

A APLICAÇÃO DE ELEMENTOS VOCAIS NO PROCESSO MUSICOTERAPÊUTICO DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS

APPLICATION THE VOCAL ELEMENTS IN THE MUSIC THERAPY PROCESS WITH ELDERLY INSTITUTIONALIZED

Adriana Fernandes Martinowski Cordeiro³, Clara Márcia Piazzetta⁴

Resumo - Este trabalho apresenta um estudo qualitativo e quantitativo, de atendimentos clínicos de musicoterapia, com foco específico na voz. A pesquisa bibliográfica centrou-se nos elementos vocais presentes em trabalhos de musicoterapia publicados. A obtenção de dados clínicos realizou-se no processo musicoterapêutico do estágio obrigatório de graduação com os registros em vídeo de quatro atendimentos deste processo. Os instrumentos de intervenção destacados no processo foram os elementos vocais aplicados em exercícios com idosos.

Palavras-Chave: elementos vocais, musicoterapia, saúde, gerontologia.

Abstract – This work presents a qualitative study of music therapy clinical work, with a specific focus on the voice. The bibliography research was centered on vocal elements present in published works of music therapy. The data findings result from the music therapy process required in the graduation placement, it was video recorded during four clinical appointments. The tools of intervention that stood out in this process were the vocal elements applied through exercises with elderly people.

Keywords: vocal resources, Music Therapy, health, gerontology.

³ Graduada em Musicoterapia UNESPAR-FAP; e-mail: adri_russia@hotmail.com

⁴ Docente do Curso de Bacharelado em Musicoterapia da UNESPAR- FAP; Mestre em Música /Musicoterapia; Musicoterapeuta clínica; Linha de investigação: Música em Musicoterapia com ênfase na musicalidade e suas manifestações no trabalho musicoterapêutico; e-mail: musicoterapia.atendimento@gmail.com

Introdução

*“Por isso uma força me leva a cantar,
por isso essa força estranha no ar.
Por isso é que eu canto, não posso parar.
Por isso essa voz tamanha”.*
Caetano Veloso

Inquietações sobre a voz na prática clínica da musicoterapia surgidas a partir de pesquisas bibliográficas realizadas no Programa de Iniciação Científica, potencializaram esse estudo. Por exemplo: encontramos poucos artigos em língua portuguesa sobre a voz na musicoterapia; os textos encontrados fornecem informações superficiais sobre a voz; e, além disso, na musicoterapia existem escritos sobre as canções, e não sobre a voz que canta. Assim, o trabalho com os elementos vocais traria benefícios para a saúde das pessoas se aplicados em um processo musicoterapêutico?

Com isso o artigo visa contribuir através da observação detalhada da emissão vocal, se a utilização de elementos vocais como: vibrações, ressonâncias, articulação, respiração, ritmo, intensidade, podem colaborar no processo musicoterapêutico e na saúde do idoso.

Os dados foram coletados em uma instituição de longa permanência, que recebe idosos com doença de Alzheimer, demência, acidentes cardiovasculares, entre outras. A pesquisa bibliográfica realizou-se como Projeto de Iniciação Científica da FAP (PIC-FAP, 2010 e 2011) e deu base para reconhecer elementos vocais que poderiam ser aplicados no processo musicoterapêutico com idosos.

A voz na musicoterapia

O tema da voz na Musicoterapia, em língua portuguesa, está presente, nas diferentes abordagens, métodos e técnicas. A maioria dessas técnicas está voltada para a produção musical através de instrumentos, e não de emissão vocal. Pouco Alguns trabalhos apontam a análise de letras de canções, e não da voz.

Um exemplo disso são as 64 técnicas de improvisação de Bruscia (1999),

onde, duas fazem referência a canções: Criar Laços e Solilóquios. Esse autor também apresenta uma experiência musical chamada de recriação. Essa experiência possui objetivos clínicos e dentre os tipos de recriação descritos está a recriação vocal, que consiste na “reprodução vocal de materiais musicais estruturados ou canções pré-compostas”. (BRUSCIA, 2007, p. 102-103). Nenhuma das técnicas ou experiências musicais descritas, por esse autor apresenta especificamente sobre a voz, apesar de que podem ser adaptadas para a voz, se a mesma for considerada como um instrumento inerente ao ser humano.

A observação de como a pessoa executa a emissão vocal de modo detalhado, a forma como ela utiliza seu corpo para a emissão vocal, a localização das ressonâncias, e como se expressa através da voz, poderiam ser estudados mais detalhadamente. Ou seja, ser vista a partir da musicalidade do ser humano como elemento de possibilidade de ação, independente de quadros patológicos.

Cordeiro e Piazzetta (2012) realizaram um estudo sobre a emissão vocal e seus elementos: vibrações, ressonâncias, articulação, respiração, ritmo, intensidade. Nesta pesquisa considerou-se a aplicação dos elementos vocais na terapia. A respiração permite a entrada de ar no organismo e a expiração junto com a utilização das pregas vocais faz com que o som seja produzido. Os exercícios realizados na pesquisa estimularam a utilização da respiração diafragmática, com a expansão do abdômem. Esta respiração é mais adequada para as vocalizações e o canto, porque oferece um apoio de musculatura que não prejudica as pregas vocais. A ressonância acontece interligada à vibração, a emissão vocal provoca vibrações que fazem com que o corpo todo vibre, e isso também provoca ressonâncias em diversas partes do corpo que têm espaço para circulação de ar, como os ressonadores faciais por exemplo. O ritmo também está interligado à articulação, pois organiza as partes e a ordem temporal da música e dos sons, além de destacar a fluência rítmica na articulação das palavras proporcionando clareza das mensagens transmitidas ao ouvinte. (CORDEIRO, PIAZZETTA, 2012)

Essas autoras realizaram um estudo comparativo entre quatro autores brasileiros que apresentam trabalhos com a voz e destacam elementos vocais na musicoterapia. Observaram que os elementos vocais são muitos, e que dentro de um processo musicoterapêutico, como no exemplo de Zanini (2002), possam ser

utilizados para benefício da saúde da pessoa atendida. Em se tratando de elementos vocais, dos quatro trabalhos, todos apresentaram o uso de ressonâncias, três apresentaram o uso de vibrações, apesar de Oliveira (2007), que não apresentou o termo vibrações, utilizou frequência, que é o que produz as vibrações.

