música: “Eu diria que em quase toda minha vida eu fui surpreendido pela música, sempre ela me proporcionou as melhores coisas da vida em todos os sentidos. Então pra mim é um grande privilégio, um grande presente de Deus em minha vida, foi a música”.

A imaginação contém o atributo de elasticidade, e leva à atividade criadora, possibilitando a criação artística, científica e sentimental. Reelabora, recria uma outra realidade. Percebe novos significados, novas ideias e conceitos, rompendo com o espaço-tempo de seu entorno.

A capacidade de imaginar contribui para a constituição de um sujeito autônomo, criativo e livre. Imaginar algo significa transformá-lo, criar algo novo. Para poder transformar a realidade, na prática, deve-se saber transformá-la mentalmente, e essa exigência é cumprida pela imaginação.

Nos ensaios com os idosos procurei estimulá-los a conhecer as possibilidades de seu corpo na produção de sons e as posturas possíveis para a prática musical. Eles são estimulados a eliminar tensões que prejudicam o fazer musical, mas também o corpo e o ser como um todo. A mudança na relação com outras pessoas e com o próprio corpo pode proporcionar transformações na maneira como o idoso se percebe; ele sente que é capaz de fazer algo que é difícil e belo, ele se valoriza, ele é valorizado por quem o observa fazendo música. Nas apresentações, o contato com o outro causa um aumento de autoestima, de diferenciação, de criação de identidades, construção de sensibilidades e alteridades.

Nossos idosos se expressam da seguinte maneira a respeito dos benefícios que sentiram em suas vidas: “Ah, sem dúvida! Ela atíça a imaginação da gente, motiva a gente. A música é fundamental pra mim” (JOÃO); “Uma alegria muito grande, um prazer, uma terapia” (ISAURA); “[...] Porque a música na terceira idade proporciona alegria, contentamento a todos. Isso tá provado, inclusive hoje em dia, dos benefícios que a música proporciona” (PAULO); “Sim, porque eu fico muito contente em cantar, a gente se sente bem... assim” (MARIA); “Música é alegria, vida. É alegria na vida da gente, música é tudo” (DARLENE); “Ah sim! Ela nos melhora a qualidade de vida no momento em que a gente traz qualquer problema de casa, cansaço, tristeza, mágoa, incomodações... Ao chegar aqui no ensaio, a gente esquece todos os problemas. Então retorna pra casa com outro astral” (MAGALI); “Ah, ajuda, ajuda o humor, a gente aprende a respirar certo, né? Porque a gente faz aqueles exercícios pra poder cantar” (DARLENE).

E João ainda apresentou os seguintes depoimentos:

*Acho, porque a gente se exercita, a gente se desinibe, e eu sou um adepto de que a pessoa deve se preparar para a velhice. Então, a música é um ótimo exercício para isso. Então, a música é fundamental pra mim, até aqui no nosso grupo vocal, porque a gente tá sempre exercitando a memória.*

*Música é uma prece para mim, né? Gosto muito de música!... Passo no computador. Só ponho o nome do cantor, sou fã do Elvis Presley, é o meu cantor, e do André Rieu, esses dois são fabulosos. Então quando eu tô meio vacilante, vou escutar uma música deles que me anima.*

A música, como comentamos anteriormente, é uma forma de educação e de expressão encontrada em toda a história da humanidade e em todas as comunidades. Os sons, a música, nos acompanham em vários momentos de nossas vidas, nos alegrando, energizando, nos fazendo relaxar, sonhando por um mundo melhor para se construir e usufruir.

A música pode chegar a todos, independentemente de idade, religião, raça, sexo ou nível econômico. Ela está disponível a qualquer momento, sendo, inclusive, grátis. Pode ser produzida naturalmente com a voz, as mãos, os pés, ou com a ajuda de um instrumento musical. Pode ser dada e recebida. É uma fonte de entretenimento e também um recurso de crescimento e desenvolvimento humano.

Nos ensaios do grupo vocal, procurei conjugar a educação musical com a educação estética e a educação ambiental, a qual passo a chamar educação eco-musical. A educação musical favorece o aparecimento de sensações e habilidades em nível motor, sensorial, emocional e intelectual, pois, de acordo com Sekeff (2002), pode evocar, associar e integrar



experiências. A educação ambiental é uma prática educativa baseada em cultura e informação, mas com caráter reflexivo, político e com possibilidades de transformação social, de contribuir para a formação de sujeitos mais críticos e mais fraternos, construtores de novas maneiras de ser e de fazer, com base na justiça e solidariedade, visando a uma educação integral relacionada à totalidade do sentir-pensar-fazer humano (LOUREIRO, 2006).

A educação estética estimula a criação de capacidades e habilidades, aquisição de novas percepções que possibilitam uma relação homem-natureza-mundo com mais harmonia, criatividade e solidariedade.

Para Paulo Freire, há uma relação indispensável entre a atividade educativa e a esperança. O autor diz que aprendemos com o corpo todo, que ciência e arte caminham juntas, que a afetividade, a amorosidade, a sensibilidade são fundamentais para o aprendizado. É necessário valorizar todas as formas de vida, promovendo a cultura da paz e da sustentabilidade para todos e todas.

Para o coralista Antonio, a educação eco-musical engloba “sentimento, intelectualidade, grande influência nos meios sociais; é necessária para a tranquilidade e saúde, e aproxima as pessoas no bem-estar”.

Escolher uma perspectiva estética na educação não implica formar artistas, mas construir uma educação que tenha a arte, ou mesmo as atividades expressivas de arte, como aliadas na relação ensinar-aprender. Estética é expressão de flexibilidade, sutileza, diversidade de formas e vivências.

A música, como pude analisar, tem grande poder de transformação, tanto no indivíduo quanto no ser humano social.

Para que ocorra a aprendizagem é preciso que haja um relação com as experiências, interesses, emoções e valores do homem. A aprendizagem é um processo ativo, que leva a pessoa a adquirir novos conhecimentos, novos hábitos, possibilitando assim novas percepções acerca dos conhecimentos e hábitos anteriormente adquiridos. A música, favorecendo o impulso da vida interior e as principais faculdades humanas – a vontade, a sensibilidade, o amor, a inteligência e a imaginação criadora – é considerada fator cultural indispensável.

Nas palavras da participante Maria, percebemos a importância de novas aprendizagens em sua vida: “Ah, não sei explicar, mas que é muito bom, é, eu me sinto muito bem participando desse coral, sempre tive vontade, nunca tive oportunidade, e agora aqui surgiu”.

A aprendizagem é uma atividade, e está associada aos sentimentos e às emoções. Não deve, pois, propor uma prática que negue, reprima, exclua, censure, subordine, marginalize a imaginação, a vida afetiva dos alunos, mas sim, uma prática que transforme a imaginação e a

afetividade em mobilizadoras da atividade. Neste trabalho de pesquisa-ação com o uso da música na busca por qualidade de vida, faz-se necessária uma abordagem integrada com a educação ambiental, pois somos parte de um todo que necessita de equilíbrio, harmonia e cooperação.

O educador deve tornar clara sua posição e responsabilidade social no processo da educação, senão poderá agir na posição conservadora de produtor e transmissor de conhecimentos e de valores vistos como ecologicamente corretos, sem o entendimento de que estas são medidas sociais e culturais. Procurei, em nossos encontros com o grupo vocal, adotar condutas que proporcionassem momentos de arte, cultura e lazer com base nos princípios da educação ambiental emancipatória, em que os idosos se sentissem agentes de seu processo de criação, contribuindo para, junto com a regente, elaborarem seu plano de ação, com escolhas das atividades a serem desenvolvidas para o aprimoramento técnico e musical do grupo, bem como escolhas do repertório e dos locais e objetivos para as apresentações públicas. Agindo dessa maneira o educador musical ou regente está possibilitando o estímulo sensório-motor do idoso, ajudando-o a despertar e desenvolver a memória musical, a interpretação, a criatividade e a percepção auditiva. A utilização do lúdico no contexto socioeducativo possibilita aos idosos se tornarem agentes da construção de seus conhecimentos de maneira espontânea, prazerosa, interagindo e se socializando de maneira mais satisfatória, o que pode ser comprovado nas falas transcritas a seguir: “Nossos encontros têm sido maravilhosos. Sinto muita harmonia e amizade” (ODETE); “Nossos encontros para mim tem sido maravilhosos, é muito gratificante conviver contigo e com os colegas; sempre gostei muito de cantar e, tendo uma orientadora como tu, a gente vai longe. Quando nos reunimos me sinto muito feliz, é como se a gente já fosse amigos há muito tempo” (DARLENE).

O educador ambiental deve ter consciência da diferença entre a educação ambientalista conservadora e tradicional e a educação emancipadora e transformadora.

A educação ambiental, como fonte de inspiração e ação para possibilitar transformações sociais, deve estar embasada no diálogo, no exercício da cidadania, no fortalecimento dos sujeitos, na criação coletiva para estabelecimento das regras sociais, na superação das formas de dominação capitalista, na compreensão do mundo e da vida em sua complexa estrutura física e espiritual.

A música representa uma expressão da humanidade e, assim como a educação, pode servir para a relação dialógica e transformadora, “superando toda e qualquer injustiça,

preconceito ou submissão”; ou ao contrário, pode ser “utilizada para manter uma ordem dominante, preestabelecida, excludente, que não deve ser contestada” (PADILHA, 2007, p. 52).

*O coral em que estou participando, da querida professora Sônia Cava, abriu-me um grande horizonte de paz e satisfação, pelos momentos vividos no grupo de pessoas simples, amigas e cordiais. Além da música, há um “relax” antes de cantarmos que nos traz muita paz e satisfação. Particpei de outros corais, mas dentro deles havia disputa entre os coralistas, e por isso, não gostando da forma e dos procedimentos entre eles, afastei-me. Hoje estou feliz, somos todos iguais, não existe concorrência, existe, sim, igualdade, amizade, coleguismo, e somando tudo isto, me traz muita paz e harmonia, principalmente da Sônia, que passei ter contato mais direto com ela. É excelente, alegre, astral bem alto, e isso nos dá muita segurança e vontade de realizar coisas muito melhores. Nosso coral tem muito a prosperar com o ‘todo’ graças à harmonia e ao conjunto de todos nós. Obrigada, Sônia Cava, por essa oportunidade que nos dá, que Jesus te proteja e te inspire cada vez mais, e que a tua alegria e dinamismo se espalhem não só para os idosos mas também para todos que precisam ser felizes. (MAGALI)*

As qualidades estéticas são percebidas quando refletem expressão da essência do próprio homem, desvinculado da significação utilitária da obra. A partir dessa sensibilidade estética, o homem pode dar significação humana ao que ele não transforma ou não cria diretamente, como por exemplo, a natureza. Pode-se dizer que, transformando a natureza exterior, o homem constrói um mundo humano a sua maneira e, nesse processo, transforma a si mesmo. O meio fundamental dessas transformações é o trabalho, na medida em que o homem acrescenta ao seu ser biológico-físico o seu ser social. “A música me ensina a sorrir se estou triste, a música faz esquecer os momentos que não são alegres na vida” (ANTONIO).

Enfatizo as idéias de Estévez (2009), que destaca duas razões importantes para que a educação estética seja utilizada no processo ensino-aprendizagem: o crescimento do fator subjetivo na sociedade e a intensificação dos processos sociais. A educação estética proporciona que se perceba e sinta profundamente a beleza da realidade. A educação estética se manifesta quando os conhecimentos adquiridos se transformam em condutas e convicções, e seu aprendizado segue por toda a vida. Na educação estética, o foco principal é a cultura dos sentimentos. Para a sua formação contribuem tanto a natureza como as coisas criadas pelo homem, o próprio trabalho, a beleza das ações humanas solidárias concretas, as obras de arte, entre outras. O segundo objetivo consta em desenvolver e afirmar o lado da sensibilidade do homem em suas atitudes perante os outros homens e a si mesmo, frente à realidade.

A arte é um dos meios mais poderosos para que se desenvolva a educação estética, com uma nova atitude criadora frente ao trabalho. Outro meio de educação estética desenvolvida no trabalho com o grupo vocal dos idosos dá-se no vínculo com a educação moral, já que o sentido de dever e responsabilidade perante si, os demais e a sociedade são expressões de beleza espiritual.

“É uma felicidade muito grande rever a professora Sônia e os colegas que há tempos não via. A música alegra a nossa vida, nos dá tranquilidade e nos deixa muito felizes” (TERESINHA).

O estético e o ético estão unidos por múltiplos vínculos no desenvolvimento do homem, a tal ponto que não podemos separá-los. Sentir admiração pelo belo, pelo humano em si próprio, é a lógica da educação estética. O bom, o belo e o humano são expressões que determinam, em si, um profundo sentido ético-estético; a beleza enobrece os sentimentos do indivíduo, educa-o e forma seu mundo interno. Essa questão é complexa e compreende diversos aspectos: os estímulos estéticos, nas relações sociais e na conduta do homem; as normas morais como a expressão mais alta da beleza moral; a beleza do homem que trabalha; a cultura do trato e as boas maneiras; o domínio de si mesmo; o tato e a cortesia; o papel do exemplo pessoal na conformação dos princípios estéticos, etc.

*As ações e propostas do fazer musical desenvolvidas nas oficinas de música propiciavam a participação ativa dos membros envolvidos através das atividades mais diversas como citado no enunciado. Estas, pensadas para a população específica, sempre apresentaram bons resultados e notável contribuição para a melhora da qualidade de vida dos envolvidos, que além de expressarem isto com assiduidade, usavam do afeto, do olhar e das palavras para além das participações mais excêntricas (EZEQUIEL).*

Esta pesquisa abordou aspectos relacionados à importância da música na vida dos idosos, na prática de cantar em grupo em sua vida pessoal, na relação com as pessoas e com o mundo.

Procuramos discutir como o grupo vocal se configurava como atividade de lazer e as relações intersubjetivas que eram formadas através da cooperação, bem como a promoção da educação musical, a integração interpessoal, a inclusão social, a motivação, a criação dos laços de amizade e solidariedade na busca de uma velhice bem-sucedida.

*Meu nome é Maria..., tenho 78 anos e faço parte deste grupo amigo do coral dos diabéticos de Pelotas; que bom que surgiu esta oportunidade de aprender a cantar, graças à iniciativa da professora Sônia, à qual sou muito grata, pois a música é uma bênção na vida das pessoas, sem distinção de idade, pois sempre é tempo de aprender.*

A proposta de educação musical com pessoas idosas pode promover o resgate da memória, uso da criatividade, facilitar a expressão, desinibir, favorecer a comunicação, aumentar a autoestima. De forma lúdica, as atividades desenvolvidas podem abrandar o excesso de autocrítica, desfazer preconceitos, favorecendo a saúde físico-mental dos coralistas e concorrendo para a melhoria da qualidade de vida.

A prática musical através do canto coletivo gera o desafio de integrar diferenças, tratando-se com variados níveis de conhecimentos e capacidades.

Desenvolver a autoestima é nos sentirmos competentes, nos gostarmos, nos valorizarmos. Em nossas oficinas de música desenvolvemos aspectos relacionados ao relaxamento físico e mental, alongamento corporal, respiração diafragmática, técnicas de emissão vocal, articulação, ressonância, socialização e preparação de repertório musical variado (do erudito ao popular) culminando com apresentações públicas.

*Eu gosto muito das aulas de música; acho que é muito importante a gente aprender a cantar, por iniciativa da professora Sônia que formamos o coral da Associação dos Diabéticos, foi ótimo! É um grupo muito amigo e cada vez chegam mais pessoas para fazer parte do nosso grupo e aos poucos estamos mais afinados e felizes (ISAURA).*

Desenvolvemos algumas reflexões, através da música e de nossos encontros semanais, no sentido de estimular o diálogo, para que possamos pensar em nossos acertos, nossos esforços e ao mesmo tempo buscar respostas conjuntas para os problemas da nossa vida cotidiana, em nossos lares, nas nossas relações com as outras pessoas e com o mundo em que vivemos.

Buscamos uma educação que humaniza e que procura superar a lógica de competitividade, da competência e técnica como únicas alternativas à educação com qualidade.

Em nossos ensaios com o grupo vocal procurei trabalhar a autoestima; o resgate da memória; o desenvolvimento da expressão verbal; a estimulação da criatividade e análise crítica; o aperfeiçoamento da comunicação; o desenvolvimento da relação inter e intrapessoal, procurando melhorar habilidades interativas com o grupo; o estímulo à habilidade de

planejamento e organização; a exploração de pensamentos; a promoção da receptividade e do relaxamento.

Para que alguma coisa mude em nossas vidas, é preciso fazer diferente: através do pensamento, da maneira de agir. Criar coisas novas que nos propiciem momentos de redescoberta, sensações novas, renascimento, incentivo, alegria.

## 4.2 Mesossistema

Em nossos encontros com o grupo vocal comecei a perceber o valor da integração dos alunos da Universidade Federal de Pelotas que participavam dos ensaios. Os discentes realizavam exercícios de técnica vocal, bem como exercícios de socialização e ensaios das músicas do repertório selecionado. Quando faltavam, os idosos sentiam sua ausência.

Cinco alunos que participaram ao longo da pesquisa contribuíram com suas ações e inter-relações, a perceber acerca do que é ser idoso e como a música pode contribuir para melhorar a qualidade de vida nessa faixa etária através do canto em grupo. Passamos à descrição destes alunos que, juntamente com o grupo vocal, formavam um microsistema. Recordando Bronfenbrenner, destacamos que no mesossistema analisam-se as relações entre contextos em que os indivíduos participam ativamente e de que maneira essas relações contribuem para a qualidade do grupo coral.

1. QUEZIA – 23 anos, branca, cristã protestante, casada, licenciatura em Música – UFPel;
2. MARILÚCIA – 55 anos, branca, religião indefinida, mãe, solteira, licenciatura em Música – UFPel;
3. JESSICA – 20 anos, branca, espírita, solteira, aluna de extensão da UFPel, guia de Turismo – SENAC .
4. DAVID - 23 anos, branco, evangélico, solteiro, licenciatura em Música – UFPel;
5. EZEQUIEL – 21anos, branco, agnóstico, solteiro, licenciatura em Música/Estudos Musicais – UFPel e Universidade de Coimbra.

Marilúcia declara ter observado que o grupo vocal agia com uma postura “mais ativa, participativa, interagindo com atividades que os tornam pessoas mais saudáveis, dispostas a terem uma vida mais dinâmica”.

Quézia, que participou do grupo orientando vários exercícios de técnica vocal, socialização e interpretação das músicas do repertório escolhido, comenta: “Eu vejo a terceira idade muito sensível em todas as áreas, seja na música ou emocionalmente”.

Jessica percebeu através das conversas com os idosos que muitos sofriam de solidão, sentindo-se muitas vezes desprezados por seus familiares, que não aceitavam suas opiniões em relação à educação dos netos, por exemplo. E acrescenta: “Acho que a terceira idade é desprezada por grande parte da população. Acredito que, mesmo com esse tabu, a terceira idade tem provado que ser mais velho é ter mais experiências, sabendo assim aproveitar mais a vida”.

David assim se expressou:

*Uma coisa é você ver e conversar com quem faz parte do grupo; todos se mostram pessoas totalmente pra frente, com disposição, alegres, sempre prontos a fazer qualquer atividade. A solidariedade com o grupo e com quem está chegando é fantástica, um lugar onde quem sabe dar valor só cresce e aprende, porque a bagagem é sólida e proveitosa.*

Nota-se nas falas dos alunos, anteriormente citadas, a percepção de uma terceira idade dinâmica, participativa, com uma bagagem de vivências e de conhecimentos que lhes possibilita viver, aproveitar a vida através da solidariedade, de novas experiências, da alegria.

Os alunos perceberam, por meio das atividades que desenvolvemos nos ensaios e apresentações públicas, alguma melhora na qualidade de vida dos idosos do grupo vocal e também dos idosos que formavam a plateia durante nossas apresentações públicas.

Para Elayne, a música tem sido muito significativa em sua vida. Ela declara que está sempre ouvindo música em sua casa, e quando vai para o ensaio, sempre sugere cantar quando o grupo começa a conversar demais. “Os ensaios das quintas-feiras voltaram, para alegria, pois para mim é muito prazer fazer parte do coral, que traz alegria, pois cantar e conviver com todos os colegas, para quem vive sozinha, com os meus 86 anos, cantar é o melhor”.

