

RELATO DE EXPERIÊNCIA

MEMÓRIAS QUE CANTAM: MUSICOTERAPIA E ARTETERAPIA COMO ESTRATÉGIAS DE PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

MEMORIES THAT SING: MUSIC THERAPY AND ART THERAPY AS STRATEGIES FOR PROMOTING HEALTHY AGEING IN A LONG-TERM CARE FACILITY FOR OLDER ADULTS: AN EXPERIENCE REPORT

Isabella Passos da Silva de Oliveira¹, Julia Ribeiro Melo¹, Letícia Paes da Rocha¹, Marcos Vinícius Santos de Barros¹, Maria Eduarda Santos da Silva¹, Rosinaldo Bittencourt Nunes¹, Victória Dyonne Sales¹, Ione Andrade Loureiro²

1. Acadêmica do curso de Enfermagem da Afya Universidade Unigranrio;
2. Professor do curso de Enfermagem Afya Universidade Unigranrio. e-mail: ione.loureiro@afy.com.br

RESUMO

Introdução: O envelhecimento populacional constitui um dos principais desafios contemporâneos para os sistemas de saúde, exigindo estratégias que transcendam o modelo biomédico e contemplem as dimensões física, cognitiva, emocional e social da pessoa idosa. Nesse contexto, as práticas expressivas, como a musicoterapia e a arteterapia, vêm sendo reconhecidas como importantes intervenções não farmacológicas capazes de promover a saúde, estimular funções cognitivas, fortalecer vínculos sociais e contribuir para a melhoria da qualidade de vida. A Organização Mundial da Saúde destaca que intervenções baseadas nas artes apresentam benefícios consistentes na promoção da saúde e do bem-estar ao longo do curso da vida, incluindo a população idosa. Revisões recentes também demonstram efeitos positivos da musicoterapia sobre cognição, interação social, humor e qualidade de vida em idosos institucionalizados e na comunidade. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma ação extensionista desenvolvida por acadêmicos de Enfermagem utilizando musicoterapia e arteterapia como estratégias de promoção do envelhecimento saudável em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI). **Descrição da experiência:** Trata-se de um relato de experiência desenvolvido durante atividade de extensão universitária em uma ILPI. A intervenção consistiu na realização de uma oficina de pintura em tela associada à reprodução de músicas previamente selecionadas com potencial para despertar memórias afetivas. Durante toda a atividade, os estudantes promoveram acolhimento, diálogo e incentivo à expressão de sentimentos, respeitando a autonomia e o ritmo de cada participante.

Palavras-chave: Envelhecimento saudável. Musicoterapia. Arteterapia. Promoção da saúde.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional configura-se como uma das principais transformações demográficas do século XXI, impondo desafios aos sistemas de saúde para além do controle de

doenças crônicas. A Organização Mundial da Saúde (OMS) define o envelhecimento saudável como o processo de desenvolvimento e manutenção da capacidade funcional, permitindo que a pessoa idosa preserve autonomia, independência e participação social ao longo da vida¹. Sob essa perspectiva, torna-se necessária a implementação de estratégias que contemplem as dimensões física, cognitiva, emocional e social do cuidado.

No Brasil, o aumento da expectativa de vida tem ampliado a demanda por serviços destinados ao atendimento da população idosa, entre eles as Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI). Embora desempenhem importante papel assistencial, esses ambientes podem favorecer a redução da interação social, dos estímulos cognitivos e da participação em atividades significativas, repercutindo negativamente sobre a qualidade de vida dos residentes²⁻³.

Em consonância com a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa e com a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, intervenções não farmacológicas vêm sendo incentivadas como estratégias de promoção da saúde, manutenção da capacidade funcional e humanização do cuidado⁴⁻⁵. Entre essas intervenções destacam-se a musicoterapia e a arteterapia, reconhecidas pelo potencial de estimular memória, comunicação, criatividade, expressão emocional e interação social^{1,6-9}.

A música favorece a evocação de memórias autobiográficas e o fortalecimento das relações interpessoais, enquanto a produção artística amplia as possibilidades de comunicação, autoestima e expressão de sentimentos. Em conjunto, essas abordagens constituem importantes recursos para promoção do envelhecimento saudável, especialmente em contextos de institucionalização, nos quais atividades que valorizem o protagonismo da pessoa idosa contribuem para seu bem-estar físico, emocional e social⁷⁻⁹.

Além dos benefícios proporcionados aos idosos, ações extensionistas possibilitam aos estudantes vivenciar situações reais de cuidado, fortalecendo competências relacionadas à comunicação terapêutica, à escuta qualificada, ao trabalho em equipe e ao cuidado centrado na pessoa¹⁰.