Três autoras deram importância à respiração, e Lelis (2007) apenas citou respiração na descrição de seu trabalho. Oliveira (2007), Karam (2009) e Zanini (2002), incluíram a articulação nos elementos vocais e Karam (2009) e Lelis (2007), o ritmo. No estudo da descrição dos elementos vocais de Zanini (2002), foram encontrados elementos de teoria e prática, porque em sua dissertação ela descreveu elementos no início do seu trabalho retirados de bibliografias (teoria), e também descreveu elementos que ocorreram na sua experiência com o coro terapêutico (prática). Abaixo é possível visualizar melhor os elementos utilizados (tabela 01).

Recurso Vocal	Ressonância	Vibrações	Respiração	Articulação	Ritmo
Autor	Oliveira; Zanini; Lelis; Karam	Zanini; Lelis; Karam	Oliveira; Zanini; Karam	Oliveira; Zanini; Karam	Lelis; Karam

Tabela 01 Estudo comparativo dos elementos vocais (CORDEIRO e PIAZZETTA, 2012).

A partir desta comparação, Cordeiro e Piazzetta (2012) dizem que os elementos vocais descritos na bibliografia da Musicoterapia, são recorrentes, pois são elementos que fazem parte da emissão sonora vocal. Apesar de citar os elementos vocais, esses trabalhos não apontaram detalhes de como a emissão vocal é executada.

Para esta pesquisa utilizou-se os elementos vocais que mais se destacaram na pesquisa de Cordeiro e Piazzetta (2012). Buscou-se sua aplicação com idosos através de exercícios vocais, e também estudou-se a voz do idoso.

A voz do idoso

O envelhecer é parte natural da vida, e as pessoas acabam precisando se adaptar com as mudanças corporais, emocionais, sociais, e culturais, entre outras. A voz também modifica com o passar dos anos devido presbifonia (envelhecimento da laringe). Seu grau de desenvolvimento varia de indivíduo para indivíduo, de acordo com a sua saúde física, psicológica, e seu estilo de vida em geral, além de fatores hereditários. (MENEZES; VICENTE, 2007). Para esses autores,

21

As principais queixas e sintomas vocais relatados por uma pessoa idosa podem ser de alteração na qualidade vocal, como a rouquidão e a afonia, cansaço associado à produção da voz, esforço para melhorar a projeção vocal, sopro, falta de modulação vocal, voz trêmula, dificuldade no controle da intensidade vocal, dor na região da cintura escapular e sensação de ardor, queimação ou corpo estranho na laringe. (MENEZES; VICENTE, 2007, p.01)

Apesar do envelhecimento a voz tem uma função importante na comunicação e no relacionamento social das pessoas e não pode deixar de ser utilizada. E potencializa a saúde do idoso. O canto, por ter em si um lado lúdico, pode ser um motivador a mais para a utilização da voz pelo idoso. Mercadante (2011) diz que o canto imprime uma identidade ao grupo e ele surge a partir de um movimento integrador que unifica as pessoas. Zanini (2002) diz que o cantar é uma terapia, e além de estruturar o ser humano colabora em sua construção cultural, e desenvolve suas habilidades aprendidas. Cantar é fazer música, e dentre todos os benefícios que o canto pode oferecer ao idoso, existem alguns estímulos que a música promove, e que foram apontados por Leão (2008)

a) respostas fisiológicas; b) respostas emocionais que estão associadas às respostas fisiológicas, como alterações nos estados de ânimos, nos afetos; c) integração social ao promover oportunidades para experiências comuns, que são a base para os relacionamentos; d) comunicação, principalmente para idosos que têm problemas de comunicação verbal e pela música conseguem interagir significativamente com os outros; e) expressão emocional; f) afastamento da inatividade, do desconforto e da rotina cotidiana e g) associações extra-musicais, lembranças de pessoas, lugares mediante a evocação de emoções guardadas na memória 8. (LEÃO, 2008, p.04)

Essa mesma autora diz que o canto e a expressão vocal são elementos que podem ser explorados para a comunicação, satisfação e interação social, pois as atividades propostas na musicoterapia favorecem a expressão, o ritmo e a audição (LEÃO, 2008). A musicoterapia valoriza o idoso em frente a sua família e sociedade, pois fortalece o seu potencial criativo, resgata suas memórias e sua história de vida (MARQUES, 2011).

Na musicoterapia o idoso tem a possibilidade de fazer experimentações com instrumento, cantar, estar em contato com o outro, receber estímulos variados, e compartilhar um pouco de si e da sua história de vida. E com um trabalho voltado para a voz, ele tem ainda a possibilidade de fazer exercícios de emissão vocal, que promovem a consciência corporal, aprender novas canções e compartilhar as canções que fizeram parte de sua vida. “Cantar é tornar o próprio corpo um instrumento musical. Vivenciar a música através do canto é uma experiência que mobiliza o indivíduo como um todo” (DEGANI; MERCADANTE, 2011, p.160). As experiências musicais através do canto também proporcionam ao idoso a realização de movimentos corporais, que nessa fase da vida, acabam reduzidos.

Metodologia

A pesquisa tem caráter quantitativo, qualitativo e fenomenológico, com pesquisas bibliográficas e atendimentos de musicoterapia. As fontes revisadas foram publicações em língua portuguesa de artigos, monografias, livros, anais de eventos e sites que tratassem sobre os detalhes da emissão vocal na Musicoterapia. Os dados da pesquisa foram obtidos por meio de registro de áudio e vídeo de quatro (4) atendimentos de musicoterapia com idosos institucionalizados (moradores temporários ou permanentes de uma casa de repouso), tendo sido aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisas (CEP) da Faculdade de Artes do Paraná⁵.