A percepção dos alunos na relação com o grupo vocal leva a destacar as seguintes observações sobre a promoção da qualidade de vida para esses idosos:

*A professora Sônia Cava sempre liderou muito bem o grupo. Muitas vezes alguns chegavam desanimados por motivos pessoais, daí a Sônia fazia uma atividade e eles já se animavam. Eles gostavam muito de fazer tudo, mas aos meus olhos, eles adoravam as marchinhas de carnaval e música popular brasileira. Creio que era porque muitas vezes eles lembravam do passado quando as cantavam. Realmente a melhoria neles era visível (QUÉZIA).*

*Eu acho que todas essas atividades e exercícios praticados são muito importantes para o desenvolvimento de uma boa saúde mental, intelectual,*

*física e motora. Todas as práticas são construtivas, principalmente para as pessoas da terceira idade. Com essas atividades, elas se tornam mais confiantes em si mesmas, deixando um pouco de lado aquela sensação de pessoas impossibilitadas de fazer algo em função da sua idade* (MARILÚCIA).

*Acho que os exercícios feitos fazem muito bem para eles, mas o que os faz brilhar mais é a música* (JESSICA).

*Tenho certeza de que toda atividade bem trabalhada e feita com carinho e afeto contribui em amplos sentidos para quem as desenvolve. A música, por si só, tem este poder de mudar climas, sentimentos e situações, não querendo ser puxa-saco, mas na forma com que a professora Sônia conduz e leva a sério sua prática, a docência, é algo que contagia qualquer ser humano; ninguém consegue ficar de fora das coisas que ela propõe* (DAVID).

*As ações e propostas do fazer musical desenvolvidas nas oficinas de música propiciavam a participação ativa dos membros envolvidos através das atividades mais diversas. Estas, pensadas para a população específica, sempre apresentaram bons resultados e notável contribuição para a melhora da qualidade de vida dos envolvidos, que além de expressarem isto com assiduidade, usavam do afeto, do olhar e das palavras para além das participações mais excêntricas* (EZEQUIEL).

De acordo com os depoimentos aqui registrados, as atividades desenvolvidas nas oficinas de música (ensaios) contribuíram para: levantar o ânimo do grupo; evocar lembranças de experiências já vividas; tornar os idosos mais confiantes; propiciar desenvolvimento de uma boa saúde mental, intelectual, física e motora. Propiciaram-se atividades desenvolvidas com carinho, afeto, gestos significativos de um encontro consigo e com o outro através da música.

Deve-se refletir que o significado da vida não está na negação do envelhecimento, mas na conscientização de que há uma existência plena a ser vivida, com e apesar das mudanças de ordem físico-psicológica e social advindas com o tempo. Existe hoje em dia, como se pode notar em contato com os idosos do grupo vocal, uma tendência de superar a maneira de ver a vida “mais velha” como inútil ou sobrepeso. Valoriza-se a experiência e os saberes, que podem proporcionar a oportunidade de aquisição de novos conhecimentos e manutenção da atuação político-social.

Os alunos que participaram do projeto destacaram a importância das experiências vivenciadas para suas vidas acadêmica e pessoal. Nota-se que os acadêmicos se sentiram atuantes e criaram nova subjetividade em relação à terceira idade:



*Como aluna da professora Sônia, sempre que pude ajudei ela, seja em às vezes fazer algum exercício, ou tirar xerox das músicas. Foi a minha primeira experiência musical com os idosos, e guardarei para sempre isso (QUÉZIA).*

*O que tenho a comentar é que toda a vivência que tive junto ao grupo me trouxe resultados muito significantes. Com eles eu consigo acreditar que a idade não restringe nossas vontades de realizações, basta termos saúde para levarmos adiante nossos desejos. Toda essa experiência junto ao grupo foi gratificante, no sentido de me sentir como contribuinte, colaboradora, nos momentos de descontração, integração, amizade e harmonia, que aconteciam a cada encontro realizado (MARILÚCIA).*

*Tem sido uma experiência positiva; eu gosto de idosos (JESSICA).*

*Foi algo inesquecível e marcou minha passagem, sem dúvida, no curso de música. Pude conhecer pessoas maravilhosas, ajudei, cantei, toquei, dei minha contribuição com muito carinho, mas tenho que admitir que fui muito mais ajudado do que propriamente ajudante, e serviu como bagagem tudo que ouvi e vivi lá (DAVID).*

*Minha experiência no grupo foi de extrema importância para minha aprendizagem musical e contextualização dos aprendizados da academia. A prática musical em conjunto, o fazer música com e para a comunidade, e especialmente para a terceira idade, é de fato uma experiência pela qual todo acadêmico de música deveria passar (EZEQUIEL).*

De acordo com Faustini (apud BRÉSCIA, 2011, p. 61), a necessidade social do homem de ser aceito por uma organização e de pertencer a um grupo para o qual contribua com seu tempo e talento, é amplamente satisfeita ao participar das realizações artísticas, beneficentes de um grupo coral, desenvolvendo um orgulho sadio. No microssistema, encontramos declarações como esta: “Eu me sinto muito feliz quando estou cantando. É muito bom para a saúde da gente” (ISAURA).

Em cada encontro com o grupo era meu objetivo escutá-los, ouvir suas histórias, seus sentimentos e suas expectativas em relação ao nosso ensaio. Procurávamos soluções ou opiniões dos idosos para fazermos reflexões, passando depois ao ensaio musical propriamente dito. Procurei fazer a conexão entre a educação ambiental e a música, unindo-as para obter respostas a nossas indagações, bem como propiciar novas perguntas para buscarmos novos caminhos.

No grupo dos alunos, bem como dos idosos, percebi a educação ambiental como uma possibilidade de proporcionar harmonia entre todas as formas de vida em nosso planeta. Cada um de nós, de acordo com nossas habilidades e possibilidades, pode contribuir para uma vida mais justa, feliz e sustentável para todos. Destaco as seguintes afirmações:

*Com certeza a música pode contribuir; a música é uma ferramenta de harmonia, nela mesma existe a harmonia. O próprio grupo da associação mostra isso. Há união, aprendizado mútuo (QUÉZIA).*

*A música tem sua parcela nessa contribuição, pois para mim, a música também se resume em uma evolução a partir da semente que plantamos (MARILÚCIA).*

*A música faz bem para a alma (JESSICA).*

*Cinco elementos estão ligados diretamente com Educação Ambiental, e estão penetrados dentro da música em vários sentidos e formas. Não vejo a música fora de nada que acontece no mundo; está interligada em tudo, mesmo que seja em segundo plano, mas não existe ação sem música. Os cinco elementos são:*

*Sensibilização: processo de alerta; é o primeiro passo para alcançar o pensamento sistêmico;*

*Compreensão: conhecimento dos componentes e dos mecanismos que regem os sistemas naturais;*

*Responsabilidade: reconhecimento do ser humano como principal protagonista;*

*Competência: capacidade de avaliar e agir efetivamente no sistema;*

*Cidadania: participar ativamente e resgatar direitos e promover uma nova ética capaz de conciliar o ambiente e a sociedade.*

*(DAVID).*

Notam-se nas falas dos alunos vários aspectos que ligam a música e a educação ambiental. Quézia diz que a música é uma ferramenta de harmonia e que o grupo vocal mostra isto através da união do grupo e aprendizagens mútuas. Ela propicia aprendizagens para além de informações, que podem gerar processos de formação de sujeitos ligados a uma vida baseada na ética e na estética, instituindo uma nova forma de ser, de compreender, de sentir e vivenciar uma postura crítica ante si mesmo e os outros, podendo enfrentar os desafios de seu tempo.

Nós, seres humanos, nos constituímos de natureza e cultura, transformando a natureza continuamente em cultura. Marilúcia faz uma comparação entre a música e a semente que plantamos, ou seja, ela faz uma ligação entre os elementos que fazem parte da vida natural e cultural, que, de maneira integrada, podem contribuir para uma evolução, no sentido de crescimento adequado para a felicidade e justiça no mundo.

Tal como os outros seres vivos com quem compartilhamos a mesma casa, o planeta Terra, fomos criados com as mesmas partículas ínfimas e com as mesmas combinações de matérias e energias que movem a Vida e os astros do Universo. Algo do que há nas estrelas pulsa também em nós. Algo que, como o vento, sustenta o voo dos pássaros, em outra dimensão de existência impele o voo de nossas ideias, isto é, dos nossos afetos tornados em pensamentos. Não somos intrusos no mundo, nem uma fração da Natureza

rebelde a ela. Somos a própria, múltipla e infinita experiência do mundo natural realizada como uma forma especial da vida: a vida humana (BRANDÃO, 2002 p.17).

A música “nos faz bem para a alma”, diz Jessica, remetendo-nos, mais uma vez, aos incomparáveis benefícios que a música pode trazer aos seres humanos e, comprovadamente, também aos animais e plantas.

O discente David menciona os elementos *Sensibilização, Compreensão, Responsabilidade, Competência e Cidadania*, relacionando-os à música. Assim ele afirma: “Não existe ação sem música”.

Em relação ainda ao mesossistema, citamos o microssistema formado pelos idosos participantes do grupo vocal e suas respectivas famílias, pois os idosos citavam várias vezes seus familiares, comentando sobre algum fato ocorrido no ambiente familiar durante nossos encontros para os ensaios musicais. Resolvemos, então, conversar também com alguns familiares para conhecer o que eles percebiam em seus idosos relacionado à participação no grupo vocal. Abaixo faço a apresentação deste grupo.

1. EDEMAR – 61 anos, branco, católico, casado, ensino médio, irmão do participante;
2. MARISA – 51 anos, branca, católica, casada, ensino médio, filha do participante;
3. ANGELA – 34 anos, negra, espírita, casada, ensino médio, filha do participante;
4. MAIQUEL – 33 anos, branco, espírita, solteiro, curso superior, filho do participante;
5. VANESSA – 31 anos, branca, católica, solteira, curso superior, filha do participante;
6. MARILU – 51 anos, branca, católica, ensino médio, esposa do participante;
7. JOÃO – 73 anos, mulato, espírita, casado, ensino superior; irmão do participante;
8. MARIDO DE DARLENE – 60 anos, branco, católico, ensino médio.

Apesar de não visitarmos os idosos em seus lares, conversamos com alguns familiares sobre eles, a participação no grupo vocal e os possíveis benefícios dessa prática para o seu idoso. Igualmente na fala dos idosos pudemos ver que sua participação no grupo vocal causava bem-estar para sua autoestima, principalmente por ocasião das apresentações públicas do grupo: maior entrosamento familiar, pois os idosos gostavam de relatar o que faziam nos ensaios, o que gerava conversa entre os familiares. Darlene disse que sua neta de dois anos gostava de imitá-la na execução de vocalizes. Isaura relatou que, por cantar durante suas tarefas diárias, era considerada a cantora da família.

Os familiares contactados disseram que gostavam de ter um idoso em casa, pelas seguintes razões: “Experiência e sabedoria adquirida ao longo do tempo” (MARILU); “Faz

parte do ciclo” (MAIQUEL); “Alegra a vida com sua experiência” (MARISA); “Pelo conhecimento que nos passa” (EDEMAR); “Por me identificar muito com idosos” (JOÃO).

Perguntei aos familiares, por meio de questionário, se notaram alguma modificação na saúde/e ou comportamento do seu idoso desde que começou a frequentar o grupo vocal, e assim responderam: “Sim, ela fica mais alegre, feliz, conta as novidades. Participa dos eventos” (ANGELA); “Sim, está mais tranquilo e relaxado” (EDEMAR); “Ficou mais alegre e está sempre cantando” (MARISA); “Maior interesse por estar em grupo com outras pessoas, interesse em fazer amizades” (VANEISSA); “Sim, está mais comunicativo, mais alegre e disposto” (MARILU); “Mais satisfeita e com mais entusiasmo, pois cantar faz parte da vida de minha esposa” (JOÃO).

A prática musical através do canto coletivo tem função de resgate de valores, o que gera o desafio de integrar diferenças, tratando-se com variados níveis de conhecimentos e capacidades. Em nossos ensaios procuramos discutir sobre a temática das músicas cantadas, bem como sobre a vida pessoal em relação à saúde, às relações familiares e sociais, entre outros assuntos.

Portanto, nesse tipo de trabalho, há envolvimento não só de habilidades e atribuições, mas de uma nova postura de perceber e o mundo e nele agir, motivando o idoso a descobrir seus talentos e assumir um papel mais ativo em sua vida.

No contato dos idosos do grupo vocal e algumas pessoas do grupo da administração da associação dos diabéticos, nota-se a integração entre eles, passando a constituir-se um novo microsistema. Esse grupo foi formado por:

1. LUCIMARA – 40 anos, mulata, católica, mãe, casada, curso superior (em andamento), estagiária;
2. IRACEMA – 49 anos, branca, mãe, casada, ensino médio, secretária;
3. MARIA – 55 anos, branca, espírita, mãe, divorciada, professora, enfermeira aposentada, diretora;
4. RICHARD – 43 anos, branco, espiritualista, primogênito, separado, curso superior em andamento, educador popular, administrador.

Durante nossos ensaios, algumas pessoas da administração da Associação dos Diabéticos de Pelotas nos dirigiam elogios por nossa “performance”, bem como preparavam lanches para o momento do intervalo do ensaio. Os idosos eram estimulados, por meio de elogios pelo desempenho musical, e algumas vezes eram fotografados durante os ensaios, o que lhes proporcionava alegria.

Procurei, por meio de questionário e conversas com os administradores da Associação, informações sobre a importância da música para o grupo vocal dos associados. Houve 100% de respostas “sim”, sendo os motivos exemplificados através das seguintes falas: “Motiva, estimula o desejo de viver” (MARIA); “Alegra, deixa eles muito motivados” (LUCIMARA); “Notória satisfação de alegria e desinibição” (RICHARD).

Esses depoimentos confirmam os benefícios que a música pode proporcionar às pessoas e, no caso desta pesquisa, às pessoas de terceira idade que participam do grupo vocal.

Perguntei aos administradores da Associação, por meio de questionário, se notaram alguma modificação na saúde ou no comportamento dos idosos do grupo vocal. Obteve-se 100% de respostas afirmativas, sendo os seguintes os itens que mais se apresentaram: alegria: 100%; autoestima: 100%; cooperação: 75%; maior socialização: 50%; respiração mais eficiente: 50%.

As respostas dos administradores da Associação dos Diabéticos de Pelotas participantes da pesquisa, baseadas em suas impressões sobre o que observavam nos ensaios e nas apresentações públicas, contemplam: aumento de autoestima, mais alegria e integração entre os idosos e com o público para o qual o grupo vocal se apresentou. Foi também destacada uma melhora na qualidade da respiração, emissão vocal e atenção, provavelmente por comentários dos participantes do grupo vocal, mas principalmente pela percepção do efeito sonoro obtido pelo grupo durante as apresentações públicas. No caso da escolha do item “Outros”, os administradores acrescentaram: “Mais cumplicidade pela associação dos diabéticos” (MARIA).

Essa cumplicidade foi entendida pelo fato de aumentar a participação dos idosos nas ações da Associação dos Diabéticos e a colaborarem mais em atividades administrativas, inclusive.

Ao perguntamos ao grupo de administradores como descreveriam a terceira idade, obtivemos as seguintes respostas: “São mais ativos, mais participantes da comunidade, estão entrando em projetos sociais, sentindo-se úteis para fazer mais o que podem” (IRACEMA); “Bem-informada, extrovertida e integrada” (RICHARD); “Um momento importante da vida, que deve ser celebrado e respeitado pelos familiares, amigos e sociedade de modo geral” (MARIA); “A terceira idade hoje em dia tem melhor qualidade de vida, são mais ativos e socializados” (LUCIMARA).

Na última pergunta sobre se gostariam de comentar acerca de mais algum assunto, apenas uma participante respondeu “sim”, e acrescentou: “A pessoa de terceira idade, quando é tratada com amor, carinho e atenção, vive mais tempo” (LUCIMARA).

De acordo com Maturana (2005, p. 23), a emoção fundamental que torna possível a história da hominização é o amor.

O amor é o fundamento do social, mas nem toda convivência é social. O amor é a emoção que constitui o domínio de condutas em que se dá a operacionalidade da aceitação do outro como legítimo outro na convivência, e é esse modo de convivência que conotamos quando falamos do social.

Passo a analisar a seguir o exossistema que se constituíu a partir de minha convivência com o grupo vocal dos idosos e os participantes colaboradores deste contexto.

### 4.3 Exossistema

O exossistema diz respeito a um ou mais contextos que não implicam a participação ativa dos membros do coral, mas eles são afetados pelas situações que ocorrem nesses contextos e que são trazidas a eles por alguém que participa desses contextos.

Durante a pesquisa conversei com pessoas que vivem em Pelotas e desenvolvem trabalhos de docência e regência de coral relacionadas à educação na terceira idade, mas que não participam diretamente do grupo vocal que analisei, mas os eventos que ocorrem os afetam, e vice-versa. Isso se deve ao fato de serem pessoas que eu admiro e por isso nos comunicamos trocando ideias e afetos. Participam desse grupo:

1. LÍGIA – 67 anos, branca, católica, mãe, avó, separada, revisora de textos em Língua Portuguesa;
2. ÉRICO – 84 anos, branco, não tem religião, viúvo, pai, professor de Artes Visuais;
3. YARA – 82 anos, feminino, branca, espírita, mãe, avó, viúva, professora de música, escritora, pintora;
4. SÉRGIO – 41 anos, branca, católico, pai, divorciado, musicoterapeuta.

Das ideias em conversas ou escritas destaquei os seguintes dados:

*Pelo que se pode observar, atualmente as pessoas que fazem parte da chamada “terceira idade” estão tendo um cuidado maior consigo mesmas e com o reforço de seus pontos fortes. Percebe-se que a “terceira idade” está disposta a transformar essa fase da vida em uma (a)ventura saudável, alegre, benfazeja. Além do que, há programas específicos para serem desfrutados por esse grupo etário, de modo a garantir que cada um ganhe um sabor especial a cada novo amanhecer. A terceira idade tem, hoje, um novo colorido, uma nova paisagem em suas vidas! (LÍGIA)*

Lígia, com suas imagens poéticas, transmite-nos boas vibrações para seguirmos a caminhada em direção à terceira idade. É interessante notar que a participante, que faz parte da mesma faixa etária, a vê como distanciada, lembrando que passamos por várias fases – nascimento, infância, adolescência, idade adulta, velhice – mas ao mesmo tempo somos sempre os mesmos. Deve-se refletir que o significado da vida, como citado anteriormente, não está na negação do envelhecimento, mas na conscientização de que há uma existência plena a ser vivida, com e apesar das mudanças em ordem físico-psicológica e social advindas com o tempo.

Destaca-se também a afirmação de que “há programas específicos para serem desfrutados por esse grupo etário, de modo a garantir que cada um ganhe um sabor especial a cada novo amanhecer”, em que nos remete ao lazer.

Pode-se dizer que lazer é uma atividade humana não relacionada às obrigações do trabalho, familiares ou sociais. É, portanto, criação cultural, vivências de exploração, utilização da imaginação, atividades de participação social voluntária, atividades esportivas, atividades artísticas que podem acompanhar o ser humano durante toda a vida. Em nosso grupo vocal procurei desenvolver atividades de lazer onde se pudesse construir e não apenas consumir.

Os idosos devem ser preparados não para escolher produtos, e sim caminhos; devem ter liberdade de conceber e realizar projetos. Desta forma, o tempo e a atitude estão implícitos, indissociáveis na dimensão e no entendimento do lazer.

Pode-se notar na fala de Érico, a seguir, esta desconstrução da lógica capitalista em relação à ação e lazer na terceira idade:

*Vivi todas as idades (quase) e raramente identifiquei em mim a tal de terceira idade. Vivo o presente. Sempre vivi assim. Dirigindo minha nave por lugares desconhecidos, buscando encontrar descobertas pessoais e realizações profissionais. Uso e abuso da emoção e da sensibilidade interna e externa para conseguir respostas à minha curiosidade, às minhas perguntas, aos meus sentimentos e questionamentos, sejam eles de ordem pessoal ou profissional. Mas depois recorro à razão, à lógica para verificar e criticar. Sempre desfrutei da beleza da vida e do conforto do viver, e não senti o passar do tempo de forma negativa. Como professor de Artes Visuais, convivi com muitos alunos da terceira idade (era um terceira idade coordenando grupos de terceira idade), pessoas curiosas, cheias de ânimo, dispostas a aprender e a fazer, a produzir alguma coisa que valorizasse suas vidas e, ao mesmo tempo, contribuisse para melhorar a qualidade de vida de seus semelhantes. Hoje, aposentado, mas não inativo, continuo realizando “Encontros experienciais” sobre criatividade. Nesses encontros a energia jovem e a*

*dedicação em pessoas (terceira idade) se harmonizam, criando um clima sinérgico, cujos resultados obtidos sempre me empolgaram. Paralelamente, em meu ateliê, estou sempre atarefado não só com as Artes Plásticas, mas também estudando, pesquisando criatividade. Produzindo materiais pedagógicos para usá-los nos “miniworkshops” que realizo. Ao longo de minha vida pratiquei atividades esportivas, culturais e artísticas. Ainda hoje, tenho o prazer de me exercitar brincando de jogar basquete. Funciona como processo de aprendizagem e como meio para manter a saúde mental e física. É o que posso dizer da minha relação com a terceira idade, neste breve relato (ÉRICO).*

Nota-se mais uma vez, nesse depoimento, o quanto envelhecer é “saber renascer muitas vezes ao longo de uma caminhada pessoal e original” (RODRIGUES, 2000, p. 30). Acrescento que somos um só ao longo de nossas vidas, crescidos, transformados pelas vivências, percebendo a beleza da vida em todas as suas formas. Podemos fazer muito para sermos felizes, aprofundando crenças, hábitos ou transformando-os, ou ainda, eliminando-os, para encontrar um novo colorido, uma nova paisagem em nossas vidas, como disse Lígia.

