



Ana Caroline de Paula  
Valdomiro de Oliveira  
Gislaine Cristina Vagetti




# Educação, cognição, canto coral e a pessoa idosa



**Atena**  
Editora  
Ano 2024



Ana Caroline de Paula  
Valdomiro de Oliveira  
Gislaine Cristina Vagetti



# Educação, cognição, canto coral e a pessoa idosa



**Atena**  
Editora  
Ano 2024

### **Editora chefe**

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

### **Editora executiva**

Natalia Oliveira

### **Assistente editorial**

Flávia Roberta Barão

### **Bibliotecária**

Janaina Ramos

### **Projeto gráfico**

Camila Alves de Cremona

Ellen Andressa Kubisty

Luiza Alves Batista

Nataly Evilin Gayde

Thamires Camili Gayde

### **Imagens da capa**

iStock

### **Edição de arte**

Luiza Alves Batista

2024 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do texto © 2024 Os autores

Copyright da edição © 2024 Atena

Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.

Open access publication by Atena

Editora



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo do texto e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. Permitido o *download* da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

### **Conselho Editorial**

#### **Multidisciplinar**

Prof. Dr. Adilson Tadeu Basquerote Silva – Universidade para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins

Prof. Dr. Alex Luis dos Santos – Universidade Federal de Minas Gerais

Prof. Dr. Alexandre de Freitas Carneiro – Universidade Federal de Rondônia

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná

Prof. Dr. Américo Junior Nunes da Silva – Universidade do Estado da Bahia

Profª Drª Ana Maria Aguiar Frias – Universidade de Évora

Profª Drª Andréa Cristina Marques de Araújo – Universidade Fernando Pessoa

Profª Drª Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Antonio Carlos da Silva – Universidade de Coimbra

Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais

Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília

Prof. Dr. Arnaldo Oliveira Souza Júnior – Universidade Federal do Piauí

Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense

Profª Drª Carolina Fernandes da Silva Mandaji – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Profª Drª Caroline Mari de Oliveira Galina – Universidade do Estado de Mato Grosso

Prof. Dr. Crisóstomo Lima do Nascimento – Universidade Federal Fluminense

Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa

Prof. Dr. Daniel Richard Sant’Ana – Universidade de Brasília

Profª Drª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará

Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia

Profª Drª Dilma Antunes Silva – Universidade Federal de São Paulo

Profª Drª Edna Alencar da Silva Rivera – Instituto Federal de São Paulo

Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá

Prof. Dr. Elson Ferreira Costa – Universidade do Estado do Pará

Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima

Profª Drª Fernanda Tonelli – Instituto Federal de São Paulo

Profª Drª Geuciane Felipe Guerim Fernandes – Universidade Estadual de Londrina

Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná

Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros

Prof. Dr. Humberto Costa – Universidade Federal do Paraná

Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionale delle Figlie de Maria Ausiliatrice

Prof. Dr. Jadilson Marinho da Silva – Secretaria de Educação de Pernambuco

Prof. Dr. Jadson Correia de Oliveira – Universidade Católica do Salvador

Prof. Dr. Jodeyson Islony de Lima Sobrinho – Universidade Estadual do Oeste do Paraná

Prof. Dr. José Luis Montesillo-Cedillo – Universidad Autónoma del Estado de México

Profª Drª Juliana Abonizio – Universidade Federal de Mato Grosso

Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense

Prof. Dr. Kárpio Márcio de Siqueira – Universidade do Estado da Bahia

Profª Drª Kátia Farias Antero – Faculdade Maurício de Nassau

Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná

Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins

Profª Drª Lucicleia Barreto Queiroz – Universidade Federal do Acre

Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros

Prof. Dr. Lucio Marques Vieira Souza – Universidade do Estado de Minas Gerais

Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte

- Profª Drª Marianne Sousa Barbosa – Universidade Federal de Campina Grande
- Profª Drª Marcela Mary José da Silva – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
- Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Pontifícia Universidade Católica de Campinas
- Profª Drª Maria Luzia da Silva Santana – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
- Prof. Dr. Miguel Rodrigues Netto – Universidade do Estado de Mato Grosso
- Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
- Prof. Dr. Pedro Henrique Máximo Pereira – Universidade Estadual de Goiás
- Prof. Dr. Pablo Ricardo de Lima Falcão – Universidade de Pernambuco
- Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
- Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
- Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador
- Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste
- Prof. Dr. Saulo Cerqueira de Aguiar Soares – Universidade Federal do Piauí
- Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia
- Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
- Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
- Profª Drª Vanessa Ribeiro Simon Cavalcanti – Universidade Federal da Bahia / Universidade de Coimbra
- Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
- Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