Para esta pesquisa foi criada a Oficina da voz na ILPI. Os registros em vídeo são desse trabalho. Foram consideradas observações dos atendimentos do processo todo da musicoterapia na casa de repouso. Ou seja, 40 atendimentos de musicoterapia realizados como parte do estágio de 4º ano da pesquisadora. A

⁵ Número de aprovação no CEP 02927312.7.0000.0094.

Oficina da voz foi uma proposta de 20 atendimentos de musicoterapia a um grupo de oito idosos, que realizaram exercícios vocais, nos quais, foram aplicados os elementos vocais apontados por Cordeiro e Piazzetta (2012). Destes, quatro atendimentos foram registrados.

As intervenções e observações foram feitas pela própria pesquisadora e as análises discutidas em supervisões com a orientadora da pesquisa. Observou-se os aspectos da emissão vocal cantada como ressonância, respiração, articulação, ritmo, e intensidade que ocorreram em atendimentos musicoterapêuticos e indicam elementos que colaboram com a manutenção das capacidades musicais e cognitivas do idoso. Foram anotados detalhes de como a pessoa realiza a emissão da voz, tanto nos exercícios quanto nas canções.

A abordagem qualitativa tem como premissa que o conhecimento sobre as pessoas só é possível se descrito de uma experiência humana tal como ela foi vivida e definida pelos seus atores. Sendo assim, essa pesquisa foi guiada pela visão do próprio pesquisador, e da forma como ele capta a realidade do seu objeto de estudo dentro de sua complexidade e dinâmica. A fenomenologia delimita um tempo e um espaço para que as coisas se manifestem e possam ser observadas, livre de pressupostos, e sua escrita é tão fiel quanto for possível. Além disso, a fenomenologia como evento qualitativo coleta dados subjetivos, e o material é analisado pelo pesquisador (DYNIEWICZ, 2009).

Os critérios para a seleção dos artigos foram previamente delimitados dentro do objetivo da pesquisa. Consideraram-se primeiramente textos que aprofundam a temática da emissão sonora vocal no contexto da Musicoterapia. Em seguida, textos sobre a saúde vocal de idosos.

Os participantes da pesquisa foram idosos permanentes e temporários de uma Casa de Repouso que necessitam de cuidados especiais. Alguns são portadores de doença de Alzheimer, outros são vítimas de Acidentes Cardiovasculares, ou ainda doenças neurológicas.

Os sujeitos da pesquisa foram convidados verbalmente, e os que aceitaram participar assinaram o termo de consentimento para obtenção de dados. Cada participante da pesquisa foi ativo nas atividades, que proporcionaram momentos

lúdicos, nos quais puderam cantar, fazer exercícios com movimentos corporais, de aquecimento vocal e de respiração, além de expressarem-se através da voz.

Os atendimentos normalmente aconteceram em alguma das salas da casa, ou em uma das áreas externas, quando o tempo estava propício. Para evitar interferências externas, os quatro atendimentos em que foram realizadas as gravações aconteceram na sala da fisioterapia, que gentilmente o fisioterapeuta cedeu naquele horário. Os encontros foram sempre à tarde, entre 13:30h e 14:30h.

Os participantes foram convidados devido às suas possibilidades de expressão vocal, por gostarem de cantar, e também por apresentarem boa parte de sua capacidade cognitiva preservada. Os seus nomes são fictícios como forma de preservação de suas identidades. Ao total foram oito participantes com idades entre 53 e 89 anos: Cláudio, Celso, Gabriel, Helton, e, Laura, Fátima, Jane, Isa. A pesquisadora teve acesso aos registros dos participantes, porém estas não apresentaram muitos dados, alguns tinham apenas data de nascimento e data de entrada na casa, outras tinham diagnóstico, e uma tinha apenas a especialidade do médico que o atendia.

Como já foi dito por Menezes e Vicente (2007), a alteração na qualidade vocal do idoso gera dificuldade no controle da intensidade vocal. Por isso, a análise dos dados se deu a partir do áudio e vídeo das gravações, e o áudio representado por gráficos que mostram as frequências vocais, para visualizar melhor a intensidade vocal.

O gráfico é um recorte de trechos sonoros. Para isso foi utilizado o programa Sonic Visualizer 2.0, disponibilizado online gratuitamente, que analisa o espectro vocal, as frequências e o volume em DB (decibéis) de gravações em áudio e oferece sua visualização através de gráficos. É ainda importante dizer que as gravações foram realizadas com uma câmera que captura imagens e sons todos juntos, ela estava fixa a uma distância de pelo menos um metro do participante mais próximo. Por isso os gráficos são a representação da massa sonora do grupo. Para a melhoria e nitidez das imagens dos gráficos foi utilizado o software GIMP 2.6, também disponível gratuitamente online.

O processo musicoterapêutico

Por ter em mãos uma ferramenta sonora, a musicoterapia pode proporcionar bem estar físico e social ao idoso. Isso ocorre porque através da música ele pode se expressar, exercitar atividades motoras, relacionar-se com o outro e produzir música.

A casa de repouso onde foi realizada a pesquisa oferece há 4 anos um trabalho de musicoterapia em grupo todas as quartas-feiras das 15:30h às 16:30h. A proposta da pesquisa acrescentou a Oficina da voz as terças-feiras com o grupo pequeno, atendimentos individuais e em grupo às quartas-feiras. Abaixo segue a descrição dos oito participantes da pesquisa.

Celso tem 87 anos, e, chegou acompanhando a esposa doente, e permaneceu morando depois do falecimento dela. Ele possui um repertório muito grande de músicas guardadas em seu quarto em discos, fitas K7 e Cds, com estilos variados como sertanejo, música gaúcha, baladas, entre outros. Ele tem uma boa memória, canta canções inteiras e declama versos. Quando canta apresenta uma voz impostada, com um vibrato lento por conta da idade, e respiração um pouco ofegante, mas com esforço consegue uma boa projeção vocal. Ele é muito ativo na casa, faz trabalhos de jardinagem, entre outras coisas, esteve presente em 4 atendimentos dos 20 e fez parte apenas da última gravação, entrou na sala com um visitante para oferecer-lhe uma canção.