Na fala de Érico, citada anteriormente, notei, nas palavras “raramente identifiquei em mim a tal de terceira idade”, possíveis conotações à subjetividade maquínica da qual fala Guattari (2009), ou seja, só quem produz lucro é bem-visto. Daí percebi o preconceito que ainda encerra a questão da terceira idade. Criamos, em relação ao envelhecer, como vimos anteriormente, uma subjetividade recebida e consumida desde a mais tenra idade.

Destaca-se mais uma vez a necessidade de unirmos forças para mudar esse panorama. É necessário também uma mudança na sociedade, em que se veja a velhice não como um período de perdas, mas se valorizem as experiências vividas e os saberes acumulados que podem propiciar oportunidade de adquirir e produzir novos conhecimentos e a manutenção do engajamento político-social.

Vejo crescer a cada dia o capitalismo, de modo que a categoria “mercadoria” passa a ganhar destaque em nível de currículo, estilo de vida, necessidades e desejos. Não há lugar para expressão histórica, nem para as possibilidades de “ser diferente”, onde se projetam benefícios sociais e econômicos de poucos. Há exploração do homem pelo próprio homem, esquecendo-se de pensar no “bem-estar público e na solidariedade articulada às mudanças éticas que se fazem necessárias” (LOUREIRO, 2004, p. 81).

Ao mesmo tempo encontrei no texto de Érico a nova tendência para a qual estamos nos voltando, de usufruir dessa etapa de nossa vida com alegria e dinamismo, participação e colaboração para um mundo mais justo e fraterno.

No grupo vocal dos idosos procurei desenvolver as atitudes sugeridas por Érico.



Segundo Gaelzer (1970), a atitude é um elemento básico e indispensável ao lazer, pois é importante que o homem avalie de forma consciente sua forma de agir. Deve haver planejamento e reserva de um tempo livre, em que possa participar das atividades com satisfação, sejam elas intelectuais, artísticas, físicas, sociais, realizadas ao ar livre ou não.

Dumazedier (2001) considera as funções básicas de lazer a liberação e o prazer, que se subdividem em três funções importantes: função de descanso, função de divertimento (recreação e entretenimento) e de desenvolvimento.

A busca do lazer através do divertimento pode levar a atividades que impliquem mudança de lugar, de ritmo e de estilo de vida (DUMAZEDIER, 2001). As viagens, os jogos, os esportes, as atividades como cinema, teatro, leitura e música são alguns exemplos. Nosso grupo vocal é uma possibilidade de reunir o conhecimento e o prazer na busca de melhor qualidade de vida através da construção de ações que tornem possível o livre desenvolvimento de atitudes e de atividades diversas, oportunizando, dessa forma, novas aprendizagens, que contribuem para o surgimento de condutas inovadoras e criadoras.

Para Rodrigues (2000), é no lazer que a pessoa se liberta da fadiga nervosa e se reencontra. É o seu momento de fazer pelo prazer de fazer.

É preciso organizar o tempo do lazer, que está vinculado, para Izquierdo (2002), às atitudes que tomamos. O principal fator dessa organização é o bom senso. Não se deve assumir compromissos que ultrapassem nosso tempo possível. Deve-se procurar atividades relacionadas aos nossos interesses e necessidades.

Cabe observar que Érico se preocupa em achar respostas novas para suas indagações, fazendo-se, construindo-se a partir de seus desejos e necessidades, com uma visão crítico-reflexiva sobre o mundo em que vive.

Na fala de Yara, a seguir, encontrei as questões pertinentes ao desgaste físico com o passar do tempo. Apesar de o envelhecimento constituir um processo natural do ciclo vital humano, implica alterações biológicas, fisiológicas, psicossociais, econômicas e políticas que se traduzem em problemas, os quais nem mesmo em países que vêm envelhecendo há mais tempo têm sido equacionados de maneira satisfatória. Nessa declaração encontrei também o outro lado da velhice na atualidade, que é a concretização de sonhos, a possibilidade de realizar novas aprendizagens.

*A terceira idade hoje, ontem e sempre, é, para mim, o entardecer de um belo dia primaveril! Como o crepúsculo que se despede doce, suavemente, assim nós os idosos a cada dia vamos diminuindo nosso corpo físico, nossa força, ficando frágeis pelo desgaste dos anos, mas no paradoxo da vida,*

*aumentando a satisfação de poder participar de atividades que deixamos de realizar por falta de tempo ou oportunidade. Chegou o período de concretizar sonhos interrompidos: escrever, cantar, tocar um instrumento musical. Navegar é preciso! Se o mar estiver bravio, nossa vontade será ainda maior, de continuar no barco. Assim sendo, com motor (força) ou remos (fragilidade), continuemos a viagem! (YARA)*

Uma velhice satisfatória não é somente um atributo do indivíduo biológico, psicológico ou social, mas resulta da qualidade de interação entre pessoas em mudança, vivendo numa sociedade em mudanças.

Ao evidenciar pessoas saudáveis e bem-sucedidas que aderiram ao estilo de vida com variadas técnicas de manutenção corporal veiculadas pelos meios de comunicação, assiste-se à emergência de novos estereótipos. Os problemas ligados à velhice passam a ser tratados como problemas de quem não é ativo e não está envolvido em programas de rejuvenescimento, e por isso, se a pessoa chega à velhice no isolamento e na doença, é culpa exclusivamente dela (DEBERT, 1999, p. 29).

Na realidade a sociedade exclui para fazer uma nova inclusão social perversa: uma dimensão que exclui e culpa o excluído por sua própria exclusão.

Concordando com o posicionamento de Yara, Sérgio afirma:

*Existem os dois lados da moeda: um é onde temos alguns projetos que beneficiam o pessoal de mais idade, mas ainda não há políticas sérias de desenvolvimento e de benefícios para a terceira idade. A própria aposentadoria só tende a desvalorizar com o tempo, deixando muitas vezes o idoso à mercê da saúde pública que é um caos. Hoje em dia tem muita gente pensando na terceira idade, eu vejo que a tendência é melhorar a situação, prefiro pensar positivamente.*

Procurei trabalhar atividades musicais com os idosos de forma que eles pudessem exercitar o processo de ressignificar, reelaborar, recriar o seu modo de ver, fazer as situações-problema num processo de ação reflexão-ação, interpretação-transformação para melhorar sua qualidade de vida. As atividades com música não têm como objetivo principal o desenvolvimento técnico, mas sim o prazer de cantar.

Os encontros com o grupo vocal propiciam uma possibilidade de viver a velhice com maior qualidade de vida; de fazer novas amizades e reencontrar velhos amigos, de ocupar o tempo livre, de desenvolver uma vida social ativa, de dissipar velhos bloqueios de participação. A velhice encarada sob esse prisma faz com que os idosos tenham novas expectativas acerca de suas capacidades e também deem um novo significado para suas vidas.

Ao conversar com as pessoas do exossistema pedimos que colocassem suas ideias por escrito no que se refere a suas experiências com a arte e a terceira idade.

Nota-se, a seguir, que a música deixou para Sérgio e Yara várias vivências positivas:

*Sou musicoterapeuta e atuo com terceira idade. Teria muitas vivências positivas para relatar, mas o que mais me impressiona até hoje é que alguns pacientes dessa fase, mesmo acamados e sem mobilidade, só falam na sessão de musicoterapia e procuram interagir quando a música os mobiliza de alguma forma, trazendo lembranças e vivências para o momento.*  
(SÉRGIO)

Yara fala sobre sua experiência como professora de piano para alunas de terceira idade, sobre os benefícios que a música proporcionou tanto às aprendizes quanto à professora:

*“O velho que preserva sua validade ou que encarna uma tradição ou marca presença no tempo continua novo” (Paulo Freire). Tive duas alunas que na juventude haviam estudado piano e após um lapso de 20 anos voltaram para concluir o curso. Ambas relataram que tinham um vazio na alma e precisavam preenchê-lo. Sentiam-se fora de forma e perguntavam se teriam condições. Descalabro seria recusá-las. Ambas haviam completado cursos superiores de retorno financeiro imediato em suas profissões e, como portadoras de certificado superior, foram aceitas pelo Conservatório, na época Unidade Agregada da UFPel. Uma completou o curso de piano, apresentando-se em público com sucesso interpretando Debussy, e a outra, muito nervosa, seguiu fazendo música só em casa. Dois exemplos que me proporcionaram muita satisfação pela dedicação, esforço e alegria que passavam quando conseguiam superar dificuldades, sobretudo em relação à memória. Ficavam eufóricas e nós professores, mais ainda! Não tenho registro do sexo masculino na terceira idade para o aprendizado do curso intensivo de piano, mas de canto e outros instrumentos, sim. Aliás, todos os instrumentos que exigem habilidade manual são complexos, pois exigem uma preparação tanto física como psicológica, além de muita dedicação. Os instrumentos de sopro e o vocal parecem ser mais adequados, porque respirar e falar desde o nascimento praticamos sempre. Professores, reúnam seus alunos e cantem, cantem muito, cantem sempre, porque, como dizia, nosso insigne maestro Villa Lobos, a música é tão útil como pão e a água. Ela é essencial, porque representa uma válvula de escape para a humanidade. “O outono é um caminho melancólico e gracioso que prepara admiravelmente o solene adágio do inverno” (George Sand). Certamente a escritora refere-se às estações climáticas. Porém, se compararmos às diversas fases da vida, como infância, juventude, maturidade e velhice, o aforismo elegante da poetisa não expressa a realidade. Preparação para o inverno ou, comparando com a última fase da vida, sem dúvida é aquela em que se alcança o maior conhecimento, planos de realizações confirmados, sonhos realizados. Segue a etapa derradeira com o beneplácito adquirido de usufruir justa e merecida recompensa. É chegada a hora de realizar novos sonhos, postergados pela necessidade de outras prioridades. No inverno também os ventos sopram forte, as chuvas podem ser torrenciais e o adágio logo se transforma em um allegro presto ou vivace.*

Yara diz que, na terceira idade, a pessoa geralmente alcança maior conhecimento; já teve vários planos realizados, mas ainda é tempo de sonhar com o que não pôde fazer:

*Penso que a resposta mais precisa é aquela em que estou inserida e vivendo. Neste ano de 2012 vou completar 83 anos. Comecei a estudar música com 8 anos e dela nunca me afastei, graças a Deus! Que maravilha é levantar a tampa do meu Thüimer, colocar as mãos sobre o teclado e poder encher de sons a minha casa! Como se fosse uma guloseima que se prepara no fogo da cozinha, naquele jeitinho que a gente tanto gosta, do sal e do açúcar... Não há rádio, televisão, eletrola e até mesmo computadores que se comparem àquela onda sonora que consigo fazer no meu piano quando o acarício ou quando esbravejo e ele grita alto, no mesmo tom em dueto encantador. Sinto-me privilegiada por pertencer a uma família onde a música sempre teve seu lugar de honra. Ah, se através do canto os homens se unissem na linguagem universal da música como bússola orientadora, a paz reinaria soberana! Cessariam as guerras fratricidas, desuniões, incompreensões, dando lugar à melodia na elevada transparência divina que é a Fraternidade. A beleza contrapontística entoada pelo coral de vozes femininas e masculinas junto aos sons vários de instrumentos diversos, ventos, ondas oceânicas, gorjear de pássaros, unidos aos ecos sonoros da humanidade inteira e da imensa riqueza da nossa ecologia – o mundo seria o Paraíso! (YARA)*

Nesta fala de Yara, observa-se a importância da música em sua vida desde sua infância. Percebe-se sua sensibilidade para a nossa ecologia sonora e o quanto ainda sonha, do alto dos seus 82 anos.

Para Lígia, a boa música pode colaborar para melhorar a qualidade de vida na terceira idade, pois leva o idoso para atividades de contemplação. Ela também afirma que a mente que se ocupa com a música pode colorir-se de variadas nuances:

*A boa música absorve o caos; ela assemelha-se à poesia... em ambas há encantos sem nome que nenhum método ensina. Na terceira idade, onde nem sempre tudo são flores, a música impõe-se como forma de alegrar a existência, assim como de reintegrar o idoso às atividades mais contemplativas, o que resulta em melhor qualidade de vida para o indivíduo e para a comunidade, uma vez que é crescente o número de pessoas com idade igual ou superior aos 60 anos. A mente impregnada de música colore-se com as mais belas nuances! (LÍGIA)*

Ela nos fala da semelhança entre a poesia e a música, enquanto Levi-Strauss (1991, p. 56) aborda a relação música-mito com a mesma fundamentação do que foi levantado por Lígia:

Pode-se traduzir a música em música. Pode-se modelar a melodia de maior para menor. Pode-se até chegar a uma equação matemática que permite modificar segundo uma certa regra o intervalo entre as notas de uma melodia e obter, assim, uma tradução da melodia. Mas não se pode traduzir música

em palavras; se se fizer, isso resultará um tipo de fraseologia que nada transmite da mensagem da própria música. Isso levanta, naturalmente, um problema imenso, exatamente igual ao problema levantado pela mitologia – porque também tem havido tentativas de traduzir o mito para alguma coisa que não é mitologia. Mas o resultado, geralmente, são platitudes da pior espécie. Mitos são traduções uns dos outros; a única maneira de entender um mito é mostrar como a tradução dele é oferecida por outro mito diferente. Por isso, existe algo muito semelhante entre mitologia e música.

Em nossas conversas tentamos verificar a relação das percepções dos participantes do exossistema em relação à educação ambiental e ao uso da música para melhorar a qualidade de vida na terceira idade.

Obtivemos os seguintes dados:

O musicoterapeuta Sérgio diz que a música pode atingir áreas do cérebro que a língua falada e outras linguagens não conseguem mobilizar, bem como pode fazer o idoso recordar vivências do passado que podem ser ressignificadas, contribuindo para a melhoria de sua qualidade de vida.

*A música é uma linguagem muito especial, pois ela atinge áreas do cérebro que o verbo e outras linguagens não atingem. Dessa forma ela pode contribuir positivamente, se bem usada. Com relação à terceira idade, ela tem um poder ainda maior, pois ela traz novamente os momentos em que o idoso era ativo, fazia coisas com energia e felicidade. Isso pode ser vivenciado de novo, e a música é um instrumento que facilita esse processo e, por conseguinte, colabora com a qualidade de vida. Penso que seria o instrumento mais imediato para ativar áreas cerebrais adormecidas com o tempo (SÉRGIO).*

Na fala de Lígia, a seguir, encontrei o encantamento de viver em nosso planeta e nas várias possibilidades de sermos felizes que a vida nos proporciona:

*Sobre a vida, penso eu, são inesgotáveis os ângulos pelos quais ela pode ser olhada. As temáticas são múltiplas e multifacetadas. Particularmente, acho que estamos no mundo não para entender ou explicar as coisas, mas sim para a emoção, o encantamento, para fascinarmo-nos e vibrarmos com energias positivas enquanto habitantes deste planeta. A música – linguagem universal –, quando de boa qualidade, é suporte fundamental na promoção de um estado mágico de entretenimento para o homem, sensibilizando-o, humanizando-o, equilibrando-o e, substancialmente, integrando-o ao ambiente de um jeito muito sadio. É, pois, inegável a contribuição da música para a melhoria de vida. Um ambiente de trabalho com uma boa música de fundo, sabe-se, é capaz de inspirar os indivíduos para uma competente produção laborativa. Mais serenidade, mais simpatia, mais tolerância estarão presentes na atuação de quem tem a música como “parceira” nas atividades a serem desempenhadas. Outrossim, quando alguém está na condição de “espera” (em um banco, num consultório, numa fila qualquer),*

*nada melhor que o faça ouvindo música de boa qualidade. Enfim, hoje é do conhecimento de quase todos que até os animais reagem de melhor forma quando ouvem música. A música tem a propriedade de suscitar bons sentimentos de pureza, inclusive! (LÍGIA)*

Na fala de Érico, a seguir, encontrei questões ligadas à finitude dos recursos da Terra e a utilização da criatividade do ser humano para harmonizar-se consigo, com o outro e com todas as formas de vida do planeta:

*A Educação Ambiental a partir do entendimento de que viajamos no espaço em uma nave chamada Terra, acredito que a música pode dar sua contribuição para conscientização das pessoas da finitude do nosso lar. A materialidade desse nosso meio ambiente exige o uso criativo de todas as suas fontes. A música, em sua expressão sonora, liberando o mundo nos limites da pauta e das notas, é um instrumental a mais, para a educação ambiental (ÉRICO).*

Yara, no texto a seguir, aborda a importância da música – popular ou erudita – em vários tipos de eventos em nossa vida, bem como nos sensibiliza para a musicalidade do Universo através das formas não-humanas, e finaliza com suas impressões sobre o que é participar de um grupo vocal:

*Como reanima escutar música erudita ou popular, seja qual for. Até mesmo as que anunciam propagandas comerciais e que a gente não esquece mais. As propagandas políticas, que de hora em hora tocam nas rádios e na televisão... algumas inesquecíveis!*

*A música é o pólen da vida. Desde o berço ou colo materno ouvem-se lindas “berceuses” que nos irão acompanhar pelo resto de nossas vidas. Mais tarde adentramos à igreja ao som de uma marcha nupcial e juramos nosso amor ao som de uma ave-maria. Paradas militares sem o som de cornetas não existem. Como ir ao baile sem os músicos para animá-lo? E o carnaval, a festa mais popular no mundo, pode acontecer no silêncio sonoro? O mundo seria triste sem o cantar da passarada, o rumorejar das fontes, o ciciar das folhas tocadas pelo vento... Quando nosso coração deixa de funcionar com sua batida rítmica, que é um dos componentes da música, deixamos de existir... Cantemos, pois, para que nossas vozes percorram o universo, englobando, dessa maneira, toda a riqueza da criação divina. Se rezar em conjunto é mais convincente, creio que cantar em corais também o é. Sem dúvida, a formação de um coral integra, sociabiliza, dá ânimo, alegrando seus participantes e os que estejam escutando. A vida fica mais bonita porque, mesmo que seja por momentos, a gente esquece os percalços do dia a dia e fica conosco o otimismo para continuar a “viagem”, contemplando o arco íris! (YARA)*

#### 4.4 Macrossistema

Para este grupo, convidei cinco pessoas formando uma amostragem não-probabilística, intencional. Como se sabe, o macrossistema representa a abrangência da cultura ou do sistema social que está servindo como referência para a pessoa em desenvolvimento, no caso, o grupo vocal analisado. Passo a descrever um breve perfil desses participantes e, logo a seguir, suas opiniões sobre a terceira idade na atualidade, bem como com os estudos de arte realizados para terceira idade por estes participantes do macrossistema. Esse grupo não tem contato direto com o grupo vocal pesquisado, mas os relacionei com o grupo pesquisado pois através de suas opiniões entrelaçadas com os estudos sobre música, terceira idade e educação ambiental pode-se perceber como esse grupo vocal se posiciona na sociedade em que está inserida.

1. ANA – 54 anos, branca, católica, mãe, casada, arte-educadora;
2. ULYSSES – 46 anos, branco, ateu, solteiro, técnico em assuntos culturais;
3. VERA – 62 anos, branca, espírita, mãe, casada, professora;
4. ELIMAR – 52 anos, espírita, mãe, casada, aposentada;
5. SILVIA – 42 anos, branca, cristã, esposa, mãe, casada, professora.

Ana aborda impressões que se encontram em nossa sociedade atual sobre a terceira idade, em que se consideram basicamente duas versões, com suas inúmeras variações, para abordar a terceira idade: o lado negativo, envolvendo desprezo, incapacidades, doenças, desrespeito; e o lado positivo, a possibilidade de ressignificar essa etapa de vida por meio de novas experiências no trabalho (geralmente voluntário e sem remuneração, mas realizado com muito prazer), na vida social, pessoal, juntando-se às experiências já vividas com novas possibilidades do sentir, fazer, tornando-se cidadãos participativos na construção de sua história e contribuindo para um meio ambiente sustentável, com justiça e esperança para todas as formas de vida do planeta.