# Educação, cognição, canto coral e a pessoa idosa

**Diagramação:** Nataly Evilin Gayde  
**Correção:** Yaiddy Paola Martinez  
**Indexação:** Amanda Kelly da Costa Veiga  
**Revisão:** Os autores  
**Autores:** Ana Caroline de Paula  
Valdomiro de Oliveira  
Gislaine Cristina Vagetti

## Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

R827 Educação, cognição, canto coral e a pessoa idosa / Ana Caroline de Paula, Valdomiro de Oliveira, Gislaine Cristina Vagetti. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2024.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-258-2459-8

DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.598240804>

1. Educação. 2. Pessoa idosa. I. Paula, Ana Caroline de. II. Oliveira, Valdomiro de. III. Vagetti, Gislaine Cristina. IV. Título.

CDD 370

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

**Atena Editora**

Ponta Grossa – Paraná – Brasil

Telefone: +55 (42) 3323-5493

[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)

[contato@atenaeditora.com.br](mailto:contato@atenaeditora.com.br)

## DECLARAÇÃO DOS AUTORES

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao conteúdo publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que o texto publicado está completamente isento de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa; 6. Autorizam a edição da obra, que incluem os registros de ficha catalográfica, ISBN, DOI e demais indexadores, projeto visual e criação de capa, diagramação de miolo, assim como lançamento e divulgação da mesma conforme critérios da Atena Editora.

## APOIO

Universidade Federal do Paraná  
Setor de Educação – Programa de Pós-graduação em Educação  
Linha Cognição, Aprendizagem e Desenvolvimento Humano  
Grupo de Pesquisa em Envelhecimento Humano  
CAPES – Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior





Dedico esse livro a minha incrível e incansável rede de apoio: meu marido Clístenes, meus pais Marcos e Maria, minhas irmãs Ana Maria e Ana Gabriela e meus cunhados Hugo e Gabriel. A meus avós Alexandre (in memoriam), Terezinha (in memoriam), Lúcia (in memoriam) e João que muito me inspiram. Minha madrinha Paula e o tio Martins, meus grandes apoiadores.

**Profa. Ma. Ana Caroline de Paula**

Dedico esse livro aos meus familiares Paulo e Celeste in memoriam, João, Nilza, Nilson e aos seres superiores que nos conduzem nesta vida. A minha esposa Gislaine, autora associada nesse livro, e aos meus filhos Caio e Giovana, pelo “amor que temos entre nós”.

**Prof. Dr. Valdomiro De Oliveira**

Dedico este livro aos meus pais Marximiliano (in memoriam) e Jai, meus irmãos Márcio e Simone, meu marido Valdomiro de Oliveira (MIRO) e aos meus filhos Caio e Giovana.

**Profa. Dra. Gislaine Cristina Vagetti**

Agradecemos a Universidade Federal do Paraná, especialmente ao Programa de Pós-graduação em Educação, linha Cognição, Aprendizagem e Desenvolvimento Humano pelo apoio financeiro para a publicação deste livro.

Agradecemos a todos os professores do programa que contribuíram para a construção destes saberes.

Agradecemos aos colegas do Grupo de Pesquisa em Envelhecimento Humano (GPEH) pelas leituras, indicações e apoio em diversas fases deste trabalho.

Agradecemos a todas as pessoas que aceitaram participar desta pesquisa, bem como os grupos corais que permitiram o convite a seus coralistas e regentes.

Agradecemos à equipe editorial que nos atendeu com muita dedicação e aprimoraram nossas ideias para este livro.

Agradecemos à Prof. Dra. Cristiane Otutumi pela atenção, leitura atenta e escrita do prefácio deste livro.

Agradecemos nossas famílias pela parceria todos os dias.

Agradecemos a Deus por toda a jornada de aprendizagem.

Compreender os tempos que acontecem no período da nossa existência: é nossa responsabilidade e uma necessidade real. Tempos de descobertas e redescobertas científicas. Tempos de diálogos e reconsiderações educacionais (sobre como fazíamos antes e como podemos melhorar agora). Tempos de menor e maior intensidade tecnológica. Tempos no trânsito entre um senso geral que dita comportamentos ao que hoje se estrutura gradativamente para acompanhar a vida humana com mais atenção, respeito e cuidado (e ainda falta muito).

Falar de tempo sem descrevê-lo - foi o que mais me chamou a atenção nesse livro.