Laura tem 55 anos, e está na casa devido a um acidente vascular cerebral que a deixou com afasia (incapacidade de compreender e/ou formular verbalmente as palavras), e sem os movimentos do lado direito do corpo, utiliza cadeira de rodas. Ela produz alguns sons e fala algumas palavras perfeitamente, outras mesmo que tente não consegue realizar a pronúncia, principalmente as que tem a letra “R”. Um bordão que ela utiliza para praticamente tudo é “Ai meu Deus”. Ao cantar, as palavras fluem melhor, e ela canta quase que perfeitamente. Ela teve contato com instrumentos durante sua vida, aprendeu a tocar teclado e violão. Ainda lembra-se de alguns acordes, tem uma ótima rítmica e expressão melódica. Nos atendimentos ela não aceita instrumentos, com exceção da castanholha, que ela utiliza na mão esquerda, e mantém o ritmo perfeitamente marcando o pulso.

Fátima é uma das participantes mais velhas, ela tem 89 anos e sofre da doença de Alzheimer. Tem um bom repertório musical, gosta de cantar, tem um timbre de voz grave e ótima projeção vocal, lembra-se de algumas músicas italianas. Ela é extrovertida, está sempre fazendo piadas e rindo, mas em alguns momentos esquece onde está, fica desorientada, e passa a perguntar constantemente se irá dormir ali, e onde é o seu quarto. Ela é muito ativa, e não gosta de ficar parada, sempre pergunta o que irá fazer em seguida.

Isa está com 81 anos, tem demência (perda de funções cerebrais devido à progressão da doença de Alzheimer), mas passa por momentos de lucidez. Ela ainda responde perguntas de forma coerente, sua voz é extremamente fraca e soprada, ela gosta de cantar, se esforça para articular bem as palavras, e canta a melodia das canções que conhece.

Cláudio tem 74 anos, anda e se movimenta normalmente, apesar de apresentar uma leve dificuldade motora. Tem traços de rebaixamento cognitivo, e, é uma pessoa extremamente doce. Sua voz é aguda, ele não faz contornos melódicos, e tem muita dificuldade rítmica.

Gabriel está com 59 anos, tem dificuldades motoras, apresenta certa rigidez nos movimentos corporais, mas anda e se movimenta. Tem um grande repertório musical, sabe cantar diversas músicas, tem facilidade para lembrar as letras, é muito bem humorado, apresenta dificuldade rítmica tanto para tocar quanto para cantar, e quase não faz contornos melódicos.

Helton, tem 60 anos, utiliza andador para se movimentar, tem um bom repertório musical, sabe muitas músicas, porém quando solicitado lembra apenas de algumas. Ele gosta muito de cantar, está sempre cantarolando pela casa. Sua voz é fraca e tem um ótimo ritmo e canta as melodias.

Jane tem 53 anos, apresenta traços de doença mental, é séria e se zanga com facilidade assim como seu riso é fácil. É muito ativa, gosta de estar envolvida com as atividades musicais, sempre tem sugestões de músicas, e a maioria do conteúdo das letras das canções são trágicos: Chico Mineiro e Menino da porteira.

Os atendimentos normalmente iniciavam com um primeiro momento de conversa sobre como os idosos estavam se sentindo no dia, depois uma canção de boas vindas por exemplo, a primeira parte da marchinha de carnaval “Balancê” do

compositor Alberto Ribeiro Braguinha, em tonalidade de G, e a letra foi adaptada para incluir o nome de cada um deles. Conforme o exemplo abaixo:

Ô balancê balance
Quero dançar com você
Entra na roda **morena** pra ver
O balancê, balancê
Ô balancê balance
Quero dançar com você
Entra na roda **Jane** pra ver
O balancê, balance

Em um segundo momento a pesquisadora os conduzia a realizar alongamentos de braços, mãos, pescoço, mesmo sentados, e dentro das possibilidades físicas de cada um. Em seguida alguns exercícios de respiração, e aquecimento vocal com a utilização de vogais, consoantes fricativas como Z e V, frases trava-língua, ou frases divertidas que os estimulavam a cantar e que tornavam o momento mais lúdico. Esses exercícios eram realizados com acompanhamento do violão ou teclado, com intervalos de 2^a, 3^a e 5^a. Instrumentos de percussão também foram utilizados para que eles reproduzissem o som do instrumento com a boca. Exercícios como esses ofereceram a possibilidade de execução dos elementos vocais: ressonância, vibração, articulação, respiração, intensidade e ritmo.

Em se tratando dos exercícios de respiração utilizando fricativas (Ssss, e Zzzz), pode-se observar o suporte aéreo pulmonar e a habilidade de controle do mesmo, após inspiração profunda e prolongada, já que nesses casos não há vibração de laringe para esses sons (BEHLAU; PONTES, 1995). Os participantes apresentaram maior dificuldade para a emissão desses sons. Por isso o recurso da língua de sogra facilitou o exercício da inspiração e expiração movimentando o diafragma e auxiliando na consciência corporal

.Um dos exercícios de articulação que foi utilizado é o exemplo da partitura abaixo:



A D A

Quan- do a- bro bem a bo- ca can- to bem me- lhor.

Na terceira parte do encontro entravam as canções, algumas sugeridas por eles e outras trazidas pela pesquisadora, inclusive três músicas eram novas para eles, e aprenderam a cantar, que foram: Canto de um povo de um lugar – Caetano Veloso; Serenô e Alecrim Dourado – Folclore brasileiro. A canção Serenô foi adaptada a letra cuidando da prosódia, incluindo todas as cores dos olhos, ´azuis´, ´verdes´, ´pretos´ e ´castanhos´. O repertório deles é muito variado, gostam de cantar marchinhas de carnaval e canções do Roberto Carlos.