*Vejo de duas maneiras: 1ª - para muitos a melhor idade, a independência, muita energia – mesmo com um corpo que às vezes não ajuda, idade de fazer o que realmente gosta (viajar, passear, curtir netos, sem ser responsáveis totalmente por eles, participar de grupos de ginástica, canto, chá da tarde semanal) fazendo tudo com mais sabedoria, menos preocupação, às vezes faltando tempo para fazer tudo que quer. 2ª - para muitos outros, infelizmente, dependência total, depressão, parado em casa, desprezado, estorvo para filhos e netos, espera da morte, medo, doenças [...] (ANA)*

Nosso grupo vocal está mais direcionado para a primeira maneira de viver no mundo, de acordo com Ana. É importante salientar que, apesar dos problemas que eram enfrentados no grupo pesquisado, encontramos idosos de bem com a vida, com vontade de se distrair, superar suas dificuldades e aprender por meio da participação no grupo. Sabe-se que contribuem para a obtenção dos resultados a personalidade do idoso, suas crenças e valores, bem como seus cuidados com a vida física e mental. Apesar de o grupo apresentar problemas de saúde, de família (inclusive envolvendo drogas), de finanças, todos sentiam fazer uma espécie de catarse e ao mesmo tempo energizar-se, sentindo-se melhores física e mentalmente, durante e após os ensaios do grupo vocal.

Para Ulysses, nosso participante do macrosistema,

*As pessoas vivem mais na nossa época. Cada vez temos mais gente na terceira idade e com saúde. Isso tudo graças à ciência e à tecnologia. A velhice é hoje um momento de curtição, onde os compromissos chatos com família e trabalho já não existem mais e pode-se fazer e ser o que realmente se quer. O problema fica para os sistemas previdenciários que ficam sobrecarregados com desequilíbrio entre o número de pessoas que trabalham e as que não trabalham (ULYSSES).*

A parte final desse depoimento nos remete às questões do valor das pessoas que trabalham e recebem seus proventos e contribuem para o sistema previdenciário, e o dos aposentados, que não mais contribuem. As políticas públicas no Brasil, em relação aos direitos dos cidadãos idosos, estão sempre em análise, tendo em vista a viabilidade futura do sistema.

Esse tipo de subjetividade, que valora o idoso, é produzido numa sociedade que privilegia os adultos em condições de exercer trabalho físico e mental durante a maior parte do dia, gerando, dessa forma, lucros. “Além de não participarem para aumentar os lucros, a maioria dos idosos, devido aos baixos proventos da aposentadoria, não são consumidores: outra ‘deficiência’ numa sociedade incansável em criar necessidades de bens de consumo” (RODRIGUES, 1998, p. 20).

O Estatuto do Idoso em vigor no início deste século XXI, bem como a Política Nacional do Idoso, de 1994, entre outros documentos, demonstram muitas conquistas, direitos e possibilidades para melhorar a vivência da velhice, destacando a plenitude da vida e os direitos de cidadania acima de quaisquer preconceitos ou interesses sociais ou econômicos.

Apesar de as políticas de atendimento aos idosos estarem formuladas, não são totalmente implementadas. São documentos que apenas continuarão a manter esse *status*, se



não houver intensa participação civil de quem hoje está velho e, principalmente, de quem pretende envelhecer.

Essa sensibilização profissional demonstra um início de mudança na caracterização, nos estereótipos e, principalmente, no autorreconhecimento do idoso. São iniciativas que contribuem para que o consciente coletivo passe a cultivar interesse pelo tema, aceitar essa fase da vida com mais positividade, fazendo com que o pessimismo e a ideia de fim existencial deixem de ser o tema central quando se chega aos 65 anos e à aposentadoria.

Na fala final de Silvia, a seguir, podemos sentir que, apesar dos avanços conjuntos obtidos pela sociedade e as políticas públicas, encontramos falta de sensibilidade e de respeito no trato com o idoso:

*Percebo as pessoas da terceira idade bastante atuantes em seus lares, muitas responsáveis pelo sustento da família. Apesar da responsabilidade econômica, o idoso é desrespeitado pelos mais jovens que não valorizam suas opiniões (SILVIA).*

É preciso pensar que, na velhice, encontramos seres humanos com uma longa história de vida, sinalizada por dores e alegrias. Alguns têm uma história de vida normativa. No entanto, há outros cuja vida passou por experiências não-normativas. Precisamos pensar o idoso em sua complexidade e sua especificidade, proporcionando condições de atuação desse cidadão de acordo com seu desejo e possibilidades. Faz-se necessário, mais uma vez, enfatizar a educação ambiental emancipatória, que, de acordo com Loureiro (2006), é fator de transformação social baseada no diálogo, no desempenho da cidadania, no fortalecimento dos sujeitos, na criação coletiva para o estabelecimento das regras sociais, na superação das formas de dominação capitalista, na compreensão do mundo e da vida em sua complexa estrutura física e espiritual. Entende-se essa ação por meio do diálogo entre os seres humanos na sociedade a que pertencem. De acordo com o referido autor, a práxis social deve ser pautada por “novos padrões civilizatórios e societários distintos dos atuais, na qual a sustentabilidade da vida, a atuação política consciente e a construção de uma ética que se firme como ecológica seja sua essência. Educar é emancipar” (p. 15).

Para Silvia, apesar de os idosos, hoje em dia, serem os mantenedores da família, não são respeitados como deveriam, pois alguns ficam só para pagar as contas da casa. Ou seja, está faltando o diálogo, a ética baseada na solidariedade, o respeito às diferenças, a valorização das experiências vividas, a sensibilidade e o amor. Em nosso grupo vocal procurei

que esses valores estivessem presentes em cada ensaio e apresentação musical entre os idosos e o público ouvinte para alegria de todos.

De acordo com Maturana (1999), ao nos declararmos seres racionais vivemos uma cultura que desvaloriza as emoções, e não vemos o entrelaçamento cotidiano entre razão e emoção, que constitui nosso viver humano, além de não nos darmos conta de que todo sistema racional tem um fundamento emocional.

As emoções, para esse autor, não são o que chamamos sentimentos. Do ponto de vista biológico, o que expressamos quando falamos de emoções são “disposições corporais dinâmicas que definem os diferentes domínios de ação em que nos movemos” (MATURANA, 1999, p. 15); “não há ação humana sem uma emoção que a estabeleça como tal e a torne possível como ato” (id., p. 22).

O amor é a emoção que constitui o domínio de ações em que nossas interações recorrentes com o outro fazem do outro um legítimo outro na convivência. As interações recorrentes no amor ampliam e estabilizam a convivência, as interações recorrentes na agressão interferem e rompem a convivência (id., *ibid.*).

Na fala de Vera, a seguir, nota-se a corrente que se faz presente na atualidade com forte tendência, como força emergente, e que vem fazendo um contraponto com a maneira de ver a vida “mais velha” como inútil ou sobrepeso, passando a considerar “as experiências vividas e os saberes acumulados como ganhos que podem propiciar a oportunidade de aquisição e produção de novos conhecimentos e manutenção do engajamento político-social”. Encontramos idosos ativos, assim como os que participam do grupo vocal, integrados na sociedade, capazes de usar a criatividade para dar novas respostas às situações de vida que vão surgindo ao longo do caminho.

*Vejo cada vez mais pessoas se dedicando e dando atenção às de terceira idade. Há uma maior valorização do ser humano no que ele tem de mais singular e individual, e na capacidade de se relacionar em grupo, respeitando os mútuos desejos e as diferenças (VERA).*

Ana, a seguir, aborda questões muito importantes para os educadores ambientais e, mais especificamente, para os educadores musicais, pois fala sobre a importância da música em nossas vidas desde remotos tempos até a atualidade, com possibilidades de promover inserção e participação social.

*A educação musical, a música vem há muito tempo contribuindo para a qualidade de vida das pessoas, como diz o dito popular: “quem canta seus males espanta”. Quantos jovens em situação de risco são recuperados e se tornam grandes pessoas através da música, tocando, dedicando-se a algum instrumento. Hoje muitos instrumentos estão sendo confeccionados com material reciclado e/ou com produtos da natureza (como bambus). A música pode e vem contribuindo para vidas mais felizes (ANA).*

Como se sabe, a música está presente na história de vida das pessoas desde as cantigas de ninar, brincadeiras de roda, nos hinários religiosos, nos antigos cantos de trabalho que marcavam o ritmo das atividades dos trabalhadores. Está também nas atividades com finalidade de diversão, de dança. Por isso consideramos a música como uma forma de educação e de expressão presente em toda a história da humanidade e de todos os ecossistemas, para sustentar nosso espírito e dar ânimo às nossas ações, tornando nosso lazer mais prazeroso. Ela é igualmente fundamental para renovar a vida no planeta e para instigar a criatividade humana. “O mundo é sonoro”, já disse Padilha (2007, p. 54).

Conforme disse Ana, a educação através da música é um meio para propiciar a educação e reinserção de pessoas que vivem em situações de alto risco, de maneira que possam vir a contribuir para fazerem sua história com ação e participação na sociedade onde estão inseridos.

Ana, além de citar benefícios da música para pessoas em situação de risco, fala sobre “instrumentos confeccionados com material reciclado e/ou com produtos da natureza (como bambu)”. A questão fundamental é que não parece ser possível transformar a relação homem-natureza, sem transformar simultaneamente as relações sociais, uma vez que as relações entre o social e o natural estão vinculadas numa mesma estrutura societária, conforme afirma Loureiro (1986).

De acordo com o referido autor, não é possível promover transformação na sociedade apenas com mudanças éticas ou comportamentais, onde se coloque a responsabilidade na pessoa, retirando “a responsabilidade da estrutura social e o modo de produção do sistema social em que convive” (LOUREIRO, 1986).

Se a educação ambiental não se integrar à leitura complexa do mundo, estará predestinada a servir ao capitalismo como um instrumento ideológico de reprodução do seu modo de produção, aprofundando as desigualdades sociais e diluindo a cultura por uma ética ecológica que tem duvidoso poder de interferência na dinâmica de uma efetiva mudança ambiental.

Na fala de Ulysses, citada a seguir, percebe-se a valorização da música como fator para promover a harmonia nas variadas formas de vida no planeta, bem como das possibilidades tecnológicas de que dispomos hoje em dia para escutar música.

*A música, para quem foi educado a ouvi-la, é uma forma de prazer bem conveniente. Com a tecnologia que temos hoje, pode-se ter uma sinfonia no ouvido em qualquer lugar que se possa imaginar e com a máxima qualidade de som. Especialmente se a música for harmoniosa em si, tende a transformar a pessoa em alguém harmonioso também. Alguém OK consigo e capaz de sentir o prazer da arte, em especial da música, certamente é mais tolerante e inteligente emocionalmente para contribuir para a harmonia das formas de vida em geral (ULYSSES).*

Quando Ulysses fala em “quem foi educado para ouvi-la” evidencia-se a questão da educação musical. É importante que os orientadores da educação musical proporcionem aos seus alunos aprender a ouvir música, entendendo-a em seus elementos constitutivos, estilo e outros conceitos musicais, para que aqueles possam decidir quais músicas satisfazem melhor seus desejos e necessidades expressivas.

Seu Flávio, Seu Américo e Elayne se destacaram muito nesse sentido, uma vez que a tecnologia atual faz parte de suas vidas. Eles gostam muito de ouvir música. Costumavam levar CDs com músicas de sua preferência e sugeriam o ensaio dessas músicas. Chegávamos a um consenso para a escolha de repertório. Para alguns, repetição ou recordação de músicas que já conheciam, para outros total novidade. Todavia o respeito sempre se fez presente e os idosos costumavam elogiar os conhecimentos musicais dos que tinham maior conhecimento.

A música e a musicalização podem ser apresentadas como elementos contribuintes para o desenvolvimento da inteligência e a integração do ser, pois contribuem para a aprendizagem, favorecendo o desenvolvimento cognitivo, linguístico, psicomotor e socioafetivo. O papel da música na educação é também uma experiência estética, desenvolvendo, segundo Estevez (2009), necessidades e interesses que promovem a busca do valor estético e a formação do sentimento, do ideal e do gosto.

A vida, na atualidade, enfrenta os “desvarios de uma (in)civilização neoliberal e hegemônica, que deixa pouco espaço para o lúdico, o imaginário, o fantasioso e o poético, componentes essenciais nesse processo de hominização do homem” (ESTÉVEZ, 2009, p.53).

A música é um bem cultural e seu conhecimento não deve ser privilégio de poucos. A música funciona como um elemento importante para estabelecer a harmonia pessoal, facilitando a integração, a inclusão social e o equilíbrio psicossomático.

Pode-se dizer que, para a terceira idade, é preciso muitas vezes trocar a lente de nossos óculos para vermos de diferentes maneiras o que já vimos.

Como diz Carvalho (2006, p. 34), devemos “desnaturalizar os modos de ver que tínhamos como óbvios. Podemos fazer isso questionando conceitos já estabelecidos em muitos campos da experiência humana, criando, dessa maneira, espaço para novos aprendizados e para a renovação de alguns de nossos pressupostos de vida”.

Na terceira e última questão feita para os integrantes do macrossistema, procuramos abordar a possível relação entre a música e a qualidade de vida na terceira idade.

Ana nos diz:

*Minhas experiências com grupos da terceira idade sempre registraram o quanto a música é importante para eles: gostam de cantar, ouvir uma boa música, acompanhar o ritmo dançando, fazer exercício físico tendo como fundo uma música, enfim, a música colabora em muito com a qualidade de vida, não somente do idoso, mas de todas as pessoas em geral. Muitos dizem: quando estou triste, depressivo, ligo o rádio ou escolho um CD e relaxo. As letras das músicas, quando boas, podem contribuir para a educação sobre os mais diferentes assuntos, porém músicas e letras de má qualidade contribuem para o inverso. Músicas com letras que falam sobre cuidados com a nossa bela natureza, sobre sustentabilidade... podem realmente fazer a diferença neste mundo consumista e sem cuidados (ANA).*

Na fala acima pude notar a ênfase que a participante do macrossistema dá, em sua experiência com idosos, em relação ao quanto eles gostam de cantar, ouvir música, dançar.

Nesta pesquisa observei de que maneira o trabalho com música, relacionado com o coro amador, se configura como atividade de lazer e/ou de trabalho. Também verifiquei as relações intersubjetivas que são formadas no espírito de cooperação, bem como a promoção da educação musical, a integração interpessoal, a inclusão social, a motivação, a criação dos laços de amizade e solidariedade, na busca de uma velhice bem-sucedida.

Na velhice podemos encontrar muitas perdas, tais como a dos papéis sociais, de funções do organismo e de pessoas queridas. É, portanto, importante que o regente proponha atividades de musicalização e canto coral para além do lazer, constituindo-se numa atividade de descanso mental (relaxamento mental e até terapia) e também uma forma de desenvolvimento pessoal onde conhecimentos são aperfeiçoados e novos saberes adquiridos.

Segundo Luz (2002, p. 231), na proposta de educação musical com pessoas idosas,

*Resgata-se o trabalho da memória e desenvolvem-se as memórias musicais. Trabalha-se com técnicas que estimulam a criatividade e facilitam a expressão, atuando em bloqueios socioculturais. De forma lúdica, ao longo*

das atividades abrandam-se excesso de autocrítica e padrões preestabelecidos de conduta e rigidez. Melhora-se a qualidade de vida e a saúde dos participantes, uma vez que o processo promove um equilíbrio geral psico-fisiológico e sociológico, gerando descontração, espontaneidade e alegria, favorecendo a comunicação, o biorritmo e aspectos emocionais. Resgata-se e amplia-se a autoestima individual e de grupo.

A prática musical através do canto coletivo tem função de resgate de valores, o que gera o desafio de integrar diferenças, tratando-se com variados níveis de conhecimentos e capacidades.

O canto coral é uma forma de educação não-formal na qual se pode investigar e refletir sobre a vida dos idosos. Assim, neste tipo de trabalho, há envolvimento não só de habilidades e atribuições, mas de uma nova postura de perceber e agir do mundo, que segue as propostas da educação ambiental, “culminando em uma proposta de capacitação para o poder, englobando atividades que encorajem os idosos a descobrir talentos e assumir um papel mais ativo em suas vidas” (GUERREIRO, apud SOUZA, 2010, p. 9).

O idoso precisa se autoconhecer, o que pode ocorrer através da música/musicalização, respeitando a si mesmo com suas limitações e as possibilidades que se lhe apresentam, de viver na sociedade, ouvindo, conhecendo, fazendo e fruindo música.

Azambuja afirma que “a emissão de sons, ritmos próprios e melodias é uma atividade prazerosa e alegre, que permite aos idosos exteriorizar e conscientizar-se de seus próprios sons, até os inibidos” (1995, p. 105). Assim, procuram utilizar a música para além do lazer, considerando também aspectos relacionados com ela, como o sensorial, o motor, o cognitivo, o afetivo e o social.

Podemos estabelecer uma conexão entre música e texto quando se consegue expressar por meio da música o que já foi expresso oralmente ou, ainda, aquilo que não conseguimos expressar com palavras.

De acordo com Gainza (1988, p.43),

Toda atividade musical é uma atividade projetiva, algo que o indivíduo faz e mediante a qual se mostra; permite, portanto, que o observador treinado observe tanto os aspectos que funcionam bem no indivíduo, como aqueles aspectos mais incompletos ou em conflito, seus bloqueios, suas dificuldades.

A música atinge a motricidade e a sensorialidade por meio do ritmo e do som, e por meio da melodia atinge a afetividade.

A música afeta de duas maneiras distintas o corpo do indivíduo: diretamente, com o efeito do som sobre as células e os órgãos, e indiretamente, agindo sobre as emoções, que por

sua vez influenciam numerosos processos corporais, provocando tensões e reações em várias partes do corpo. Para Gainza (1988), a música é um elemento de fundamental importância, pois movimenta, mobiliza e, por isso, contribui para a transformação e o desenvolvimento.

Quanto mais se conhece sobre um assunto, maior liberdade se adquire para interpretar, refletir e fazer escolhas em relação a ele. Ouvir e/ou cantar boas músicas, sejam elas eruditas ou populares, pode contribuir para aumentar nossa percepção e sensibilidade, levando-nos a usufruir de maneiras indescritíveis as belezas, sutilezas e possibilidades das artes.

Ulysses, a seguir, menciona a possível dificuldade auditiva dos idosos (problema que, na atualidade, pode ser solucionado ou amenizado com recursos tecnológicos e políticas públicas adequadas), e destaca a importância de “ouvir consciente” as músicas. É fundamental que o ouvinte possa entendê-las a partir da orientação de um professor de música ou regente ou estudioso, e possa compreender a história da música, elementos constitutivos: melodia, ritmo e harmonia, bem como as questões de estética a partir dos períodos históricos. Ele cita, além da educação musical, a perseverança para aperfeiçoar a escuta consciente. Como quase tudo na vida que é bom dá trabalho para ser feito, assim também nosso contato com a música pode ser aprofundado sob vários aspectos: escuta consciente, conhecimentos teóricos e práticos da música, execução de instrumento (voz), interpretação musical, conhecimentos sobre estética da música, entre outros.

*Muitos velhos não possuem mais o dom da escuta, mas com certeza para os que ainda o mantém, a música é essencial. Ouvir música é quase como meditar, e com música clássica, em especial a interatividade para extrair sentido da massa sonora, é muito maior, sendo assim um exercício mental muito mais desafiador. Se não há uma pesquisa, a que for feita vai comprovar: ouvir música clássica de forma ativa (coisa que não exige nem um músculo para se fazer) regenera os neurônios e refresca as emoções. Há apenas que inicialmente perseverar em sua escuta para vencer a fase de não ver sentido nenhum numa orquestração complexa, para então começar a ter lampejos de formas evanescentes que, como véus, atravessam o horizonte cerebral de quem está ouvindo um Stravinsky, por exemplo. Música é droga sem contraindicação e ainda rejuvenesce quem a ouve (ULYSSES).*

Na fala de Silvia, a seguir, notamos o destaque para a perda de ilusões com o passar do tempo e a solidão que pode vivenciar um idoso.

*Os anos tiram as ilusões das pessoas e a realidade do idoso pode ser bem triste. A música tocada em um aparelho eletrônico pode deprimir ainda mais o indivíduo: já a música tocada ou cantada por pessoas, entre “roda de amigos”, tem o poder de alegrar. Na vida o essencial é o contato humano (SILVIA)*

No grupo vocal procurei desenvolver atividades que atuassem como divertimento e terapia, sobre o corpo e a emoção do indivíduo, colaborando para aumentar a autoestima.

Elimar, a seguir, fala sobre a importância da música para amenizar dores e divertir a terceira idade, a questão da música no meio ambiente, bem como a aprendizagem de novas habilidades através da execução instrumental.