Diante desse contexto, o presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência de uma atividade extensionista desenvolvida por acadêmicos de Enfermagem em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos, utilizando musicoterapia e arteterapia como estratégias de promoção do envelhecimento saudável.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

Trata-se de um relato de experiência referente a uma atividade de extensão universitária desenvolvida por acadêmicos do curso de Enfermagem em uma Instituição de Longa

Permanência para Idosos (ILPI), sob supervisão docente. A ação teve como propósito utilizar a musicoterapia e a arteterapia como estratégias de promoção do envelhecimento saudável, proporcionando aos residentes um momento de acolhimento, expressão artística, interação social e valorização de suas histórias de vida.

A atividade foi previamente planejada pelos estudantes, considerando as características da população institucionalizada e os princípios da promoção da saúde. Buscou-se elaborar uma intervenção de baixo custo, facilmente reproduzível e centrada na pessoa idosa, respeitando sua autonomia, individualidade e capacidade de participação. Para tanto, foram selecionados materiais simples para pintura em tela, incluindo telas de pequeno formato, pincéis e tintas guache, além de um repertório musical composto por canções populares reconhecidas pelos participantes, escolhidas por seu potencial de despertar memórias afetivas e favorecer a interação.

No dia da atividade, os acadêmicos realizaram inicialmente um momento de acolhimento junto aos residentes, apresentando a proposta da oficina e estabelecendo um ambiente de confiança e proximidade. Esse primeiro contato mostrou-se fundamental para reduzir a ansiedade de alguns participantes diante de uma atividade desconhecida e favorecer o envolvimento espontâneo ao longo da intervenção.

Após a apresentação da proposta, cada idoso recebeu uma tela, pincéis e tintas, sendo convidado a produzir livremente uma pintura. Não foram estabelecidos modelos, desenhos previamente definidos ou critérios de avaliação estética, permitindo que cada participante expressasse suas percepções, sentimentos e experiências conforme sua criatividade e seu interesse. Essa liberdade de criação favoreceu o protagonismo dos idosos, respeitando suas singularidades e estimulando a autonomia durante todo o processo. A valorização da livre expressão artística está em consonância com estudos que descrevem a arteterapia como instrumento capaz de fortalecer autoestima, criatividade, autonomia e comunicação não verbal, promovendo benefícios emocionais e sociais para pessoas idosas^{8,9}.

Simultaneamente ao desenvolvimento das pinturas, foram reproduzidas músicas cuidadosamente selecionadas pela equipe extensionista. O repertório contemplava canções pertencentes a diferentes épocas vivenciadas pelos residentes, buscando favorecer a evocação de memórias autobiográficas, despertar emoções positivas e estimular a comunicação.

Os achados observados durante a atividade estão em consonância com a literatura, que demonstra a capacidade da música de estimular redes neurais relacionadas à memória autobiográfica, favorecer a comunicação e ampliar a interação social entre pessoas idosas institucionalizadas^{17,11}. A música passou a desempenhar papel central na dinâmica da

atividade, funcionando como elemento facilitador da interação entre os participantes e os acadêmicos.

À medida que as canções eram reproduzidas, observou-se que diversos idosos passaram a cantar espontaneamente, acompanhar o ritmo com movimentos corporais e compartilhar lembranças relacionadas à infância, juventude, vida familiar, experiências profissionais e momentos marcantes de suas trajetórias. Essas manifestações ocorreram de forma natural, sem indução por parte da equipe, evidenciando o potencial da música como recurso capaz de favorecer o resgate da memória afetiva e estimular a comunicação interpessoal. Durante toda a oficina, os acadêmicos permaneceram distribuídos entre os participantes, oferecendo apoio quando solicitado, incentivando o diálogo e estimulando a verbalização das histórias despertadas tanto pelas músicas quanto pelas produções artísticas. Essa interação possibilitou o estabelecimento de vínculos afetivos entre estudantes e residentes, fortalecendo a escuta qualificada, a empatia e o cuidado centrado na pessoa.

Ao término das atividades artísticas, foi realizado um momento coletivo de compartilhamento das produções. Os idosos que desejaram apresentaram suas pinturas aos demais participantes, relatando os significados atribuídos às obras produzidas e as lembranças despertadas durante a oficina. Esse momento permitiu ampliar a interação social entre os residentes, promovendo o reconhecimento de histórias de vida, experiências comuns e sentimentos compartilhados.

A avaliação da atividade ocorreu por meio da observação direta realizada pelos acadêmicos e pela docente responsável durante todo o desenvolvimento da oficina. Embora não tenham sido utilizados instrumentos padronizados de avaliação, foi possível identificar elevada adesão dos participantes às atividades propostas, interesse pela pintura, envolvimento com o repertório musical e participação espontânea nas conversas promovidas ao longo da intervenção.

Sob a perspectiva dos idosos, a atividade proporcionou um ambiente acolhedor e participativo, favorecendo momentos de convivência, lazer, expressão emocional e valorização das experiências pessoais. A associação entre música e pintura mostrou-se capaz de estimular simultaneamente aspectos cognitivos, emocionais e sociais, resultado compatível com estudos que descrevem benefícios das intervenções artísticas combinadas para a promoção da saúde e do envelhecimento saudável^{1,8,9}.