As canções e os exercícios que eram propostos pela pesquisadora normalmente tinham início apenas com a melodia, para que eles se lembrassem da letra sozinhos, proporcionando estímulos de memória aos participantes. Normalmente um deles lembrava um trecho e era ajudado pelos outros até que se lembravam da letra toda.

Oito atendimentos da Oficina da voz foram realizados antes da coleta de dado. Foi preenchido e assinado o termo de consentimento livre e esclarecido

para a realização da pesquisa e das gravações. Os participantes já estavam acostumados com a estrutura dos atendimentos, e com alguns dos exercícios e canções propostas. No segundo e terceiro dias de gravação o clima estava frio e com temperatura baixa, alguns estavam indispostos ou dormindo, por isso nem todos estavam presentes.

Descrição das gravações

O trabalho na Oficina da Voz envolveu exercícios de ressonâncias, vibrações, respiração, articulação e ritmo, além das canções (CORDEIRO e PIAZZETTA, 2012). O objetivo traçado foi verificar se durante o processo musicoterapêutico esses elementos podem colaborar na saúde dos participantes ampliando a visão do musicoterapeuta na utilização do instrumento “voz”.

No grupo existem dois casos de demência, Fátima é um deles, ela se sente desorientada, e frequentemente pergunta onde está e o que irá fazer em seguida. Ela é muito expressiva e sempre fala ou canta o que lhe vem à memória. No segundo dia de gravação em que foram apresentados os instrumentos para que os participantes imitassem os sons, o som vocal que fizeram para a mini cuíca foi “Roc roc roc”. Nessa hora Fátima diz: “meu marido se chamava Roque”. Ela expressa a lembrança, e brinca dizendo que não devemos chamá-lo. Em atendimentos anteriores ela também contou fatos de sua vida, e situações que lembrava, sempre relacionada com alguma associação musical que ela fazia.

Em casos de demência, a resposta à música é preservada, mesmo com o avanço da doença. E a musicoterapia para essas pessoas tem objetivos amplos como de fazer aflorar o *self* sobrevivente dessa pessoa atingindo suas emoções, sua cognição, os pensamentos e as memórias. “A intenção é enriquecer e ampliar a existência, dar liberdade, estabilidade, organização e foco”. (SACKS, 2007, p.320).

A tabela (02) abaixo mostra a descrição das atividades dos quatro dias de gravações em áudio e vídeo.

Atividades	1ª Gravação	2ª Gravação	3ª Gravação	4ª Gravação
Participantes	Laura, Isa, Fátima, Jane, Cláudio, Helton, Gabriel.	Laura, Isa, Fátima, Jane, Cláudio, Helton.	Laura, Jane, Cláudio, Helton, Gabriel.	Laura, Isa, Fátima, Jane, Cláudio, Helton, Gabriel, Celso.
Início	Canção de boa tarde com aperto de mão ao colega.	- Luar do sertão, Laura inicia cantando - Canção de boa tarde com aperto de mão ao colega.	- Aquecimento com ritmo em compasso ternário no violão, com movimentos de mãos sugerido por Helton. - Canção Serenô – Folclore brasileiro.	- Canção O barquinho virou, iniciando com melodia (rema rema), e incluindo os nomes. - Canção Balancê
Exercícios	- Alongamento e relaxamento de braços, ombros, pescoço. - Aquecimento vocal utilizando M, e vogais A, Ê, I, Ó, U. - Exercício com fricativa (Zzzz), utilizando intervalo de 2ª, nas tonalidades de A a E. (apenas 3 conseguiram, 2 homens e 1 mulher) - Melodia de exercício de articulação com Lá lá lá lá, em intervalos de 3ªs, (quando abro bem a boca). - Respiração, consciência do diafragma, em Ssss.	- Relaxamento com movimentos de esfregar as mãos e balançar. - Alongamento e relaxamento de braços, ombros, pescoço, rosto. - Respiração em Ssss, e conscientização do diafragma. - Apresentação de instrumentos e imitação dos sons com emissão vocal ritmada em fricativas Ssss, Schsss, Zzzz, além de vogais e sílabas como Uuuu, Pá pa pá, Tum Tum Tum, Roc Roc (pizza sonora, agogô-reco-reco, chocalho, castanholas, gabulete, mini cuíca).	- Alongamento e relaxamento de braços, ombros, pescoço, com sons vocais livres. - Aquecimento vocal utilizando M, e vogais A, Ê, I, Ó, U. - Boca <i>chiusa</i> (Humm), utilizando intervalo de 2ª, nas tonalidades de A a E. - Vocalize em intervalos de 3ª, nas tonalidades de A a E, com vogal Ô. - Vocalize - Melodia de exercício de articulação com frase (quando abro bem a boca canto bem melhor) em intervalos de 3ªs. - Respiração com língua de sogra (artigo de festa).	- Alongamento e relaxamento de braços, ombros, pescoço, rosto. Língua. - Aquecimento vocal utilizando M, e vogais A, Ê, I, Ó, U. - Respiração com língua de sogra (artigo de festa). - Boca <i>chiusa</i> (Humm), e vogal Ô, utilizando intervalo de 2ª, na tonalidade de C. - Exercício com vogal Ô, notas longas, agudo e grave. - Vocalize - Melodia de exercício de articulação com frase (quando abro bem a boca canto bem melhor) em intervalos de 3ªs, nas tonalidades de A a E. - Articulação utilizando frases trava-língua, com intervalo de 2ª, na tonalidade de C a E. - Apresentação de instrumentos e imitação dos sons com emissão vocal ritmada em Ssss, Schsss, Zzzz, Uuuu, Aaaa, lllll, Ti ti ti, Nã na na, (chocalho, caxixi).