*[...] imagina aqueles bailes onde eles se descontraem e têm alguns momentos plenos de relaxamento, descontração e felicidade. Até com outras atividades pode-se colocar uma música de fundo para tornar o ambiente mais agradável. A música torna TUDO mais agradável. Imagina na terceira idade poder fazer aulas de música, o que talvez sempre quissem fazer quando jovens e agora depois da vida feita, isto é, filhos criados, aposentados, poderem realizar este sonho, quem sabe tocando um instrumento, aprendendo a cantar, enfim tudo traz a música como “bálsamo” para os ouvidos (ELIMAR).*

Para Vera, conforme texto a seguir, a música pode proporcionar uma ressignificação da vida do idoso, passando este a ser mais ativo. Aprendendo a relaxar, a invocar boas lembranças resgatando sua identidade com prazer, inclusive indo ao encontro de realizações de antigos sonhos que muitas vezes tiveram que ser deixados de lado em épocas anteriores. Essa afirmação concorda com as ideias de Elimar citadas acima. A música pode ser feita de maneira empírica, servindo para nos desviar de pensamentos negativos.

*A arte em geral estimula e desenvolve a sensibilidade nos seres humanos. A música tem uma característica envolvente que gera alegria, movimento, ação e participação. Mesmo na individualidade e solitude, o indivíduo busca, através dela, revisitar o passado e as boas lembranças; cantar à sua maneira (afinada ou não); desligar-se do cotidiano e das cobranças diárias; desviar pensamentos doentios, etc. É na terceira idade que, geralmente, as buscas e conquistas materiais já foram alcançadas, e isso contribui para o equilíbrio interior. Nesse momento, volta-se a resgatar a identidade de muitas coisas que, ao longo da caminhada, tiveram que ser deixadas de lado. A música é uma dessas (VERA).*

É importante, ainda, frisar que a música representa uma expressão da humanidade e, assim como a educação, pode servir para a relação dialógica e transformadora, “superando toda e qualquer injustiça, preconceito ou submissão”; ou, ao contrário, pode ser “utilizada para manter uma ordem dominante, preestabelecida, excludente, que não deve ser contestada” (PADILHA, 2007, p. 52).



Os idosos costumavam fazer críticas a repertório que por algum motivo os desagradava, o que dava oportunidade para realizarmos reflexões e sugestões para possíveis soluções das questões apresentadas.

Precisa-se perceber as músicas que chegam até nós, seja em música de fundo, destaque em rádios, músicas de propaganda na televisão; precisa-se ter ouvidos críticos, pois às vezes a música pode estar nos fazendo mal e nem percebemos. Precisa-se refletir sobre a importância dos sons no meio ambiente para o homem e de que forma esses sons podem contribuir para a melhora ou piora de nossa qualidade de vida. Ouve-se os sons de motos, carros, caminhões, aviões, apito de trens, som ambiente em restaurantes, sons de espera ao telefone, consultórios médicos. É necessário observar de que maneiras eles nos influenciam, lembrando que costumamos traduzir através de sons nossas ideias, em palavras, reconhecer coisas e lugares, cantar ou dançar. De acordo com Fonterrada (2008), para compreender esse processo de ouvir, reconhecer, criar e organizar sons, é preciso que o reconheçamos como fenômeno físico existente na natureza e captado pelos nossos ouvidos. No trabalho de pesquisa, procurei que os idosos vivenciassem a experiência sonora de criar e produzir seus próprios sons e músicas de maneira simples, desenvolvendo uma relação prazerosa com a música.

O grupo vocal de idosos conseguiu realizar um trabalho produtivo através da interpretação de canções, culminando com várias apresentações públicas.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa teve como objetivo geral verificar os efeitos da música realizada em conjunto num grupo vocal de terceira idade e a possibilidade de colaborar com uma busca ecológica por qualidade de vida nessa faixa etária, baseada em princípios da educação ambiental. Procurei as respostas a essa questão e outras que foram aparecendo ao longo do estudo através da metodologia da pesquisa-ação e do modelo bioecológico de Bronfenbrenner. Importante salientar que a convivência semanal com os idosos, bem como a relação de afetividade que se desenvolveu durante o trabalho, foi fundamental para realizar a coleta e a análise dos dados e chegar a estas considerações finais.

A natureza está repleta de sons advindos de seu próprio existir – sons do vento, das águas, dos animais e tudo que existe, pois foi comprovado cientificamente que o som e o silêncio são complementares. Com a evolução da ciência se descobriu não existir o silêncio absoluto.

Com o desenvolver da humanidade, surgiu a música. Desde épocas mais remotas e apesar das variadas concepções que cercam a origem e finalidade da música relacionada às várias culturas no tempo e no espaço, ela nos acompanha desde a cantiga de ninar, passando por momentos marcantes em nossas vidas tais como formaturas, aniversários, casamentos, podendo fazer parte também de momentos mais tristes, ou de protesto. Enfim ela é nossa companheira de vida e de morte. Dessa maneira, mostrou-se que a música é algo intrínseco à história do ser humano sobre a Terra e uma de suas manifestações mais antigas e importantes.

Neste estudo procurei algumas definições que pudessem dar subsídios à proposta da questão levantada sobre os possíveis benefícios da música com enfoque em canções interpretadas por idosos da cidade de Pelotas, procurando integrar educação, cultura, saúde e lazer. Percebi que, dependendo do contexto histórico-social, a música pode participar da vida da sociedade de variadas maneiras. Desde curas físico-espirituais, passando pela orientação e influenciando no sentir e fazer políticos, proporcionando cultura e lazer em casas ou palcos especializados para que ela possa ser realizada – palco e público em silêncio para escutar a interpretação do músico ou músicos, em especial na música eurocêntrica –, passando pela

música de outros povos com concepções diferentes, tais como a eliminação da relação compositor-intérprete e ouvintes, passando a integração de todos em tudo, ou seja, ao mesmo tempo intérprete e ouvinte integrado no meio que está inserido, inclusive deixando que os sons do meio ambiente façam parte do fazer musical de seu grupo social – tal como ocorre entre os indígenas brasileiros, por exemplo.

A música tem o poder de lidar com o não-concreto, mas ao mesmo tempo com o percebido através de nossos sentidos, passando a ser uma ponte entre o visível e o invisível, o que talvez explique em parte seu fascínio e mistério, pois atinge e se processa entre o ser e o não-ser, pois está presente em matéria-prima em nosso mundo microscópico, passando pela natureza natural, no canto das águas, no rumor dos ventos na floresta, no canto ancestral do mar e chegando aos nossos ouvidos e percepções através do processo de criação de conhecimento datado e situado no espaço nas várias culturas que formam nosso planeta.

Falar sobre música é bastante complexo, pois tem uma abrangência e tantas possibilidades de criação e uso que comparo, mais uma vez, com a amplitude ilimitada do ser no tempo-espaço de nossa humanidade. Todavia, ainda mais desafiador e prazeroso é fazer música!

Essa possibilidade me levou a propor esta pesquisa, onde pude analisar no grupo vocal os possíveis benefícios do canto em grupo para melhorar a qualidade de vida com base em princípios da educação ambiental.

Destaca-se que a educação ambiental faz parte do movimento ecológico e nasceu da preocupação da sociedade com o futuro da vida e com a qualidade da existência das presentes e futuras gerações. Num segundo momento encontra-se a EA como proposta educativa que dialoga com o campo educacional, com suas tradições e saberes. Pode-se dizer que natureza e universo constituem uma teia de relações formando um complexo sistema de inter-retro-relações. Pode-se dizer também que a educação através da música pode vir a ser uma maneira ecológica de colaborar com a qualidade de vida em nível pessoal, social e com o meio em que o idoso está inserido. A palavra ecologia já passou por várias definições, mas utilizei nesta pesquisa a ecologia como possibilidade de se pensar e de se agir no mundo de acordo com a ética e a estética. Isso quer dizer que precisamos respeitar as leis criadas pela sociedade em que vivemos ou então agir para modificá-las se injustas ou superadas. Perceber que somos seres biológicos e sociais que precisamos de variadas condições para que possamos usufruir com respeito e fraternidade as possibilidades do ser e do ter. Que possamos nos amar mais e conseqüentemente desejemos ao outro as mesmas possibilidades. Fazer da solidariedade uma busca constante, do amanhecer ao anoitecer uma nova oportunidade de se conhecer, de se

redescobrir, de agir, de reagir, enfim de viver participando ativamente da vida com seus direitos e deveres. Conscientes de que se não podemos mudar o mundo, podemos colaborar seja no nível da ecologia mental, social e ambiental .

Movimento faz parte da vida e da música. Não existe o não-movimento em música, pois ela se desenvolve no tempo e no espaço assim como a vida humana. Diria até que nossa vida é uma música que compomos ao longo de nossa existência. Música é um sistema de comunicação que envolve sons estruturados produzidos por membros de uma comunidade que se comunica com outros membros, portanto sons humanamente organizados. Estes sons que compõem a música são contextualizados, provocam comportamentos físicos, mentais e espirituais. Como sabemos por nossas próprias experiências, a música de uma pessoa pode ser ruído de outra. Por isso a relação e escolha do repertório desenvolvido no grupo de idosos pesquisado nasceu do diálogo entre os interesses e possibilidades destes.

Conhecer um pouco mais sobre a terceira idade, bem como conhecer um pouco sobre cada um dos idosos do grupo foi como se me olhasse no espelho, lembrando o passado e vislumbrando o futuro. Ser velho é ser simplesmente. Juntando o tempo e as vivências, de repente estamos idosos e continuamos os mesmos, acrescidos de mais saberes. Respeitar as diferenças e diversidades culturais foi uma experiência enriquecedora para o grupo dos idosos. Merecemos todos ser felizes; assim, penso que devemos fazer de cada fase de nossas vidas o melhor que pudermos. Todavia não somos seres sós, mesmo que às vezes nos acompanhe a solidão. Precisamos caminhar juntos, nós na sociedade, assim como a sociedade em nós. Respeito, participação, exercício da cidadania, direito a dignidade, enfim, seres sociais e históricos atuantes, participativos e transformadores da realidade vivida. Por isso, bem-estar para todos para que possamos nos refletir uns nos outros. O amor, lembrando Maturana, é condição *sine qua non* para a felicidade aqui na Terra. Convivência, carinho, respeito, entusiasmo, perseverança, esperança e alegria moveram o trabalho no grupo vocal da terceira idade. Através da fala dos idosos, bem como dos demais participantes da pesquisa do mesossistema, exossistema e macrossistema, pude perceber que essa maneira de agir implica uma mão-dupla onde cada ação corresponde a uma reação.

Hoje em dia a terceira idade encontrada no grupo vocal está mais consciente de sua condição no mundo. Conhecem mais seus direitos e deveres, mas principalmente acreditam que podem expressar-se através da música e podem levar o seu fazer para outras pessoas, desde as mais queridas e próximas, como familiares e amigos, até os desconhecidos da plateia que no momento da apresentação musical se tornam conhecidos ou até amigos pela troca realizada na interpretação musical, aumentando assim o contato do grupo com o mundo.

Momentos de cultura, arte e lazer entremearam-se em nossos encontros para ensaio do repertório. Preparamos músicas vocais de variadas épocas e estéticas do repertório musical, ora em obras originais, ou arranjos, inclusive feitos pelo próprio grupo vocal. Essa dinâmica possibilitou a ampliação do conhecimento acerca do repertório musical aos integrantes do grupo, o que contribuiu para novas percepções acerca da música e, paralelamente, das inúmeras possibilidades de que dispomos a cada dia de nos reinventarmos, de nos descobrirmos e principalmente de nos amarmos uns aos outros. Este trabalho de pesquisa nasceu do amor que sinto pela música, pelo ser humano e em especial pela faixa etária em estudo.

A educação ambiental mostrou ao grupo e especialmente a mim o quanto somos ao mesmo tempo natureza e cultura. Somos seres biológicos, seres por onde a natureza se transforma continuamente em cultura. Somos mediadores e tradutores do mundo em que vivemos. Somos atores sociais agindo através de nossos sons, sejam da fala ou do canto. Os idosos se sentiram felizes e com autoestima mais elevada por se perceberem vivos e atuantes na sociedade em que vivem. Fazer música implica mudanças biológicas, sociais e culturais. Nesta pesquisa o repertório musical foi escolhido para que pudéssemos nos expressar, nos alegrar, compartilhar e participar da sociedade de forma mais consciente, buscando melhor qualidade de vida em nível biológico, mental, social, cultural e ecológico. Notou-se através das declarações dos idosos, bem como do mesossistema, uma diminuição do nível de estresse, da tensão; um aumento da capacidade da memória, ao decorarem as letras das canções em suas melodias e ritmos variados. Através da interpretação das músicas de variados compositores, estilos e épocas, notou-se um maior poder de concentração, atenção, imaginação e criatividade nos ensaios do grupo e principalmente nas apresentações públicas. A importância da música como elemento de socialização ficou evidente na demonstração de bom humor, motivação, aumento da autoestima e consequente crescimento interpessoal e afetivo.

A sinergia de pressupostos da Educação Ambiental com os da educação eco-musical nos remete às interações entre os organismos e os ambientes, na busca de maior compreensão acerca do ser humano e sua relação com o outro, com os grupos, com a sociedade na busca por percepções e soluções para a construção-transformação de um mundo social-ambiental ecologicamente equilibrado.

Educar, sensibilizar, informar, refletir, avaliar são ações que procurei desenvolver no relacionamento com o grupo através da música procurando incentivá-los a romper com práticas contrárias ao bem-estar público, promover a igualdade na diferença, articuladas às mudanças éticas que se fizerem necessárias.

## REFERÊNCIAS

- ALBINATI, M. E. C. B. *Recursos musicoterapêuticos na terceira idade*. Belo Horizonte: Ed. da UFMG, 1996.
- ALBINO, C.; LIMA, R. A. *A aplicabilidade da pesquisa-ação na educação musical*. Disponível em: <<http://www.revistas.ufg.br/index.php/musica/article/view/11251/7395>>. Acesso em: 09 ago. 2010.
- ALVES, R. *Sobre o tempo e a eternidade*. Campinas: Papirus, 1999.
- \_\_\_\_\_. *Educação dos sentidos e mais...* Campinas: Verus, 2005.
- BANDEIRA, M. *Estrela da vida inteira*. São Paulo: José Olympio, 1973.
- BARROS, J. Música indígena brasileira: filtragens e apropriações do colonizador e do músico ocidental. *Espaço Ameríndio*, UFRGS, v. 5, n. 1, 2011.
- BARROS, J. *Raízes da música brasileira*. São Paulo: Hucitec, 2011.
- BAUMAN, Z. *Vida para consumo: a transformação das pessoas em mercadorias*. Tradução Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2008.
- BECKER, R. N. *Musicalização: da descoberta à consciência rítmica e sonora*. Ijuí: Unijuí, 1989.
- BELLOCHIO, C. R.; GEWEHR, M.; FARIAS, C. H. B. Educação musical, formação e ação de professores dos anos iniciais de escolarização: um estudo em processo. In: ENCONTRO REGIONAL DA ABEM-SUL, 4.; ENCONTRO DO LABORATÓRIO DE ENSINO DE MÚSICA/LEM-CE-UFSM, 1. *Anais...* Santa Maria: UFSM, 2001.
- BELLOCHIO, C. R.; LEME, G. R. Professores de escolas de música: um estudo sobre a utilização de tecnologias. *Revista da ABEM*, n. 17, p. 87-96, 2001.
- BOFF, L. *Nova era: a civilização planetária*. São Paulo: Ática, 1994.
- BRASIL. *Constituição da República Federativa do Brasil*. Brasília: Senado Federal, 1988.
- \_\_\_\_\_. Lei N. 8.842, de 4 de janeiro de 1994. Dispõe sobre a política nacional do idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências. Brasília: Senado Federal, 1994.
- \_\_\_\_\_. Lei nº 9795, de 25 de abril de 1999. Dispõe sobre a educação ambiental, institui a Política Nacional de Educação Ambiental e dá outras providências. Brasília: Congresso Nacional, 1999.
- \_\_\_\_\_. Lei Nº 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Brasília: Senado Federal, 2003. Disponível em: <<http://www.planalto.gov.br/ceivl/03/leis/2003/L10.741>>. Acesso em: 16 ago. 2010.
- BRANDÃO, C. R. *A educação como cultura*. Campinas: Mercado das Letras, 2002.

- BRÉSCIA, V. P. *Educação musical: bases psicológicas e ação preventiva*. Campinas: Alínea, 2011.
- BRITO, T. A. *Música na educação infantil: proposta para a formação integral da criança*. São Paulo: Peirópolis, 2003.
- BRONFENBRENNER, U. *A ecologia do desenvolvimento humano: experimentos naturais e planejados*. Tradução: Maria Adriana Veríssimo Veronese. Porto Alegre: Artmed, 1996.
- BURNHAM, T. Educação ambiental e reconstrução do currículo escolar. *Cadernos CEDES*, n. 29, 1993.
- CAGE, J. *De segunda a um ano*. São Paulo: Hucitec, 1985.
- CÂMARA JÚNIOR, J. M. *Princípios de linguística geral*. Rio de Janeiro: Acadêmica, 1968.
- CAMARGO, D. de. *A perspectiva estética e expressiva na escola: articulando conceitos da psicologia sócio-histórica*. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722008000300007>>. *Psicol.estud.vol*. Acesso em: 12 maio 2012.
- CAMPOS, D. A. *Oficina de música: uma caracterização de sua metodologia*. Goiânia: CEGRAF, 1988.
- CANDÉ, R. *O convite à música*. São Paulo: Martins Fontes, 1980.
- CARVALHO, I. C. de M. *Educação ambiental: a formação do sujeito ecológico*. São Paulo: Cortez, 2006.
- CASTRO, M. A. de. Ecologia: a cultura como habitação. In: SOARES, A. M. S. (Org.). *Ecologia e literatura*. Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro, 1992.
- CHIARELLI, L. *A importância da musicalização na educação infantil e no ensino fundamental*. Disponível em <<http://www.iacat.com/revista/recreate/recreate03.htm>>. Acesso em: 21 abr. 2011
- CLARET, M. *O poder da música*. São Paulo: Martin Claret, 1993.
- COSTA, E. F. A.; PORTO, C. C.; SOARES, A. T. Envelhecimento populacional brasileiro e o aprendizado de geriatria e gerontologia. *Revista da UFG*, v. 5, n. 2, dez. 2003. Disponível em: <[www.proec.ufg.br/revista\\_ufg/idoso/envelhecimento.html](http://www.proec.ufg.br/revista_ufg/idoso/envelhecimento.html)>. Acesso em: 21 fev. 2013.
- COSTALLAT, D. *Psicomotricidade*. Porto Alegre: Globo, 1985.
- CHAUÍ, M. *Tempo social*. São Paulo: Edusp, 2000.
- CRUVINEL, F. M. *Educação musical e transformação social: uma experiência com ensino coletivo de cordas*. Goiânia: Instituto Centro-Brasileiro de Cultura, 2005.
- D'AQUINO, N. *Você é a música: oito experiências em silêncio e som*. São Paulo: Casa Sri Aurobindo, 1971.
- DEBERT, G. G. *A reinvenção da velhice: socialização e processos de reprivatização do envelhecimento*. São Paulo: EDUSP, 1999.
- DELANNO, C. *Mais que nunca é preciso cantar: noções básicas teóricas e práticas de canto popular*. São Paulo: Irmãos Vitale, 2009.
- DICIONÁRIO GROVE DE MÚSICA. Edição concisa. Rio de Janeiro: Zahar, 1994.
- DUARTE JÚNIOR, J. F. *O sentido dos sentidos*. Curitiba: Criar, 2001.
- DUMAZEDIER, J. *Lazer e cultura popular*. São Paulo: Perspectiva, 2001.