Ao trazer o enlace do Canto Coral e a Pessoa Idosa foi possível verificar um preparo intenso dos autores para a reunião de todos os dados. Diante das características e das perspectivas vistas quanto ao envelhecimento em nosso país, é nítida a falta de preparo que ainda temos hoje e que precisamos amenizar com certa urgência em nossos espaços de trabalho. Nessa linha-síntese destaco a frase inicial do livro que diz: “O potencial de aprendizagem das pessoas idosas é muitas vezes subestimado”.

Isso me leva ao ponto dos tempos de reconsiderações educacionais. E é exatamente aí, frisando a Educação ao Longo da Vida, que os autores nos dirigem. É por meio de referências importantes, elucidando conceitos e nos trazendo para uma realidade possível que vamos encontrando meios de falar de música e da chegada da maturidade sem tantos tabus. E uma das citações do texto, contrapondo o tópico anterior não tão interessante, há esse: “As intervenções com atividades musicais podem contribuir significativamente para aspectos da memória, sendo uma prática que além dos benefícios cognitivos é atrativa mesmo para aquelas pessoas sem experiência musical prévia (Diaz-Abraham, Shifres, Justel, 2019)”.

Por isso, falar de música sabendo que essa prática coletiva dá condições às pessoas de serem mais ativas e participantes de seus contextos é o que mais me sensibilizou no livro. Ter a oportunidade de ouvir um depoimento dizendo: “Eu adoro cantar, cantar é uma coisa que faz bem pra minha alma, saio feliz daqui, leve no dia do ensaio”, sem dúvida traduz uma maneira positiva de avaliar o momento do Coral. Não é algo pequeno. Significa uma atitude que a faz pensar no tempo como um valor positivo. Para além disso, é possível ver nessa fala a alta disponibilidade em se expressar – o que não é incomum a quem pratica coral e, por exemplo, já vivenciou a intensidade do engajamento em uma apresentação (sendo regente ou coralista).

Enfim, neste livro os autores se desdobram para oferecer a nós leitores uma série de pontos de reflexão, nutridos por diferentes fontes e estruturados por levantamentos e análise da literatura. A pesquisa de campo e o trabalho

atento da Ana Caroline como pesquisadora revela dados sensíveis, muito bem organizados em quadros e diagramas pensados para nos auxiliar em um parâmetro mais atual sobre o assunto.

Que essa obra te chegue em um tempo especial.

Desejo a vocês uma excelente leitura!

**Cristiane Hatsue Vital Otutumi**

Abril de 2024

Este livro traz a pessoa idosa como o centro da pesquisa em educação ao longo da vida, no contexto do canto coral, um espaço para o desenvolvimento humano, cognitivo, social.

Para isso, este livro tem como capítulos: teorias do envelhecimento humano em que são apresentados conceitos do envelhecimento e da própria velhice; educação ao longo da vida como teoria e seus desdobramentos na educação formal, informal e não formal; uma revisão da literatura dos últimos 20 anos sobre a produção acadêmica sobre canto coral e a pessoa idosa; e resultados da pesquisa de campo realizada com pessoas idosas coralistas sobre aspectos cognitivos da prática coral.

Esta temática é atual, porém ainda há escassez de materiais para discussão, principalmente de estudos realizados no Brasil ou na América Latina, pois sabe-se do impacto dos fatores culturais e socioeconômicos no processo de envelhecimento, e com isso a necessidade de mais publicações regionais e nacionais sobre o assunto.

Esperamos que este trabalho possa contribuir com esta necessidade acadêmica e social, que os achados desta pesquisa possam dialogar com os estudos de educadores, musicistas, regentes e da própria pessoa idosa, que busca no canto coral uma forma de se expressar, de manter a mente ativa e de aprender, sem se deixar levar por tabus e estereótipos associados à idade.

Sempre é tempo de aprender, este é o cerne da educação ao longo da vida e que defendemos com esta pesquisa.

Desejamos uma boa leitura!

*Os autores*

<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>1</b>
<b>CAPÍTULO 1 - TEORIAS DO ENVELHECIMENTO HUMANO.....</b>	<b>5</b>
<b>CAPÍTULO 2 - EDUCAÇÃO AO LONGO DA VIDA .....</b>	<b>12</b>
<b>CAPÍTULO 3 - CANTO CORAL E PESSOAS IDOSAS .....</b>	<b>19</b>
<b>CAPÍTULO 4 - PESQUISA DE CAMPO .....</b>	<b>44</b>
4.1 Perfil dos grupos corais participantes.....	45
4.2 Perfil sociodemográfico dos participantes .....	49
4.3 Percepções dos coralistas quanto a sua prática coral .....	52
4.3.1 Motivação em participar em um grupo de canto coral.....	53
4.3.2 Percepção dos aspectos cognitivos e sua prática coral .....	58
4.3.3 Teste de rastreio cognitivo dos participantes .....	61
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>64</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>66</b>
<b>SOBRE OS AUTORES .....</b>	<b>76</b>
<b>ÍNDICE REMISSIVO .....</b>	<b>77</b>

# INTRODUÇÃO

O mundo atual testemunha de forma acelerada o fenômeno emergente do envelhecimento populacional, este marco traz consigo uma série de demandas a serem exploradas, pois além de viver mais as pessoas buscam viver cada vez melhor em todos os aspectos da vida.