Canções			
<ul style="list-style-type: none"> - Canto de um povo de um lugar – Caetano Veloso; (nova para eles, primeiro melodia em Lá lá lá, depois com a letra, e em seguida com a vogal Ô; - Balancê, de apresentação dos nomes; - O barquinho virou, iniciando com melodia (rema rema); - Estrada da Vida – Milionário e José Rico. (Canção escolhida por eles) 	<ul style="list-style-type: none"> - O barquinho virou, iniciando com melodia (rema rema), e incluindo os nomes; - Oh Susana - Folclore brasileiro; - Serenô – Folclore brasileiro; -Chico Mineiro - Tonico e Francisco Ribeiro (escolhida por Jane); - Balancê – Braguinha e Alberto Ribeiro 	<ul style="list-style-type: none"> - Serenô - Folclore brasileiro. - Oh Susana - Alecrim Dourado - Chove Chuva – Jorge Bem Jor, com utilização de improvisações melódicas em Lá lá lá, Ô Ô Ô, Schsss, Assovios. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mocinhas da cidade – Nhô Belarmino; - Canto de um povo de um lugar -Alecrim Dourado utilizando palmas para marcar o andamento; - Dedicatória da canção Serenata – Vicente Celestino, por Sr. Celso, para um visitante; - Parabéns a você para o neto de um outro morador da casa que estava visitando; - Trecho da Canção italiana É o amor – Carlos Galhardo, solo de Fátima; - Canção religiosa Descansarei – Hillsong, pedida e cantada pelo visitante

Tabela (02) Descrição das quatro gravações

Três formas de expressão rítmica vocal foram utilizadas pelo grupo com o auxílio de um instrumento. No primeiro foi utilizada a castanholha, tocada por Laura, em ritmo quaternário, sendo duas semínimas e uma mínima, com acompanhamento vocal nas sílabas “Pá pá pá”.

Na segunda forma de expressão usou-se a pulsação frequente, com as sílabas “Ti ti ti”, e o auxílio de um chocalho, tocado pela pesquisadora, marcando o ritmo. Observou-se o aumento na velocidade, dobrando a pulsação, conduzido pela pesquisadora, e sendo mais longo no final, o que exigiu dos participantes um suporte maior de ar.

A terceira forma de expressão envolveu a canção Alecrim Dourado, com voz e palmas, que os participantes espontaneamente fizeram.

Observou-se nesses casos, que apesar da dificuldade rítmica de alguns participantes, quando existe um instrumento apoiando a marcação rítmica o grupo todo acompanha a pulsação e a canção fica com as vozes mais uniformes. Houve uma progressão de percussão com instrumento e depois o corporal através de palmas.

Durante o processo destacou-se o caso da participante Laura. Ela não aceitava instrumentos na musicoterapia, mas passou a aceitar a castanholha

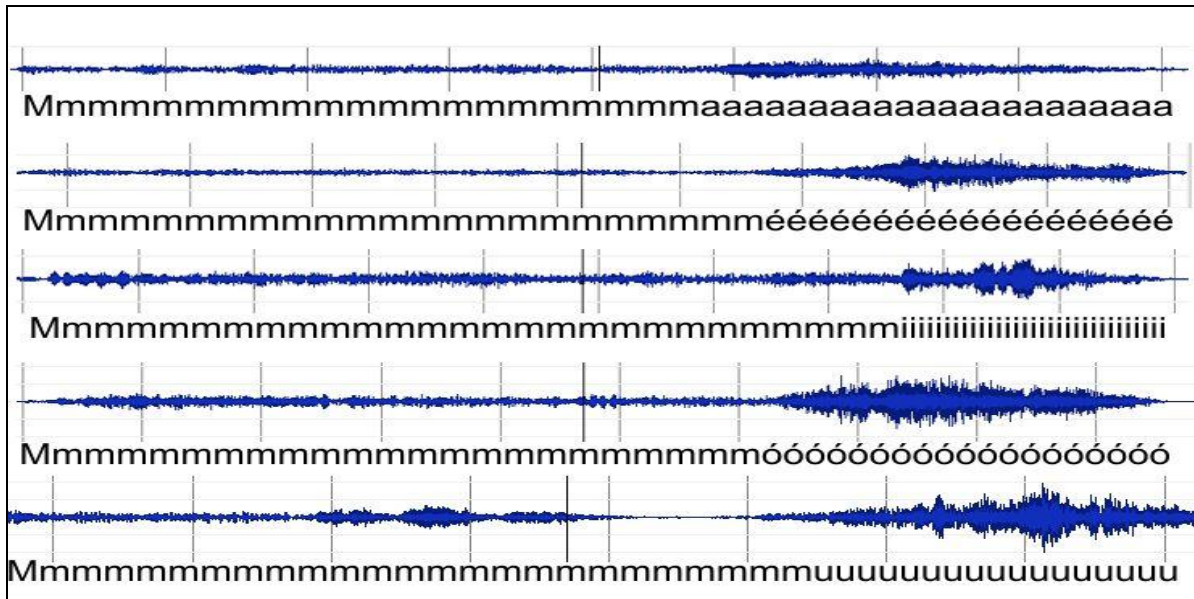
oferecida pela pesquisadora, que a trazia no bolso para os atendimentos, e enquanto os outros escolhiam seus instrumentos, a castanhola lhe era apresentada, e ela sempre sorria e dizia “êêêê” ao vê-la. Laura estabeleceu um vínculo muito saudável com a pesquisadora, e por estar um tanto depressiva, essa relação passou a ser um estímulo a mais para ela participar dos atendimentos. Na segunda gravação ela liberou sua espontaneidade ao começar a cantar Luar do Sertão – Catulo da Paixão Cearense/João Pernambuco. Ela cantou perfeitamente a primeira frase “Não há óh gente óh não” e ao continuar foi acolhida e ajudada por Fátima e pela pesquisadora.

Sua articulação foi realizada com certo exagero nos movimentos faciais e utilizou mais os ressonadores faciais, e a pronúncia estava fácil de entender. A respiração dela nesse momento pareceu um tanto ofegante, e ela respirou no meio da palavra. Nos exercícios ela não conseguiu a pronúncia adequada da sonoridade “J” (em alfabeto fonético), mas na canção observa-se sua pronúncia normalmente, na palavra “gente”.