- ESTÉVEZ, P. R. *A alternativa estética na educação*. Tradução: João Reguffe. Rio Grande: Ed. da FURG, 2009.
- FAUSTINI, J. W. *Música e adoração*. São Paulo: Summus, 1996.
- FERREIRA, A. B. de H. *Pequeno dicionário brasileiro da Língua Portuguesa*. 10.ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1963.
- FERREIRA, M. *Como usar a música na sala de aula*. São Paulo: Contexto, 2001.
- FERRIOLLI, E. *Álbum de direitos da terceira idade*. São Paulo: Aché, 2002.
- FIGURELLI, A. H. *O turismo na velhice praticado na cidade do Rio Grande e suas aproximações com os princípios da Educação Ambiental*. Rio Grande, 2009. 99 f. Dissertação [Mestrado em Educação Ambiental] – Programa de Pós-Graduação em Educação Ambiental, Universidade Federal do Rio Grande.
- FONTEERRADA, M. T. O. *Música e meio ambiente: ecologia sonora*. São Paulo: Irmãos Vitale, 2004.
- \_\_\_\_\_. *De tramas e fios*. Rio de Janeiro: Funarte, 2008.
- FRANCO, M. A. Pedagogia da pesquisa-ação. *Educação e Pesquisa*, São Paulo, v. 31, n. 3, p. 483-502, set.-dez. 2005.
- FREIRE, P. *Pedagogia do oprimido*. 17.ed. Petrópolis: Paz e Terra, 1987.
- \_\_\_\_\_. *Pedagogia da esperança: um reencontro com a pedagogia do oprimido*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1992.
- \_\_\_\_\_. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 1997.
- \_\_\_\_\_. *Política e educação*. 6.ed. São Paulo: Cortez, 2001.
- FUNDAÇÃO INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA [FIBGE]. *Perfil dos idosos responsáveis pelos domicílios no Brasil 2000*. Rio de Janeiro: FIBGE, Departamento de População e Indicadores Sociais, 2002.
- GAINZA, V. H. *Estudos de psicopedagogia musical*. São Paulo: Summus, 1988. (Novas Buscas em Educação, 31).
- \_\_\_\_\_. *La iniciación musical del niño*. Buenos Aires: Ricordi, 1999.
- GASKELL, G.; BAUER, M. *Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático*. Rio de Janeiro: Vozes, 2008.
- GÁSPARI, J. C.; SCHWARTZ, G. M. O idoso e a ressignificação emocional do lazer. *Psicologia: teoria e pesquisa*, v. 21, n. 1, p. 69-76, jan.-abr. 2005.
- GASTAL, R. L. *Do olhar à reflexão: a vivência fotográfica em ecossistemas como proposta de educação ambiental*. Rio Grande, 2002, 155 f. Dissertação [Mestrado em Educação Ambiental] – Programa de Pós-Graduação em Educação Ambiental, Universidade Federal do Rio Grande.
- GENTILI, P. O discurso da “qualidade” como nova retórica conservadora no campo educacional. In: GENTILI, P.; SILVA, T. (Orgs.). *Neoliberalismo, qualidade total e educação: visões críticas*. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 1995.
- GOLDMAN, S. N. *Aspectos sociais e políticos do envelhecimento*. Disponível em: <<http://www.sbggrj.org.br/Biblioteca/aspectos.asp>>. Acesso em: 09 maio 2012.



- GOMES, R. A. G. Os idosos de hoje e de amanhã e a contribuição da educação não-formal: breves apontamentos a partir de experiências práticas. *Revista de Ciências e Educação*, Americana, ano 10, n. 19, p. 55-76, 2. sem. 2008.
- GRAVINIS, C. R. T. *(Re)construindo um novo pensar*: proposta transformadora de idosos participantes do NUTI, alicerçada nos fundamentos da educação ambiental. Rio Grande, 2009. 164f. Dissertação [Mestrado em Educação Ambiental] – Programa de Pós-Graduação em Educação Ambiental, Universidade Federal do Rio Grande.
- GREGORI, Maria Lúcia P. *Música e yoga transformando sua vida*. Rio de Janeiro: DP&A, 1997.
- GUATTARI, F. *As três ecologias*. Campinas: Papirus, 2009.
- GUATTARI, F.; ROLNICK, S. *Micropolítica*: cartografias do desejo. Petrópolis: Vozes, 1986.
- HALPERN, S. *Som saúde*: magnetismo e força. Rio de Janeiro: Tek Box, 1995.
- HIKIJ, Rose S. G. *A música e o risco*. São Paulo: Edusp, 2006.
- HOLLOWAY, J. *Mudar o mundo sem tomar o poder*. Tradução: Emir Sader. São Paulo: Viramundo, 2003.
- HUIZINGA, J. *Homo ludens*: o jogo como elemento da cultura. 4.ed. São Paulo: Perspectiva, 2000.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA [IBGE]. População brasileira envelhece em ritmo acelerado. *Comunicação Social*, 27 nov. 2008. Disponível em: [http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia\\_visualiza.php?id\\_noticia=1272](http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_visualiza.php?id_noticia=1272)  
Acesso 21 set. 2012.
- IZQUIERDO, I. *Memória*. Porto Alegre: Artmed, 2002.
- JACOBI, P. R. Educação ambiental: o desafio da construção de um pensamento crítico, complexo e reflexivo. *Educação e Pesquisa*, São Paulo, v. 31, n. 2, p. 233-250, maio-ago. 2005.
- JACQUARD, A. *Lições de ecologia humana*: da angústia à esperança. Lisboa: Instituto Piaget, 2002.
- JOSSO, M. C. *Experiências de vida e formação*. São Paulo: Cortez, 2004.
- JOURDAIN, R. *Música, cérebro e êxtase*: como a música captura nossa imaginação. Rio de Janeiro: Objetiva, 1998.
- KAGAN, M. *Lecciones de estética marxista leninista*. La Habana: Arte e Literatura, 1984.
- KANT, I. *Fundamentação da metafísica dos costumes e outros escritos*. São Paulo: Martin Claret, 2004.
- KOLLER, S. H. *Ecologia do desenvolvimento humano*: pesquisa e intervenção no Brasil. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004.
- KOELLREUTTER, H. J. *Terminologia de uma nova estética da música*. Porto Alegre: Movimento, 1990.
- KREBS, R. J. *Teoria dos sistemas ecológicos*: um paradigma para o desenvolvimento infantil. Santa Maria: Ed. da UFSM, 1997.
- \_\_\_\_\_. *Urie Bronfenbrenner e a Ecologia do desenvolvimento humano*. Santa Maria: Casa Editorial, 1995.

- LAGO, A.; PÁDUA, J. A. *O que é ecologia*. São Paulo: Brasiliense, 1984.
- LAMY, M. *As camadas ecológicas do homem*. Lisboa: Instituto Piaget, 1996.
- LANGER, S. *Form and feeling*. New York: Scribner's Sons, 1953.
- LEÃO, Eliseth R. *La dignidad de las personas ancianas institucionalizadas: el papel de la música em el encuentro humano*. Disponível em: <<http://www.um.es/ojs/index.php/eglobal/article/viewFile/16101/15521>>. Acesso em: 16 nov. 2010.
- LEVI-STRAUSS, C. *O cru e o cozido*. São Paulo: Brasiliense, 1991.
- LEGER, J. M. T. *A psicologia do envelhecimento*. Petrópolis: Vozes, 2004.
- LIMA, L. P. Reformas paradigmáticas na velhice do século XXI. In: KACHAR, Vitoria. *Longevidade: um novo desafio para a educação*, São Paulo: Cortez, 2001.
- LOUBERT, M. do P. A estética e a educação. *Revista de Ciências Humanas*, Florianópolis, n. 10, p. 27-29, jul.-set. 1979.
- LOUREIRO, C. F. B. Educação transformadora. In: LAYRARGUES, P. P. (coord.) *Identidades da educação ambiental brasileira*. Brasília, MMA, 2004.
- \_\_\_\_\_. *Trajetória e fundamentos da educação ambiental*. São Paulo: Cortez, 2006.
- LUZ, M. C. *A música na terceira idade: uma metodologia de sensibilização e iniciação à linguagem musical*. Disponível em: <<http://www.sescsp.org.com>>. Acesso em: 25 jun. 2010.
- MACHADO, R. M. *Arte e sustentabilidade: alinhavando memórias e saberes do Grupo Arte na 3ª Juventude, Pelotas /RS*. Trabalho de Conclusão do curso de Artes Visuais-Licenciatura da Universidade Federal de Pelotas, 2011.
- MARTINOFF, Eliane H. S. *Benefícios da escuta musical orientada na terceira idade*. Disponível em: <[pt.scribd.com/dos/96703550/benefícios-da-escuta-musical-orientada-na-terceira-idade](http://pt.scribd.com/dos/96703550/beneficios-da-escuta-musical-orientada-na-terceira-idade)>. Acesso em: 23 jun. 2010.
- MAGNANI, S. *Expressão e comunicação na linguagem da música*. Belo Horizonte: Ed. da UFMG, 1996.
- MAIA, M. Orientação qualificação da tese. FURG, 2012.
- MARCELINO, N. C. *Estudo do lazer: uma introdução*. Campinas: Papirus, 2002.
- MARQUES, M. O. *Escrever é preciso*. Petrópolis: Vozes, 2008.
- MARTIN, E.; ISAACS, A. *Dicionário de música*. São Paulo: Zahar, 1982.
- MARX, K; ENGELS, F. *Sobre literatura e arte*. São Paulo: Global, 1986.
- MATHIAS, N. *Coral, um canto apaixonante*. Brasília: Musimed, 1986.
- MATURANA, H. *Emoções e linguagem na educação e na política*. Minas Gerais: Ed. da UFMG, 2005.
- MERRIAM, S. *The anthropology of music*. Evanston: Northwestern University, 1997.
- MELO, Victor A.; ALVES JÚNIOR, E. *Introdução ao lazer*. Barueri: Manole, 2003.
- MIRANDA, M. L. J.; GODELI, M. R. C. S. Música, atividade física e bem-estar psicológico em idosos. *R. Bras. Ci. e Mov.*, Brasília, v. 11, n. 4, p. 87-94, out.-dez. 2003.
- MORAES, R.; GALIAZZI, M. C. *Análise textual discursiva: processo reconstrutivo de múltiplas faces. Ciência e Educação*, São Paulo, UNESP, v. 1, p. 8, 2006.

- MORENO, J. L. *Psicoterapia de grupo e psicodrama*. Campinas: Psy, 1993.
- MOTA, L. L. *Meio ambiente, educação e terceira idade*. Rio Grande, 2004. 229 f. Dissertação [Mestrado em Educação Ambiental] – Universidade Federal do Rio Grande. Programa de Pós-Graduação em Educação Ambiental.
- MUGGIATI, R. *O grito e o mito*. Petrópolis: Vozes, 1973.
- MUNHOL, Maria Elisa. *O idoso*. Disponível em: <[http://www2.oabsp.org.br/asp/comissoes/estudos\\_idoso/mensagens/idoso.htm](http://www2.oabsp.org.br/asp/comissoes/estudos_idoso/mensagens/idoso.htm)>. Acesso em: 02 abr. 2011.
- NERY, A. *Qualidade de vida e idade madura*. Campinas: Papyrus, 1993.
- NIRENBERG, J. Música na medicina. *Revista Brasileira de Música*, Rio de Janeiro, Centro de Letras e Artes; Escola de Música da UFRJ, v. 15, p. 107-114, 1985.
- NOVAES, M. H. *Psicologia da terceira idade: conquistas possíveis e rupturas necessárias*. Rio de Janeiro: NAV, 2010.
- OLIVEIRA S. A. C. Música e terceira idade. *Revista Expressa Extensão*, Pelotas, UFPel, v. 14, 2009.
- OLIVEIRA, M. K. *Vygotsky: aprendizado e desenvolvimento – um processo sócio-histórico*. São Paulo: Scipione, 2001.
- OLIVET, F. *Música apresentada como ciência e arte*. São Paulo: Madras, 2004.
- ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. *Plano de Ação Internacional contra o envelhecimento 2002*. Brasília: Secretaria Especial dos Direitos Humanos, 2003.
- PADILHA, P. R. *Educar em todos os cantos: reflexões e canções por uma educação intertranscultural*. São Paulo: Cortez, 2007.
- PAHLEN, K. *Nova história universal da música*. São Paulo: Melhoramentos, 1991.
- PARO, V. *Escritos sobre educação*. São Paulo: Xamã, 2001.
- PAZZINI, D. *A contribuição da musicoterapia na velhice*. Disponível em: <<http://www.portaldoenvelhecimento.net/artigos/artigo1697.htm>>. Acesso em: 24 nov. 2008.
- PEDERIVA, P. O papel do corpo no desenvolvimento cognitivo musical. In: SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE COGNIÇÃO E ARTES MUSICAIS, 1., Curitiba, 2005. *Anais...* Curitiba: Deartes – UFPR, 2005.
- \_\_\_\_\_. Canto coral na terceira idade: suas práticas, motivações e perspectivas. In: ENCONTRO ANUAL DA ABEM, 15., *Anais...*, João Pessoa, 17-20 out. 2006.
- PERES, L.; PORTO, T. (Org.). *Tecnologias da educação: tecendo relações entre imaginário, corporeidade e emoções*. São Paulo: Junquiera & Marin, 2006.
- PETRAGLIA, M. *A música e sua relação com o ser humano*. São Paulo: OuvirAtivo, 2010.
- PHILIPPI JUNIOR, A.; PELICIONI, M. C. *Educação ambiental: desenvolvimento de cursos e projetos*. São Paulo: Signus, 2000.
- PINHEIRO JÚNIOR, G. Sobre alguns conceitos e características de velhice e terceira idade: uma abordagem sociológica. *Linhas*, Florianópolis, v. 6, n. 1, 2004. Disponível em: <<http://www.periodicos.udesc.br/index.php/linhas/article/viewFile/1255/1067>>. Acesso em: 20 abr. 2009.

PORTO, I.; CARVALHO, F. A. H.; NEVES, V. P. T.; NOVO, M. S.; TOMAZELLI, S. Correlação entre níveis de autoestima, performance cognitiva e de memória em idosos: uma visão ecológica. *Ambiente & Educação*, Rio Grande, FURG, v. 15, n. 1, p. 195-219, 2010.

PORTO, I. Interações do idoso no microssistema familiar: a percepção dos familiares. In: SANTANA, M. da G. (Org.). *Vivências junto à pessoa idosa*. Pelotas: Ed. da UFPel, 2008. p. 99-122.

\_\_\_\_\_. Violência contra idosos institucionalizados. *Psic: revista de psicologia da Vetor Editora*, São Paulo, v. 9, n. 1, jun. 2008. Disponível em: <<http://pepsic.bvsa>>. Acesso em: 20 jun. 2011.

\_\_\_\_\_. *Núcleo Universitário da Terceira Idade - programa de lazer, educação e cultura para Idosos da Comunidade do Rio Grande*. Rio Grande: FURG, 2005.

PORTO, T. M. E. *Professores em aprendizagens: brincando com linguagem em arte e comunicação*. Programa Especial de Formação de Professores em Serviço da FAE-UFPel. Dez anos de experiência, reflexões e práticas, 2008.

REIGOTA, M. *O que é educação ambiental*. São Paulo: Brasiliense, 1994.

RIBEIRO LEÃO, E. La dignidad de las personas ancianas institucionalizadas: el papel de la música em el encuentro humano. *Enfermería Global*, n. 13, 2008. Disponível em: <<http://www.um.es/ojs/index.php/eglobal/article/viewFile/16101/15521>>. Acesso em: 16 nov. 2010.

RIMÉ, B. *Le partage social des émotions*. Paris: Delachaux & Niestlé, 1993.

RODRIGUES, A. de M. *Construindo o envelhecimento*. Pelotas: Educat, 1998.

RODRIGUES, N. C.; RAUTH, J. *Estudos interdisciplinares sobre envelhecimento*. Porto Alegre: Núcleo de Estudos Interdisciplinares sobre Envelhecimento Humano; Pró-Reitoria de Extensão; Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2004. Disponível em: <[books.google.com.br/books?ei=5dQFUNaaJKeY6QG8wMHcCA&id=rjdHAAAAYAAJ&dq=Rodrigues+e+Rauti](http://books.google.com.br/books?ei=5dQFUNaaJKeY6QG8wMHcCA&id=rjdHAAAAYAAJ&dq=Rodrigues+e+Rauti)>. Acesso em: 23 nov. 2011.

\_\_\_\_\_. Os desafios do envelhecimento no Brasil. In: FREITAS, E. V. et al. *Tratado de geriatria e gerontologia*. 2.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002. p.106-110.

ROSENFELD, D. L. *Ética e estética*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.

SANTANA, M. da G. *O corpo do ser diabético, significados e subjetividade*. Florianópolis, 1998. Tese [Doutorado em Enfermagem] – Centro de Ciências da Saúde; Universidade Federal de Santa Catarina.

SANTANA, M. da G. (Org.). *Vivências junto à pessoa idosa*. Pelotas: Ed. da UFPel, 2008.

SAUVÉ, Lucie. Uma cartografia das correntes em educação ambiental. In: SATO, Michèle; CARVALHO, Isabel (orgs.). *Educação ambiental: pesquisa e desafios*. Porto Alegre: Artmed, 2006.

SCHAFER, R. M. *O ouvido pensante*. Tradução de Marisa T. O. Fonterrada, Magda R. G. da Silva, Maria L. Pascoal. São Paulo: Ed. da UNESP, 1991.

\_\_\_\_\_. *A afinação do mundo*. São Paulo: Ed. da UNESP, 2001.

SÉ, E. V. G. *Música também exercita a mente*. Disponível em: <<http://www.idosos.com.br/elisandra2.htm>>. Acesso em: 07 jul. 2012.

SEKEFF, M. de L. *Da música, seus usos e recursos*. São Paulo: Ed. da UNESP, 2002.

- SEEGER, A. Ethnography of Music. In: MYERS, H. *Ethnomusicology: An introduction*. London: MacMillan, 1992.
- SILVEIRA, L. *O efeito terapêutico do coral*. Pelotas, 2001. Monografia [Especialização em Musicoterapia] – Conservatório de Música, Universidade Federal de Pelotas.
- SIMÕES, R. *Corporeidade e terceira idade: a marginalização do corpo dos idosos*. 3. ed. Piracicaba: UNIMEP, 1998.
- SOUSA, M. G. A importância da musicalidade no processo do envelhecimento. *Dança Sênior*, Joinville, Unidade de Ação da Instituição Bethesda, ano 18, n. 1, p. 17-20, fev. 2011.
- SOUZA, C. M. S.; LEÃO, E. Terceira idade e música: perspectivas para uma educação musical. In: CONGRESSO DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO EM MÚSICA (ANPPOM), 16. *Anais...* Brasília, 2006.
- SOUZA, J. *Palavras que cantam*. Porto Alegre: Sulina, 2006.
- SOUZA, S. L. *Educação com idosos*. Disponível em: <<http://www.Unati.uerj.br>>. Acesso em: 20 abr. 2011.
- STALLYBRASS, P. *O casaco de Marx: roupas, memória, dor*. Belo Horizonte: Autêntica, 2008.
- STATERI, J. *A criança e a música*. São Paulo: Redijo, 1978.
- SUZIGAN, M. L. C.; SUZIGAN, G. de O. *Educação musical: um fator preponderante na construção do ser*. 2.ed. São Paulo: CLF Balieiro/G4, 1986. v.1.
- TAME, D. *A música, o homem e a sociedade*. São Paulo: Cultrix, 1993.
- \_\_\_\_\_. *O poder oculto da música*. Rio de Janeiro: Cultrix, 1997.
- THIOLLENT, M. *Metodologia da pesquisa-ação*. São Paulo: Cortez, 2009.
- TOURINHO, L. M. C. *Musicoterapia e a terceira idade ou musicoterapia: corpo sonoro*. Disponível em: <<http://www.targon.com.br/users/lucia/1001.html>>. Acesso em: 02 mar. 2011.
- TOZONI-REIS, M. F. de C. *Educação ambiental: natureza, razão e história*. 2. ed. rev. Campinas: Autores Associados, 2008.
- TRIPP, D. Pesquisa-ação: uma introdução metodológica. *Educação e Pesquisa*, São Paulo, v. 31, n. 3, p. 443-466, set.-dez. 2005.
- VERAS, R. *País jovem com cabelos brancos: a saúde do idoso no Brasil*. Rio de Janeiro: Relume Dumará; UERJ, 1994.
- VICENTIN, T. Música para curar o corpo e a mente. *Dança Sênior*, Joinville, ano 18, n.1, p. 5-6, fev. 2011. Disponível em: <<http://vilamulher.terra.com.br/musica-para-curar-o-corpo-e-a-mente-11-1-69-263.html>>. Acesso em: 18 jun. 2012.
- VYGOTSKY, L. S. *A construção do pensamento e da linguagem*. São Paulo: Martins Fontes, 2000.
- \_\_\_\_\_. *Psicologia da arte*. São Paulo: Martins Fontes, 2001.
- \_\_\_\_\_. *A formação social da mente*. São Paulo: Martins Fontes, 2008.
- WILLEMS, E. *Las bases psicológicas de la educación musical*. Buenos Aires: Ed. Universitaria de Buenos Aires, 1970.
- WISNIK, J. M. *O som e o sentido*. São Paulo: Schwarcz, 1989.

WITCZAK, M. V. C.; OLWHEILLER, Z. N. C. Com vivências: a experiência com grupos de idosos na UNISC. In: SANTANA, M. da G. (Org.). *Vivência junto à pessoa idosa*. Pelotas: Ed. da UFPel, 2008. p.123-138.

