

## Trabalho apresentado no 24º CBCENF

**Título:** O USO DA MÚSICA COMO FORMA DE RECREAÇÃO EM AÇÕES COM IDOSOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Relatoria:** Ana Júlia Benício da Silva

Luana Nogueira Lopes

Nattália Reis de Mesquita

**Autores:** Ana Clara de Sousa Calvacanti

Rafaela Amaro Januário

Beatriz Gomes de Freitas

**Modalidade:** Comunicação coordenada

**Área:** Inovação das práticas de cuidado

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

**INTRODUÇÃO:** Com as mudanças fisiológicas e psicológicas decorrentes do processo de envelhecimento, os idosos tendem a apresentar episódios de solidão, tristeza e viver o sedentarismo acentuado, causando maiores prejuízos a sua saúde. A música por sua vez tem o seu uso terapêutico comprovado, e nessa faixa etária, atua diretamente na memória afetiva, alegrando-os e proporcionando momentos de lazer. **OBJETIVO:** Relatar experiência acerca do uso da música como recreação para idosos. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado no mês de julho de 2022 durante a disciplina de saúde do idoso presente na grade curricular do curso de enfermagem, a ação foi desenvolvida na zona rural do município de Cajazeiras na Paraíba, onde alunos fizeram visitas domiciliares para avaliação dos idosos e ao final eram tocadas músicas propostas pelos mesmos. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Ações que possibilitam o contato direto com a comunidade proporcionam aos estudantes experiências únicas que possibilitam um olhar abrangente sobre diversas situações e realidades. A fase da velhice, pessoas acima de 60 anos, ocorrem alterações significativas o que são necessárias uma assistência e atenção maior. Os idosos visitados em sua maioria eram solteiros e viviam acompanhados de familiares também idosos, a solidão vivenciada por esses era notória, mas no momento em que eram tocadas as músicas ficava explícito a alegria e a mudança do humor, no fim da ação a transformação era nítida e gratificante. **CONCLUSÃO:** Conclui-se, portanto, que a música tem o poder terapêutico em que possibilita sensações de felicidade e momentos de recreação, e os idosos que por sua vez precisam vivenciar a velhice da maneira mais leve possível, assim proporcionando-os contato com outras pessoas e além disso agregado a música, não há dúvidas dos benefícios.