Em números, estima-se que em 2060 a população brasileira seja composta 25,49% por pessoas idosas com idade igual ou superior a 65 anos<sup>1</sup>, 59,80% por pessoas em idade ativa de 15 a 64 anos e 14,72% de jovens até 14 anos, tendo uma taxa de fecundidade de 1,66 (IBGE, 2018). O cenário demográfico tem se modificado rapidamente, em 2010 a razão de dependência de pessoas idosas (65 anos ou mais/15 a 64 anos) indicava que havia 10,8 pessoas com 65 anos ou mais para cada grupo de cem pessoas com idade entre 15 e 64 anos, e que para 2060 a projeção é de uma dependência de 42,6 pessoas com mais de 65 anos para cada cem entre 15 e 64 anos, considerando que as pessoas com mais de 65 se tornam financeiramente inativas (IPEA, 2018).

A partir destes números é possível ter um panorama da situação nacional frente ao envelhecimento populacional, com a necessidade de planejamento para as áreas da saúde, educação, previdência e de promoção de um envelhecimento ativo para a população idosa.

A música é parte integrante da cultura, está presente em todas as sociedades, na música ocidental os primeiros registros formais do canto se dão no cantochão, prática vocal que acontecia tanto na música sacra quanto na música popular (ou profana), que consistia em melodias livres, cantadas em uma extensão vocal de uma oitava, sem acompanhamento e que tinham no texto os acentos musicais, entonações (Bennett, 1986).

Historicamente a prática musical vai se transformando, a polifonia e combinações de vozes e coros muda a própria textura da sonoridade vocal (Bennett, 1986). Atualmente, a prática musical coletiva é observada em diversos contextos e espaços, e pesquisas científicas têm explorado como essas práticas musicais impactam diversos aspectos da vida humana.

O ditado popular afirma que “quem canta seus males espanta”, espantar os males, encontrar uma atividade prazerosa é um assunto abordado em estudos recentes, nas últimas duas décadas tem se constatado um crescente interesse em relacionar a prática de canto coral e seus benefícios para além do desenvolvimento musical, como na saúde, qualidade de vida e bem-estar. Estudos de revisão de Clift et al. (2010) e Clift, Gilbert e Vella-Burrows (2018) afirmam que é a partir da década de 2000 que os estudos que relacionam a prática coral com benefícios à saúde física e mental têm maior destaque e abrangência.

---

<sup>1</sup> No Brasil uma pessoa é considerada idosa a partir dos 60 anos, há países em que a fase idosa inicia aos 65 anos, por isso há divergências nas idades entre estudos de diferentes países.

Inicialmente os estudos que se dedicavam à prática coral por pessoas idosas buscavam compreender o valor desta atividade em ambientes comunitários e de assistência, e com isso, o interesse em compreender quais aspectos específicos da saúde eram impactados pela prática (Clift, Gilbert, Vella-Burrows, 2018).

A partir dos anos 2000, não restrito ao meio acadêmico, houve um movimento de organizações e iniciativas que fomentaram a prática coral de pessoas idosas. Estas ações aconteceram em diversos espaços como igrejas, centros de convivência, associações, entre outros projetos, que registraram estas iniciativas em depoimentos, documentários, curtas-metragens, com feedbacks dos participantes, apesar da escassez de estudos científicos robustos sobre o tema (Clift; Gilbert; Vella-Burrows, 2018).

Em revisões de estudos brasileiros observou-se que até 2017 foram publicadas no Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES 143 trabalhos sobre Canto Coral (Clemente, 2014; Bornholdt, 2019). Os estudos conduzidos em programas de mestrado e doutorado no Brasil desempenham um papel crucial na ampliação do conhecimento sobre diversos aspectos relacionados à formação de regentes, aos benefícios percebidos para a cognição, qualidade de vida e saúde vocal de pessoas idosas, bem como às questões de saúde física. Trabalhos<sup>2</sup> recentes de Souza (2023), Hackenberg (2022), Fagundes (2022), Krieger-Góes (2020), Paula (2020), Bornholdt (2019) incluem relatos de pesquisas da percepção tanto de pessoas idosas cantoras quanto de estudantes que colaboraram com grupos corais dedicados a esse público e exploram esta temática na realidade brasileira.