YUNES, M. A.; BERSCH, A. A. O brincar e as crianças hospitalizadas: contribuições da abordagem ecológica. *Ambiente & Educação*, FURG, v. 13, p. 119-132, 2008.

YUNES, M. A.; JULIANO, M. C. A bioecologia de desenvolvimento humano e suas interfaces coma educação ambiental (submetido). *Cadernos de Educação*, UFPEL, 2011.

ZEPPONE, R. M. O. *Educação ambiental: teoria e práticas escolares*. São Paulo: J. M., 1999.

ZIMERMAN, G. *Velhice: aspectos biopsicossociais*. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 2000. Disponível em: <<http://www.viajamais.com.br>> Acesso: 08 maio 2008.

## **APÊNDICES**

**APÊNDICE A – Roteiro de Entrevistas – Comunidade da Cidade de Pelotas, RS**

**ROTEIRO DE ENTREVISTAS - Comunidade da Cidade de Pelotas, RS**

**DADOS BIOGRÁFICOS**

Nome: .....

Idade: .....

Sexo: .....

Cor: .....

Religião: .....

Posição no grupo familiar: .....

Estado civil: .....

Profissão: .....

**DADOS DA PESQUISA**

1. Como você vê a terceira idade hoje em dia?
2. A educação ambiental visa à harmonia entre todas as formas de vida em nosso planeta, em que cada um de nós, de acordo com nossas habilidades e possibilidades, possa contribuir para uma vida mais justa, feliz e sustentável para todos. Acha que a música pode contribuir neste processo? De que maneira(s)?
3. Acha que a música pode colaborar de alguma maneira para melhorar a qualidade de vida na terceira idade? Por quê?

**MUITO OBRIGADA!**



**APÊNDICE B – Roteiro de Entrevista – Docentes de Artes para a Terceira Idade****ROTEIRO DE ENTREVISTAS - Docentes de Artes para Terceira Idade****DADOS BIOGRÁFICOS**

Nome .....

Idade ..... Sexo ..... Cor ..... Religião .....

Posição no grupo familiar ..... Estado civil .....

Grau de instrução ..... Instituição .....

Curso em que atua .....

Naturalidade .....

**DADOS SOBRE A PESQUISA**

1. Como você vê a terceira idade hoje em dia?
2. Você vivenciou ou conheceu algum fato relacionando música e terceira idade que tenha sido significativo para você? Poderia compartilhar conosco?
3. A educação ambiental visa à harmonia entre todas as formas de vida em nosso planeta, em que cada um de nós, de acordo com nossas habilidades e possibilidades, possamos contribuir para uma vida mais justa, feliz e sustentável para todos. Acha que a música pode contribuir neste processo? Especialmente em relação à terceira idade, de que maneira (s)?

OBRIGADA

**APÊNDICE C – Roteiro de Entrevistas – Família dos idosos do Grupo Vocal da Associação dos Diabéticos de Pelotas**

**ROTEIRO DE ENTREVISTAS - Família dos idosos do Grupo Vocal da Associação dos Diabéticos de Pelotas**

**DADOS BIOGRÁFICOS:**

Nome .....

Idade ..... Sexo ..... Cor ..... Religião .....

Posição no grupo familiar ..... Estado civil .....

Grau de instrução .....

**DADOS DA PESQUISA:**

1. Você gosta de ouvir música?  
 Sim  Não
2. Em caso positivo, quais suas músicas preferidas?
3. Quantas vezes escuta música por semana?  
 Todo dia  
 Três a quatro vezes por semana  
 Uma a duas vezes por semana  
 Nenhum dia
4. Gosta de ter um idoso em casa?  
 Sim  Não  
 Por quê?
5. Acha que cantar faz bem ao seu idoso?  
 Sim  Não  
 Por quê?
4. Notou alguma modificação na saúde/e ou comportamento do seu idoso desde que começou a frequentar o Grupo Vocal dos Diabéticos de Pelotas?

**APÊNDICE D – Roteiro de Entrevistas - Administração da Associação dos Diabéticos de Pelotas**

**ROTEIRO DE ENTREVISTAS - Administração da Associação dos Diabéticos de Pelotas**

**DADOS BIOGRÁFICOS:**

Nome .....

Idade ..... Sexo ..... Cor ..... Religião .....

Posição no grupo familiar ..... Estado civil .....

Grau de instrução .....

Função: .....

**DADOS DA PESQUISA:**

1. Você considera a música importante para os associados?

Sim  Não

Por quê?

2. Você notou alguma modificação na saúde e/ou comportamento dos idosos da Associação que participam do grupo vocal?

Sim  Não

Quais?

Alegria

Maior socialização

Indiferença

Respiração mais eficiente (consciência)

Emissão vocal mais adequada

Aumento da autoestima

Integração

Atenção

Cooperação

Outros

Em caso de outros, gostaria de descrevê-los?

3. A música é importante na sua vida?

Sim  Não

Poderia comentar?

4. Como descreveria a terceira idade atualmente?

5. Gostaria de comentar sobre algum outro assunto? Qual (is)?

**APÊNDICE E – Roteiro de Entrevistas – Grupo dos discentes que participaram da pesquisa****ROTEIRO DE ENTREVISTA - Grupo dos discentes que participaram da Pesquisa****DADOS BIOGRÁFICOS:**

Nome .....

Idade ..... Sexo ..... Cor ..... Religião .....

Curso ..... Instituição .....

Posição no grupo familiar ..... Estado civil .....

**SOBRE A PESQUISA:**

1. A partir de sua experiência no Grupo Vocal da Associação de Diabéticos, como você vê a terceira idade atualmente?
2. Em nossas oficinas de música junto ao referido grupo, desenvolvemos exercícios de relaxamento, técnica vocal (respiração, dicção, articulação, ressonância), socialização, dança sênior, preparação do repertório do erudito passando pelas músicas populares brasileiras e marchinhas de carnaval. Poderia comentar sobre esses aspectos abordados? Notou alguma contribuição nessas práticas para promover a melhoria da qualidade de vida na terceira idade?
3. Gostaria de comentar sobre sua experiência com o grupo de terceira idade?
4. A educação ambiental visa à harmonia entre todas as formas de vida em nosso planeta, em que cada um de nós, de acordo com nossas habilidades e possibilidades, possamos contribuir para uma vida mais justa, feliz e sustentável para todos. Acha que a música pode contribuir neste processo? De que maneira (s)?

OBRIGADA

**APÊNDICE F** – Entrevista semiestruturada – Idosos do Grupo Vocal da Associação dos Diabéticos de Pelotas

ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA- idosos do Grupo Vocal da Associação dos Diabéticos de Pelotas

Nome: .....

Idade: .....

Sexo: ( ) masculino ( ) feminino

1. Há quanto tempo participa da Associação dos Diabéticos de Pelotas?
2. Como era a sua vida antes de entrar para o Grupo Vocal?
3. Sua participação no Grupo Vocal trouxe alguma modificação na sua vida?
4. Poderia catalogar os seus sons favoritos e os menos apreciados?
5. Como a música entrou em sua vida?
6. Se tivesse que escolher uma trilha sonora para a sua vida, que música escolheria?
7. Você tem alguma fase da vida ou acontecimento em que a música lhe proporcionou alguma reação ou atitude significativa? Comente sobre isso.
8. Você considera importante a presença da música na sua vivência de terceira idade?
9. Você toca, canta fora do ensaio do grupo vocal? Fale sobre isso.
10. Em nossos ensaios, quais as músicas que prefere?
11. Acha que a música pode melhorar sua qualidade de vida? De que maneira?
12. O que sente ou percebe durante o ensaio do Grupo Vocal?
13. Qual sua reação quando se apresenta em público?
14. Qual a parte ou partes que você mais gosta no ensaio e por quê?
15. Como imagina um mundo sem som, sem música?
16. Se Sônia fosse música, qual seria?

**APÊNDICE G** – Questionário aplicado aos idosos do grupo vocal da Associação dos Diabéticos de Pelotas para embasar a pesquisa “Um estudo sobre música e qualidade de vida na terceira idade, com base nos princípios da educação ambiental”

Nome: .....

Idade: .....

Estado civil: ..... Sexo: .....

Profissão: ..... Religião: .....

Naturalidade: ..... Escolaridade: .....

MORA COM: ( ) esposo(a) ( ) filho(s)/a(s) ( ) parente(s) ( ) sozinho(a) ( ) outros

1. O que você se sentia antes de entrar para o Grupo?
 

|   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> solidão  | <input type="checkbox"/> Depressão ou tristeza     |
| <input type="checkbox"/> Ansiedade  | <input type="checkbox"/> Baixa autoestima          |
| <input type="checkbox"/> Timidez  | <input type="checkbox"/> Ociosidade                |
| <input type="checkbox"/> Estresse   | <input type="checkbox"/> Preocupação com a saúde   |
| <input type="checkbox"/> Insegurança ou medo  | <input type="checkbox"/> Repressão/Pouca liberdade |
| <input type="checkbox"/> outros. No caso de optar pelo item outros, poderia explicá-lo? |  |
2. Como você sente a sua vida atualmente?
3. Como você sente a sua vida com a música?
4. Existe alguma música ou músicas que façam lembrar de algum fato importante em sua vida?
5. Qual tipo de música você gosta mais? (agitada, calma, melancólica, heroica, outras). Por quê? O que você sente ou pensa quando a escuta?
6. Você acha que o Grupo Vocal pode lhe trazer algum ensinamento? Qual(is)?
7. O que você sente ao se apresentar para um público?
8. O que é para você educação ambiental?
9. Você tem algum problema de saúde? Quais? Como você o(s) trata?
10. Consegue alguma melhora de seu(s) problema(s) de saúde através da música?
11. Gostaria de deixar alguma mensagem?

## APÊNDICE H

Gráficos referentes aos sintomas encontrados nos idosos ao ingressar no grupo vocal