Para os acadêmicos de Enfermagem, a experiência representou oportunidade de aproximar os conhecimentos teóricos da prática extensionista, compreendendo o envelhecimento para além das condições clínicas e reconhecendo a importância das

intervenções não farmacológicas na promoção da saúde da pessoa idosa. A vivência possibilitou desenvolver competências relacionadas ao planejamento de ações educativas, comunicação terapêutica, trabalho em equipe, escuta qualificada e cuidado humanizado, reforçando o papel da extensão universitária como estratégia de formação crítica, ética e socialmente comprometida.

A experiência também evidenciou que intervenções simples, de baixo custo e fundamentadas nos princípios da promoção da saúde podem produzir impactos positivos tanto para os idosos quanto para os estudantes envolvidos, fortalecendo a integração entre universidade e comunidade e ampliando as possibilidades de atuação da Enfermagem em ambientes de longa permanência. Esses resultados reforçam o papel da extensão universitária como estratégia de integração entre ensino, serviço e comunidade, proporcionando aos estudantes experiências que favorecem o desenvolvimento de competências técnicas, éticas e relacionais fundamentais para a prática profissional¹⁰.

CONCLUSÃO

A experiência evidenciou que a associação entre musicoterapia e arteterapia constituiu uma estratégia humanizada, factível, de baixo custo e potencialmente reproduzível em outras Instituições de Longa Permanência para Idosos. A intervenção favoreceu a interação social, o resgate de memórias afetivas, a expressão de sentimentos e a valorização das histórias de vida dos participantes, contribuindo para um ambiente mais acolhedor e participativo. Para os acadêmicos de Enfermagem, a atividade representou oportunidade de desenvolver competências relacionadas ao cuidado humanizado, à comunicação terapêutica, à escuta qualificada e ao planejamento de ações de promoção da saúde, fortalecendo a integração entre ensino, extensão e comunidade.

Embora os resultados observados sejam provenientes de uma experiência extensionista e não permitam generalizações, a vivência confirma o potencial das práticas expressivas como estratégias complementares no cuidado à pessoa idosa institucionalizada. Recomenda-se que iniciativas semelhantes sejam incentivadas em outros cenários assistenciais e que estudos futuros utilizem instrumentos validados para avaliar seus impactos sobre qualidade de vida, funcionalidade, cognição e bem-estar emocional.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Fancourt D, Finn S. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2019. (Health Evidence Network Synthesis Report, n. 67). Disponível em: <https://iris.who.int/handle/10665/329834>. Acesso em: 20 abr. 2026.

2. World Health Organization. Decade of Healthy Ageing: baseline report. Geneva: World Health Organization; 2020. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240017900>. Acesso em: 20 abr. 2026.
3. Brasil. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.528, de 19 de outubro de 2006. Aprova a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2006. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528_19_10_2006.html. Acesso em: 12 abr. 2026.
4. Brasil. Ministério da Saúde. Portaria nº 971, de 3 de maio de 2006. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2006. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html. Acesso em: 20 abr. 2026.
5. Brasil. Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto da Pessoa Idosa. Brasília (DF): Presidência da República; 2003. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.741compilado.htm. Acesso em: 10 abr. 2026.
6. Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 502, de 27 de maio de 2021. Dispõe sobre o funcionamento de Instituições de Longa Permanência para Idosos. Brasília (DF): ANVISA; 2021. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2021/rdc0502_27_05_2021.pdf. Acesso em: 11 abr. 2026.
7. Galassi F, Merizzi A, D'Amen B, Santini S. Creativity and art therapies to promote healthy aging: a scoping review. *Front Psychol.* 2022;13:906191. doi:10.3389/fpsyg.2022.906191.
8. Dunphy K, Baker FA, Dumaresq E, Carroll-Haskins K, Eickholt J, Ercole M, et al. Creative Arts Interventions to Address Depression in Older Adults: A Systematic Review of Outcomes, Processes, and Mechanisms. *Front Psychol.* 2019;9:2655. doi:10.3389/fpsyg.2018.02655.
9. Fraser KD, O'Rourke HM, Wiens H, Lai J, Howell C, Brett-MacLean P. A Scoping Review of Research on the Arts, Aging, and Quality of Life. *Gerontologist.* 2015;55(4):719-729. doi:10.1093/geront/gnv027.
10. Archibald MM, Kitson AL. Using the arts for awareness, communication and knowledge translation in older adulthood: a scoping review. *Arts Health.* 2020;12(2):99-115. doi:10.1080/17533015.2019.1608567.
11. Lin TH, Liao YC, Tam KW, Chan L, Hsu TH. Effects of music therapy on cognition, quality of life, and neuropsychiatric symptoms of patients with dementia: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Psychiatry Res.* 2023;329:115498. doi:10.1016/j.psychres.2023.115498.