

Trabalho apresentado no 16º CBCENF

Título: OS BENEFÍCIOS DA MUSICOTERAPIA E RODAS DE CONVERSA PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL
UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Relatoria: MILENA OLIVEIRA DOURADO VASCONCELOS
LÍVIA DOURADO MAGALHÃES

Autores: SUZAN KIRLLA FERNANDES LIRA
MONISE GLEYCE DE ARAÚJO PONTES
ANNA KARLA FAUSTO MAIA

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Cidadania, alienação e controle social

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

INTRODUÇÃO: O envelhecimento é fisiologicamente um processo natural, dinâmico, progressivo e irreversível que ao longo do tempo abarca significantes transformações no indivíduo, estando susceptível á algumas limitações. Assim surge a necessidade de obter formas para reduzir ou atenuar os efeitos do envelhecimento, podendo este ser alcançado através da musicoterapia e rodas de conversa. O uso dessa terapia alternativa acompanhada das rodas de conversa, na terceira idade está profundamente relacionado a uma boa qualidade de vida, pois é uma atividade desempenhada em grupo facilitando a integração e fortalecimento das relações interpessoais, levando-os nitidamente á superação de limites físicos e psicológicos, diminuindo á timidez, medos, angustias fadigas, e sentimentos de inutilidade que atinge esta classe durante seu dia-a-dia. **OBJETIVO:** Apresentar as experiências vivenciadas e as contribuições que a prática da musicoterapia proporciona ao grupo dos idosos “Casa dos Idosos Vó Filomena”, no município de Cuité- PB. **METODOLOGIA:** Estudo descritivo, qualitativo do tipo relato de experiência, vivenciado por acadêmicos do curso enfermagem. **RESULTADOS:** A implementação da musicoterapia e rodas de conversa neste grupo de idosos vem contribuindo de forma relevante para uma melhoria na qualidade de vida destes, proporcionando o acumulo de benefícios através da musica, e das conversas, esta prática ajuda a trazer alegria, disposição, renovação emocional, estímulos que motivam a interação social, bem-estar, ressalta os aspectos de saúde psicológica, além de propiciar a estimulação da parte cognitiva através das conversas, o que acarreta na colaboração para um envelhecimento saudável. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que a musicoterapia, bem como as rodas de conversa trás aspectos humanitários que despertam força de viver na terceira idade por proporcionar benefícios como socialização, auto-estima, autonomia, preservando a saúde mental e até mesma física revelando ainda aspectos de felicidade propriamente dita e paz do indivíduo, promovendo, pois bem-estar a nível metal e social, adquirindo respeito e atenção dentro do grupo, onde passam a ter uma visão diferencialmente melhor sobre si mesmo e sobre os outros participantes, gerando uma perspectiva de vida melhor.