GRÁFICO 1 – Solidão

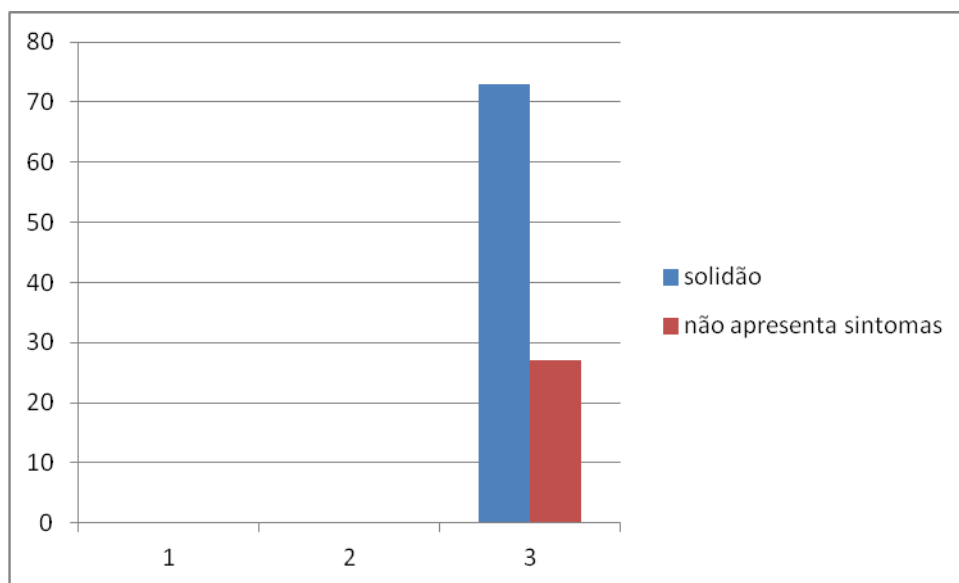


GRÁFICO 2 – Depressão ou tristeza

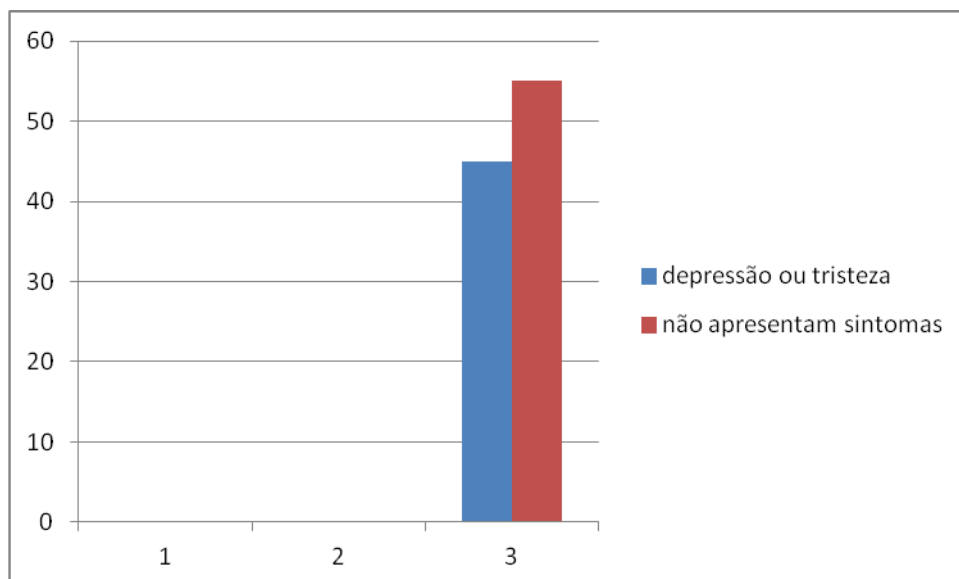


GRÁFICO 3 – Ansiedade

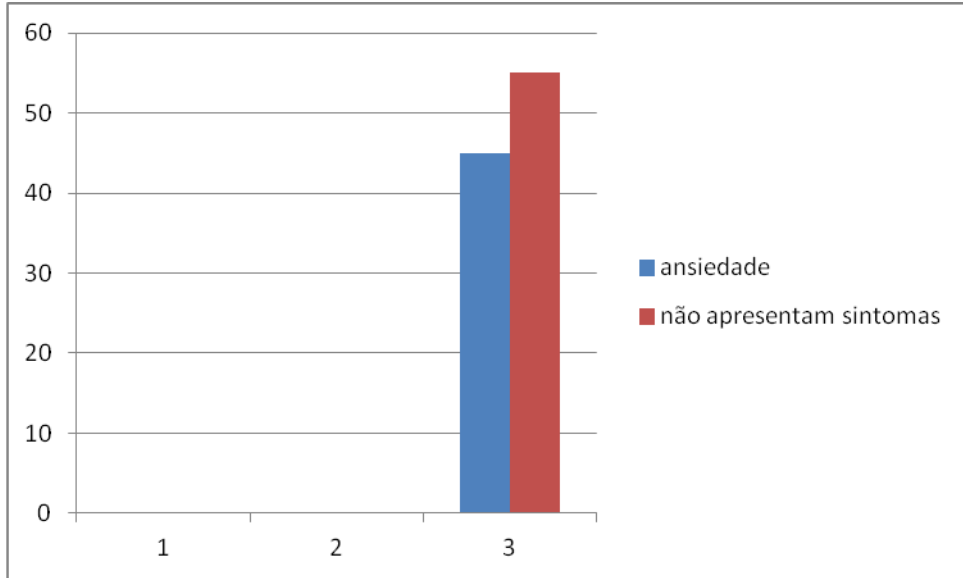


GRÁFICO 4 – Baixa autoestima

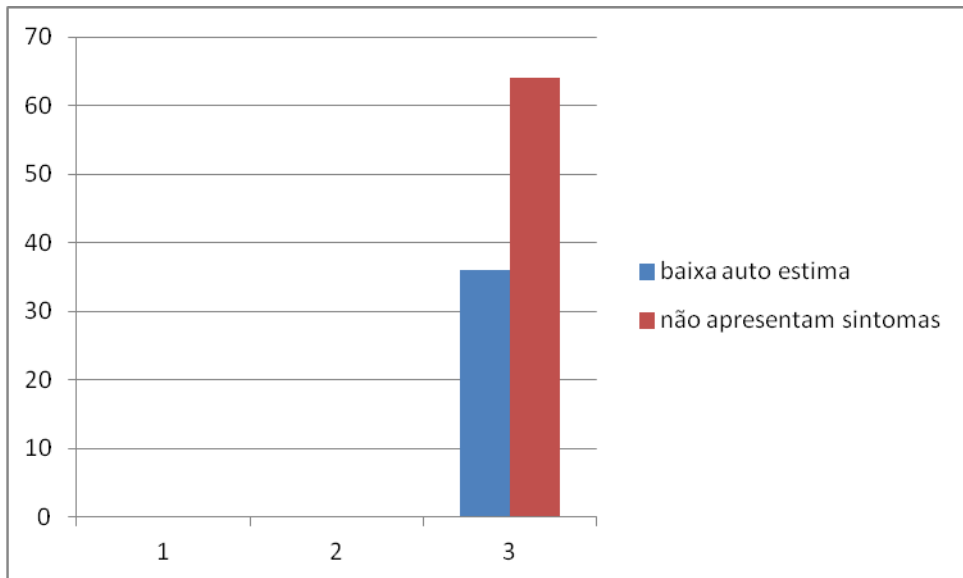




GRÁFICO 5 – Timidez

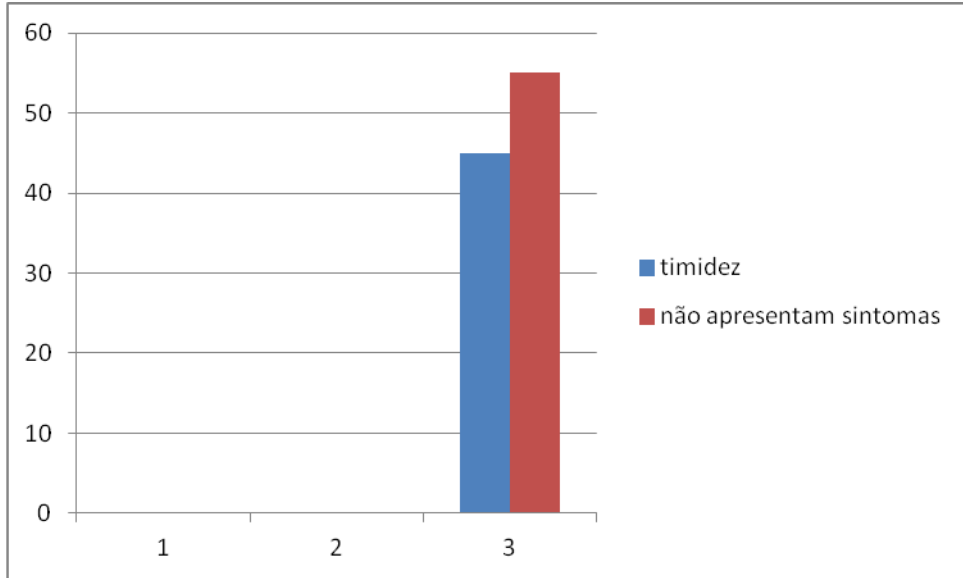


GRÁFICO 6 – Ociosidade

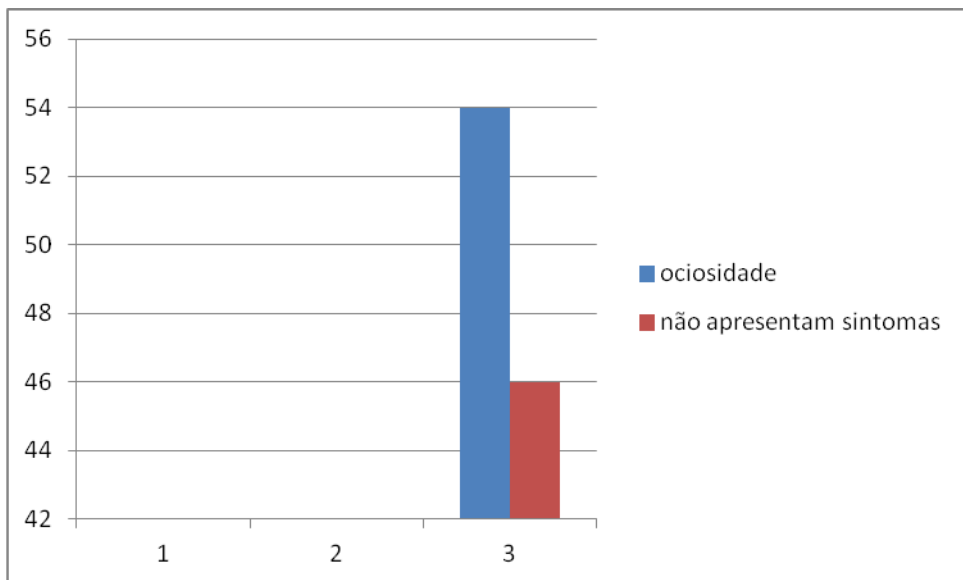


GRÁFICO 7 – Estresse

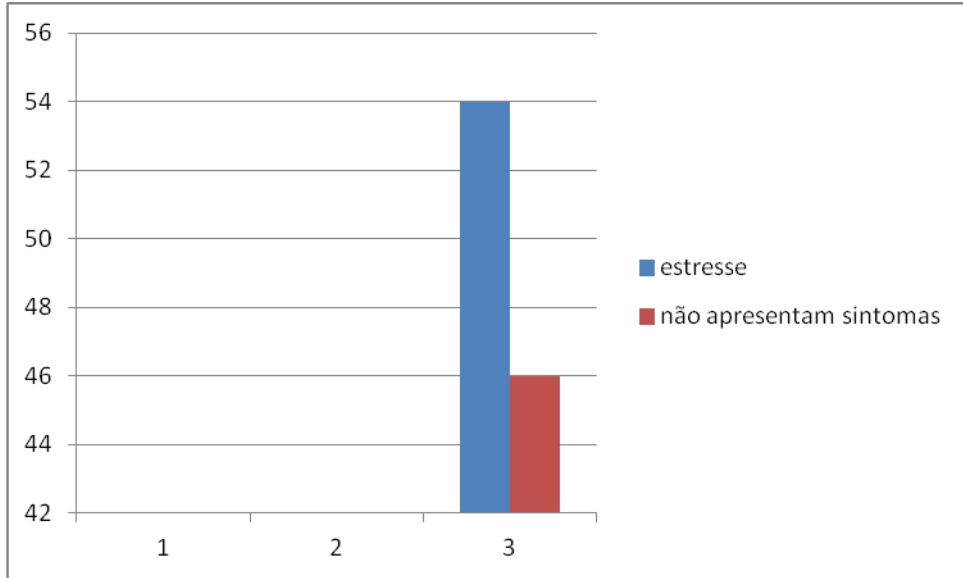


GRÁFICO 8 – Preocupação com a saúde

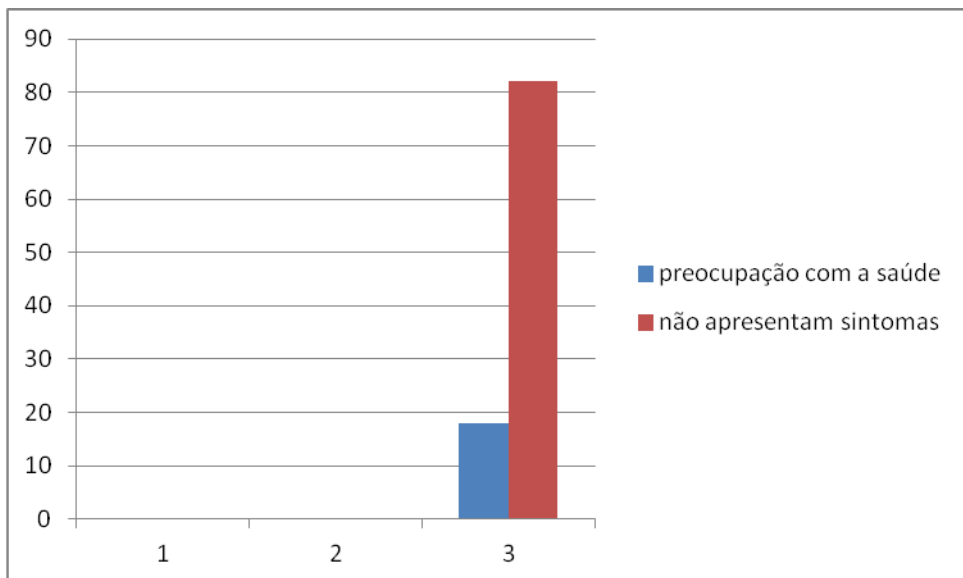


GRÁFICO 9 – Insegurança ou medo

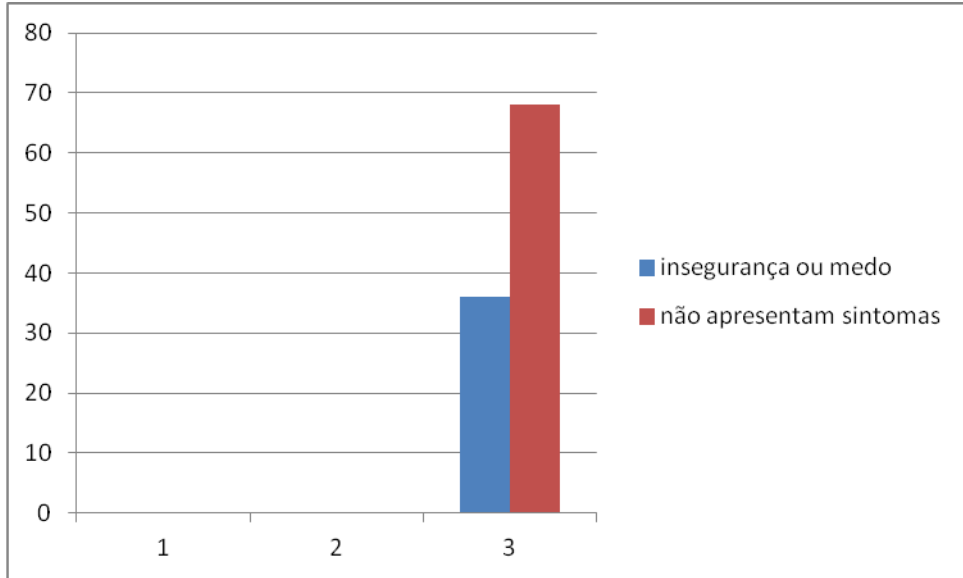
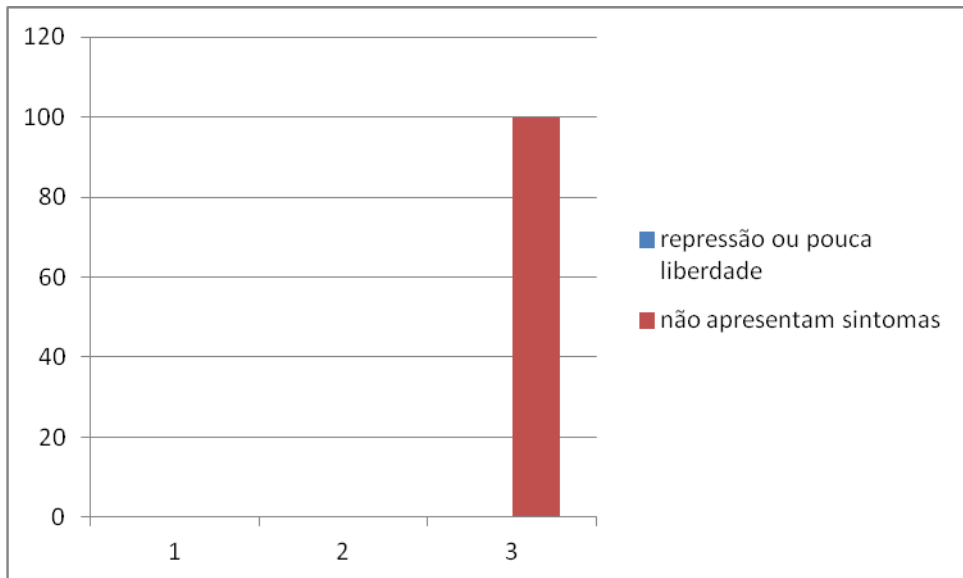


GRÁFICO 10 – Repressão – pouca liberdade



## **ANEXOS**

**ONTEM:**

FIGURA 2 – Apresentação musical dentro do projeto Espaço Aberto, na Casa Geriátrica Dr. Piva, Pelotas, RS, 1997

**HOJE:**

FIGURA 3 – Festa de encerramento do ano de 2012 do Grupo Vocal de Diabéticos

### **Enquanto é tempo**

ENQUANTO É TEMPO devemos aprender e ensinar a importância do amor,  
 regozijar-nos com a beleza e harmonia da natureza,  
 sentir gratidão em quaisquer circunstâncias.  
 De merecer um obrigado por ter atendido a uma necessidade ou desejo.  
 ENQUANTO É TEMPO, devemos curtir a vida!  
 Cada segundo é uma possibilidade de crescer, amadurecer, se deslumbrar, se alegrar.  
 E quando parece não dar certo, que possamos refletir.  
 Surgirão novos caminhos, novas possibilidades, novos amigos!  
 ENQUANTO É TEMPO, possamos respeitar e colaborar com a vida na Terra,  
 através da ação consciente de que somos capazes de nos transformar  
 e fazer nossa parte para construir um mundo mais justo e feliz de se viver.  
 E como não sabemos, ENQUANTO É TEMPO, sejamos AQUI E AGORA!  
 (Sônia Cava, 2012)

Apresentada por Neiva, amiga dos Saraus Poéticos da Lumière – Livraria, Papelaria e Confeitaria – de Roberta Matea (fazem parte do exossistema, nesta pesquisa), em Pelotas, dezembro de 2012, após um mês de minha palestra sobre o trabalho desenvolvido nesta pesquisa.

### **Musicalidade**

Um palco abre a cortina...  
 Frente a grande plateia  
 Tu escreves tua TESE...  
 Esperando a linda estreia!  
 Neste dia certamente...  
 Tu serás a grande estrela!

Seguindo passos por passos!...  
Andando na mesma trilha...  
Corre o sangue de artista  
Nas veias de mãe e filha...  
A música na nossa vida  
É a mais doce maravilha...

As águas correm pro mar...  
Dizia a bela canção!  
A música move sentimentos  
E faz bem ao coração!  
Foi legado que deixaste  
Na tua dissertação!...

Quem canta os males espanta,  
Todo mal e todo tédio!...  
Quem vive a vida cantando  
Não precisa de remédio!...  
Foi também o que passaste  
Ao discernir tua TESE...

São lindas as teorias!...  
Das tuas frases sublimes,  
Pesquisando sobre a música,  
E a beleza que exprime...  
Cada nota em nosso ser...  
É uma emoção que imprime!

(Parabéns, Sônia, e feliz Natal – Neiva)

### **Melhor prevenir do que remediar**

(Paródia da canção “É preciso saber viver”, de Roberto Carlos, realizada pelo grupo vocal da Associação dos Diabéticos de Pelotas).

Você que é diabético  
Precisa se cuidar  
A dieta, a ginástica e a medicação,  
Observe tudo isto  
Pra mais tarde não sofrer  
É preciso saber viver

Toda vez que a tristeza  
Quiser lhe acompanhar  
Mande a tristeza embora  
Você não precisa não  
Controlar a glicemia  
Pode mais que é ser feliz

É preciso saber viver

É preciso saber comer  
É preciso se exercitar  
É preciso saber viver  
Saber viver  
Saber viver.



## HOMENAGENS

Quero homenagear os projetos universitários que se dedicam ao estudo e à ação para promover melhor qualidade de vida para a população de terceira idade. Para isso deixo um pequeno registro de exitosos programas e projetos desenvolvidos pela Universidade Federal do Rio Grande e pela Universidade Federal de Pelotas. Destaco aqui o Núcleo Universitário da Terceira Idade (NUTI), criado e coordenado até 2011 pela Prof<sup>a</sup> Ivalina Porto, na FURG, e o Projeto “Arte na 3ª Juventude”, criado e coordenado pela Prof<sup>a</sup> Ana Beatriz Brum Argoud, na UFPEL.

O NÚCLEO UNIVERSITÁRIO DA TERCEIRA IDADE da Universidade Federal do Rio Grande realiza desde 1994 o Programa de Lazer, Educação e Cultura para Idosos da Comunidade do Rio Grande/RS, que a partir de 2005 passou a contar com o apoio do PROEXT-SESu-MEC.

A proposta do trabalho integra ações de ensino, pesquisa e extensão. O atendimento aos integrantes do NUTI é feito por professores, bolsistas, estagiários e voluntários da FURG, voluntários da comunidade e do 5º Distrito Naval, e desenvolve os seguintes projetos: Grupo de Convivência; Grupo de Entre-Ajuda; Ioga; Aulas de Espanhol; Aulas de Inglês; Educação Física; Hidroginástica; Natação; Informática, e outros, direcionados para uma efetiva integração comunitária, tais como: Grupo de Teatro; Canto Coral; Alfabetização; Artesanato; Dança de Salão; Atividades Artísticas, Culturais e de Lazer.

A área da saúde da FURG fornece atendimento específico à clientela. No serviço de Assistência Jurídica – SAJ é prestada assistência aos participantes do NUTI em questões jurídicas. Segundo a coordenação, o programa tem “objetivo promover a integração do idoso na família e na comunidade, promovendo debates e reflexões sobre a terceira idade, oferecendo uma educação continuada, possibilitando aos participantes compartilhar suas experiências, redescobrir projetos de vida e redirecionar suas aspirações pessoais e profissionais, com aumento da autoestima e valorização pessoal”.

O PROJETO ARTE NA 3ª JUVENTUDE é desenvolvido no Centro de Artes da Universidade Federal de Pelotas, sob a coordenação da Prof. Ana Beatriz Brum Argoud, com a participação das acadêmicas e ministrantes Roberta Mendes Machado e Adriane Patzlav Von Mühlen.

O projeto tem como objetivos:

- Realizar encontros de vivências experienciais despertando as potencialidades individuais, para a produção do fazer criativo, valorizando o repertório artístico do idoso, contemplando os aspectos que o façam se sentir saudável, útil e cidadão.
- Propiciar a autoexpressão, expressão de sentimentos e emoções de maneira construtiva, possibilitando o desenvolvimento de poéticas pessoais, valorizando e respeitando individualidades.
- Promover condições favoráveis ao fazer artístico como exercício para a cidadania do idoso, proporcionando a dignificação pessoal, a interação social e a inserção comunitária através da formação e da ação orientada e acompanhada das estudantes da Universidade junto à comunidade oportunizando trocas de experiências, integrando e qualificando ambos.

O Projeto Arte na 3ª Juventude existe há oito anos. Como uma de suas últimas atividades desenvolvidas destacam-se trabalhos realizados com aproveitamento de materiais. Entre algumas das atividades desenvolvidas, está a criação de mosaicos feitos a partir de recortes de revista em desuso e a criação de bolsas, reaproveitando caixas de leite. Segundo uma integrante do grupo de idosos, “valeu para aprender que nem tudo é lixo. Muita coisa que vai fora tem bastante utilidade. Não imaginava que revistas velhas e caixas de leite usadas teriam boa utilidade”.

Nesse projeto destacou-se a combinação da arte e sustentabilidade (reduzir, reutilizar e reciclar), propiciando fontes de inspiração para as memórias e saberes do grupo.

**A seguir, fotos de projetos que envolvem música realizados pelo NUTI**



FIGURA 4 – Grupo Ternura (NUTI) (PORTO, 2005, p. 12)

O grupo Ternura tem como objetivo principal levar o canto para vários segmentos da população, despertando o gosto pela música popular e proporcionando momentos de descontração e entretenimento. O grupo faz apresentações para os demais componentes do NUTI, participa de eventos beneficentes da comunidade, bem como de congressos e seminários de âmbito local, regional e estadual.



FIGURAS 5, 6 e 7 – Grupo Jorge e Jorgetes (NUTI) (PORTO, 2005, p. 10)

Este grupo tem por objetivo promover a integração entre os idosos do NUTI e a comunidade através de música cantada e tocada em escolas, aniversários, exposições, hospitais, pensionatos, asilos, grupos de terceira idade do Rio Grande e de outros municípios do estado, bem como em eventos da Universidade. O grupo dedica-se também à filantropia, organizando campanhas beneficentes para arrecadar fundos para pessoas e/ou grupos carentes.



FIGURAS 8, 9 e 10 – Apresentações do Coral do Núcleo Universitário da Terceira Idade (NUTI-FURG) (PORTO, 2005, p. 15)

O coral desenvolve atividades culturais (apresentações envolvendo outros grupos de idosos e também toda a comunidade). O projeto tem por objetivo valorizar o idoso e proporcionar a transmissão das emoções através do canto, resgatando assim sua autoestima. Os resultados deste trabalho desenvolvido com os idosos mostra uma maior integração de todos que fazem parte do NUTI, com integração significativa na comunidade, valorizando cada vez mais o idoso com sua bagagem de experiências.

**Abaixo, dois momentos do Projeto Arte na 3ª Juventude:**



FIGURA 11 – *Pietà* feita em retalhos de tecido. FIGURA 12 – Bolsa feita de caixas de leite.  
(MACHADO, 2011, p. 22) (MACHADO, 2011, p. 4)

Em relação à primeira obra, a *Pietà*, foram realizadas atividades para que os idosos entrassem em contato com imagens religiosas em escultura, pintura e vitral de artistas renomados na História da Arte, tais como Michelangelo, Luis de Morales, El Greco, Vicent Van Gogh e Manuel de Araújo Porto Alegre. Depois de dividir em três grupos de 5 a 7 componentes e selecionadas as imagens, realizou-se a coleta de tecidos em desuso, para que fossem construídas as tapeçarias. Cada pedaço trazia uma história, lembrança ou memória. Uma das mais emocionantes histórias dos tecidos coletados foi a de uma mãe que perdeu seu filho e trouxe consigo a camiseta dele para colaborar com a construção da tapeçaria. Como suporte da tapeçaria utilizou-se o tecido de algodão cru, e para a composição das obras, dando “corpo” ao desenho esboçado, reaproveitaram-se os tecidos trazidos pelos grupos. Por ocasião da exposição das obras, em dezembro de 2012, realizada em chá festivo de confraternização, foi executada e cantada por mim, entre outras músicas, a *Ave Maria* de Bach-Gounod. O grupo mostrou-se muito feliz e animado com todas as experiências vivenciadas neste processo de percepção, construção e fruição de obras de arte.

O projeto das sacolas feitas de caixa de leite nasceu de atividades que tiveram objetivo de sensibilizar o grupo através de uma arte sustentável (reduzir, reutilizar e reciclar), utilizando-se materiais descartados por uma sociedade extremamente consumista.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE – FURG  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO AMBIENTAL



## **TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Você está sendo convidado(a) para participar, como voluntário(a), em uma pesquisa. Após ser esclarecido(a) sobre as informações a seguir, no caso de aceitar fazer parte do estudo, assine ao final deste documento, que será em duas vias. Uma delas é sua e a outra é do pesquisador responsável.

### **INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:**

Título do Projeto: Um estudo sobre música e qualidade de vida na terceira idade com base em princípios da Educação Ambiental

Pesquisador Responsável: Sônia André Cava de Oliveira

Telefone para contato do pesquisador(a): 3307-0487 / 9183-0487

### **JUSTIFICATIVA, OBJETIVOS E PROCEDIMENTOS:**

O motivo que nos leva a estudar o problema/questão da pesquisa é verificar os benefícios que o canto coral pode proporcionar a um grupo de terceira idade selecionado para o estudo.

A pesquisa se justifica pela necessidade de contribuir para a melhoria da qualidade de vida na terceira idade.

O objetivo desse projeto é analisar os benefícios da música, em especial, da prática musical em conjunto, através da interpretação de canções em um grupo de terceira idade na cidade de

Pelotas, onde se procura a integração da educação, cultura, saúde e lazer, com embasamento em princípios da educação ambiental.

O(s) procedimento(s) de coleta de dados serão da seguinte forma: a partir das narrativas a serem verificadas nas entrevistas, do material audiovisual a ser elaborado nas oficinas de música junto aos idosos participantes da pesquisa, bem como das anotações do diário de campo das atividades realizadas. Será gravado um CD como resultado da criação coletiva do grupo de sons improvisados, bem como canções, e um DVD com registros de momentos dos ensaios do grupo vocal e das apresentações em público.

A participação no estudo não acarretará custos para você e não será disponível nenhuma compensação financeira adicional.

**DECLARAÇÃO DO(A) PARTICIPANTE OU DO(A) RESPONSÁVEL PELO(A)**

**PARTICIPANTE:**

Eu, \_\_\_\_\_, abaixo assinado, concordo em participar da pesquisa “Um estudo sobre música e qualidade de vida na terceira idade com base em princípios da Educação Ambiental”. Fui informado(a) pela pesquisadora Sônia André Cava de Oliveira dos objetivos da pesquisa acima de maneira clara e detalhada, esclareci minhas dúvidas e recebi uma cópia deste termo de consentimento livre e esclarecido. Foi-me garantido que posso retirar meu consentimento a qualquer momento, sem que isso leve a qualquer penalidade. Autorizo (  ) Não autorizo (  ) a publicação de eventuais fotografias que a pesquisadora necessitar obter de mim, de minha família, do meu recinto ou local para o uso específico em sua tese.

Local e data: \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_.

Nome: \_\_\_\_\_

Assinatura do sujeito ou responsável: \_\_\_\_\_

Assinatura da pesquisadora: \_\_\_\_\_