Na musicoterapia a relação com o terapeuta é um aspecto crucial para o paciente afásico. Pois o terapeuta não está ali apenas com sua presença e com apoio encorajando-o, mas ao cantar está conduzindo o seu cliente a formas mais complexas de fala. Envolvendo não apenas a interação vocal e musical, mas o contato físico, gestos, movimentos e prosódia (SACKS, 2007). No caso de Laura, ela se sentia acolhida nos atendimentos, e teve a liberdade e a iniciativa de começar a cantar sozinha a canção que lhe vinha à mente.

Dentre os exercícios realizados em grupo, um deles é um exercício de boca *chiusa*⁶ abrindo a boca na vogal, trabalhou-se a ressonância facial e a articulação, foi realizado no quarto dia de gravação (gráfico 01). Foi utilizada a consoante “M” seguida de vogal, na sequência de a, é, í, ó, u.

⁶ Termo em italiano utilizado para vocalizes com a boca fechada, trabalhando ressonância facial.



(Gráfico 01, áudio 5) Exercício de boca *chiusa* abrindo na vogal

Observa-se pelas frequências que houve um aumento de intensidade sonora entre as vogais. Fica bem visível se for feita a comparação entre “a” e “u”. Também é possível ver um aumento de intensidade em uma comparação entre o “M” junto com a vogal “a” e do “M” junto com a vogal “i”. Isso mostra que ao emitir os sons os participantes aumentaram a intensidade, a projeção vocal e conseqüentemente o volume sonoro. Além disso, no decorrer do exercício, ajustes de articulação foram realizados para a melhoria do som, o que possibilitou mudanças na qualidade da voz. Para Soyama et.(2005),

[...] qualidade vocal diz respeito à ação conjunta da laringe e do trato vocal supralaríngeo. Conseqüentemente, admite-se que a qualidade vocal emerge da combinação de ajustes laríngeos e supralaríngeos que ocorrem de maneira quase permanente ao longo do tempo em que o indivíduo fala. Portanto, modificações nas estruturas do aparelho fonador implicam mudanças na qualidade da voz. (SOYAMA et al. 2005, p.269)

Vicente e Menezes (2007) dizem que entre as queixas principais de alterações vocais relatadas por idosos está a dificuldade no controle da intensidade vocal. O áudio registrou a voz de Celso na primeira estrofe da

canção “ A serenata”. Ele pediu acompanhamento de violão, e a pesquisadora acompanhou. Fátima conhecia a música e cantou alguns trechos. A voz de Celso teve uma ótima projeção nessa canção, mas devido aos picos de intensidade vocal, ele não se manteve na tonalidade da música em diversos momentos.

Essa observação foi feita a partir da audição da gravação original da música. Sua postura corporal é de ombros curvados para frente, rigidez muscular nos ombros e pescoço. “Cantar envolve muitos elementos, os quais serão trabalhados e aperfeiçoados, tais como postura, movimentação do corpo, gestos, expressão facial, articulação, agilidade, projeção, entonação, fraseado musical e timbre vocal” (DEGANI; MERCADANTE, 2011, p.158).

Discussão dos dados

Este trabalho foi realizado a partir de uma abordagem qualitativa, quantitativa e fenomenológica. Observaram-se os acontecimentos dentro do processo musicoterapêutico, e diante de toda a complexidade destes, foram feitas análises dentro do tema pesquisado (voz e idosos) com base no processo como um todo. A aplicação de elementos vocais no processo e as gravações para a pesquisa forneceram o material para análise. Os destaques, ou essências da análise envolveram o contexto musical, social e o bem estar dos participantes. Menezes e Vicente (2007) falam da alteração da qualidade vocal do idoso, ao afirmarem que uma das queixas principais na voz do idoso é a dificuldade no controle da intensidade vocal. O gráfico utilizado neste artigo destaca a categoria de intensidade como referencial para o entendimento da relação entre qualidade vocal e bem estar. Na terapia, considerou-se a intensidade relacionada à espontaneidade, presença e iniciativa.

No contexto musical, os exercícios proporcionaram a estimulação rítmica e cognitiva, quando eram incentivados a lembrar-se da letra ouvindo apenas a melodia de uma canção ou exercício. Estimulação da expressão musical cantada ou tocada nos casos em que eram utilizados instrumentos.

No que se refere ao contexto social as mudanças foram evidentes. As atividades vocais proporcionaram momentos de descontração e riso, interação entre eles, liberdade de expressão fortalecimento de manifestações espontâneas, quando eles se voluntariavam a fazer os exercícios, sons ou canções sozinhos. Um exemplo disso está no caso de Laura que espontaneamente começa a cantar. Houve uma melhora da autonomia e também da auto-realização. Eles se apoiavam, um ajudando o outro.

Houve melhora na escuta e na percepção do outro, além de terem um espaço para compartilharem suas histórias e lembranças. No exemplo de Celso, ele teve a liberdade de levar o visitante até o grupo, embora não estivesse participando desde o início daquele atendimento, e ali ele se expõe diante de todos, cantando de uma forma muito emocionada, com uma postura corporal dentro das suas limitações, mas como se estivesse literalmente diante de uma plateia. Nesse caso o cantar proporcionou auto-realização e auto-expressão, além de melhora da auto-estima.

Em relação ao bem estar e à saúde dos participantes, as atividades dentro do processo proporcionaram estimulação vocal tanto na fala, quanto na canção, estimularam movimentos corporais, e a consciência corporal, principalmente em relação à respiração. Os atendimentos potencializaram o prazer de cantar e de sorrir, além da satisfação de pertencer a um grupo, ter o seu lugar, e poder ajudar o outro. Esse conjunto de fatores melhora a auto-estima, o humor, e a liberdade de expressão. Oliveira (2007) fala de um objetivo importante na musicoterapia focada na voz que é o bem estar do indivíduo antes da preocupação em trabalhar a voz no sentido estético. Para essa autora o bem estar é alcançado através do relaxamento do corpo e da liberdade de expressão vocal e corporal.

MUSICOTERAPIA

Reflexões finais

Por que trabalhar elementos vocais com idosos que pela senescência vão se silenciando. O trabalho com a voz do idoso foi uma escolha a partir da área de interesse da pesquisadora: a gerontologia, no sentido de aplicar os elementos vocais com pessoas com as quais se identificou a trabalhar.

Nesse trabalho observou-se que o processo musicoterapêutico colaborou com a pesquisa assim como a pesquisa colaborou com o processo. Ambas, caminharam juntas em um objetivo principal, proporcionar saúde e bem estar, através da utilização de elementos vocais que permitiram a manutenção da voz desse idoso. No trabalho musicoterapêutico a atenção com a voz e a observação dos aspectos da emissão vocal como ressonância, respiração, articulação, ritmo, e intensidade podem ser mais uma possibilidade de ampliar o olhar e a escuta do musicoterapeuta para o idoso.

Pode-se dizer através de todo esse estudo que a aplicação de elementos vocais no processo musicoterapêutico ofereceu ganhos no contexto social. Foi uma novidade que deixou os idosos animados e motivados pela expectativa com o trabalho; modificou o ambiente da casa ao colaborar com a saúde e o bem estar de idosos institucionalizados; foram um recurso para a o processo musicoterapêutico realizado.

Referências

BEHLAU, Mara; PONTES, Paulo. **Avaliação e tratamento das disfonias**. São Paulo: Lovise, 1995.

BRUSCIA, Kenneth. **Modelos de improvisación en Musicoterapia**. San Antonio: Agruparte, 1999.

BRUSCIA, Kenneth. **Musicoterapia. Métodos y prácticas**. México: Editorial Pax México, 2007.

CORDEIRO, Adriana F. M.; PIAZZETTA, Clara M. **A voz nas canções: um estudo bibliográfico sobre a utilização da voz na musicoterapia.** Anais do XXII Congresso da Associação Nacional de Pesquisa e Pós-Graduação em Música – ANPPOM. João Pessoa, 2012.

DEGANI, Marcia; MERCADANTE Elizabeth Frohlich. **Os benefícios da música e do canto na maturidade.** Revista Kairós Gerontologia, 13(2), ISSN 2176-901X, novembro/2011: 149-66. São Paulo, 2011. Disponível em <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/5372> Acesso 02/08/2012.

37

DYNIEWICZ, Ana Maria. **Metodologia da pesquisa em saúde para iniciantes.** São Paulo: Difusão Editora, 2009, 2ª edição.

KARAM, Joana Haar. Voz em Musicoterapia – Contribuições do canto na prática musicoterapêutica. Anais Simpósio Brasileiro de Musicoterapia, XIII, 2009, Curitiba. **Musicoterapia: Desafios e Tendências no Século XXI.** Curitiba: Griffin, p.18-24, 2009.

LEÃO, Eliseth Ribeiro. **A dignidade dos idosos institucionalizados: o papel da música no encontro humano.** Revista eletrônica Enfermeria Global, Vol 7, num 2, jun. 2008. Disponível em: <http://revistas.um.es/eglobal/issue/view/1741/showToc>. Acesso 02/08/2012

LELIS, Cláudia Maria Carrara. Corpo: lugar de sons e ressonâncias. Anais Simpósio Brasileiro de Musicoterapia, XIII, 2009, Curitiba. **Musicoterapia: Desafios e Tendências no Século XXI.** Curitiba: Griffin, p. 155-158, 2009.

MARQUES, Daiane Pazzini. **A importância da musicoterapia para o envelhecimento ativo.** REVISTA PORTAL de Divulgação, n.15, Out. 2011 - <http://www.portaldoenvelhecimento.org.br/revista/index.php> Acesso 02/08/2012

MENEZES, Leticia N.; VICENTE, Laélia C. C.. **Envelhecimento vocal em idosos institucionalizados.** Revista CEFAC, v.9, n.1, 90-8, jan-mar, São Paulo, 2007. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-18462007000100012&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt&userID=-2 Acesso 02/08/2012.

OLIVEIRA, Fabiana Teixeira de. **Os efeitos do canto na musicoterapia.** São Paulo, 2007. 68f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Musicoterapia). Faculdade Paulista de Artes. <http://www.sgmt.com.br/tcc_oliveira_osefeitosdocantonamusicoterapia.pdf>. Acesso em 10/11/2011.

SACKS, Oliver. **Alucinações Musicais.** São Paulo: Schwakcz, 2007.

SOYAMA, Camila Kayoko; ESPASSATEMPO, LONGHI Cibelle De; GREGIO Fabiana Nogueira; CAMARGO, Zuleica. **Qualidade vocal na terceira idade: parâmetros acústicos de longo termo de vozes masculinas e femininas.** Revista CEFAC, v.7, n.2, 267-79, abr-jun. São Paulo, 2005. Disponível em: <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/1693/169320502015.pdf> Acesso em 02/08/2012.

ZANINI, Claudia Regina de Oliveira. **Coro Terapêutico: um olhar do musicoterapeuta para o idoso no novo milênio.** Goiânia, 2002. 154f. Dissertação (Mestrado em Música). Universidade Federal de Goiás.

38

VII ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA EM MUSICOTERAPIA. **Anais do VII ENPEMT.** São Paulo: AMT-SP 2007. 1 CD-ROOM.

VIII ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA EM MUSICOTERAPIA. **Anais do VIII ENPEMT.** Rio de Janeiro: AMT-RJ 2008. 1 CD-ROOM.

XIII SIMPÓSIO BRASILEIRO DE MUSICOTERAPIA. **Musicoterapia: Desafios e Tendências no Século XXI.** Anais. Curitiba: Griffin, 2009.

X ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA EM MUSICOTERAPIA. **Pesquisa em Musicoterapia: Especificidades e diálogos com outros campos epistemológicos.** Anais. Salvador, 2010. Disponível em: <http://asbamt.files.wordpress.com/2011/08/anais-completos-x-enpemt.pdf> Acesso 02/08/2012



MUSICOTERAPIA