É unânime entre os pesquisadores supracitados a afirmação da necessidade de mais investigações nessa área. Vale ressaltar que os estudos brasileiros são majoritariamente observacionais e transversais o que pode ocorrer devido às exigências dos cursos de mestrado que de maneira geral têm uma duração de 24 meses. Estudos longitudinais ou com intervenções de maior prazo são escassos, estudos mais prolongados são desejáveis e recomendáveis neste campo de pesquisa.

Lopes e Trindade (2020) observaram que os trabalhos apresentados em eventos nacionais<sup>3</sup> de educação musical valorizam a satisfação dos participantes das pesquisas em praticar o canto coral, pelos seus benefícios percebidos, e ressaltam a necessidade emergente de estudos gerontológicos que considerem as práticas educacionais, sociais e culturais.

Um dos assuntos relevantes ao tratar do envelhecimento humano são as habilidades cognitivas, tendo em vista que esta é uma das maiores preocupações das pessoas idosas pois impactam a sua forma de se relacionar com o mundo e a sua autonomia e independência, neste aspecto, Santos et al. (2021) indicam que a prática musical pode contribuir com a saúde cognitiva, prevenindo o declínio cognitivo.

---

2 Disponíveis no Catálogo de Teses e Dissertações em consulta de 2023.

3 Anais da ANPPOM e Revista da ABEM, destacam-se os Anais dos Congressos por serem uma forma mais rápida de acesso as pesquisas em andamento e recém-concluídas, tendo em vista, que a publicação de artigos completos pode levar muitos meses e terem um acesso reduzido à leitores que estão na vida acadêmica.



O potencial de aprendizagem das pessoas idosas é muitas vezes subestimado. Contrariando estereótipos que associam a idade avançada à redução das capacidades cognitivas, estudos mostram que os idosos possuem uma notável plasticidade cerebral, permitindo a adaptação e assimilação de novas informações (Lima-Silva et al., 2022).

A experiência acumulada ao longo dos anos, juntamente com uma perspectiva de vida mais ampla, enriquece o processo de aprendizagem e oferece uma base sólida para a compreensão de conceitos complexos. Além disso, a motivação intrínseca para continuar aprendendo, seja por interesse pessoal, curiosidade ou busca por desafios, impulsiona a capacidade cognitiva dos idosos, promovendo um envelhecimento ativo e uma mente alerta (Bortoli, Marchi, 2022).

Há certo tabu, mitos, falsas crenças sobre a plasticidade e aprendizagem na velhice, Santos et al. (2021), Diaz-Abrahan, Shifres e Justel (2019) buscam quebrar estas crenças negativas apresentando que por meio da música é observada uma melhora nos aspectos cognitivos de pessoas idosas.

As intervenções com atividades musicais podem contribuir significativamente para aspectos da memória, sendo uma prática que além dos benefícios cognitivos é atrativa mesmo para aquelas pessoas sem experiência musical prévia (Diaz-Abrahan, Shifres, Justel, 2019).

Os encontros, momentos de ensaios, apresentações e convívio com os colegas propiciam desenvolvimento musical, desenvolvem o corpo, a musicalidade, as emoções e tantas habilidades musicais e não musicais, especialmente a socialização que tende a diminuir na velhice (Creech et al., 2013).

É observado na literatura que programas educacionais, ações educativas adaptados às necessidades e interesses específicos dos idosos não apenas contribuem para a manutenção das habilidades cognitivas, mas também promovem um envelhecimento ativo e saudável (Inouye et al., 2018). Além disso, o conceito de educação ao longo da vida permite que os idosos adquiram novos conhecimentos, habilidades e perspectivas, exercitando o cérebro o mantendo engajado (Ireland, 2019).

A relação entre educação, cognição, o canto coral e pessoa idosa destaca a importância de abordagens inclusivas e sensíveis à idade no processo educacional. A adaptação de métodos de ensino para atender às necessidades específicas dos idosos, considerando suas experiências de vida e ritmo de aprendizado, é fundamental. Dessa forma, a educação não apenas impulsiona a cognição, mas também fortalece a autoestima, a sensação de pertencimento e a qualidade de vida, proporcionando oportunidades contínuas de crescimento pessoal e intelectual.

Iniciativas que incentivam a participação ativa em atividades educacionais, como cursos, oficinas, workshops e grupos de estudo específicos para pessoas idosas, proporcionam um ambiente estimulante e propício ao desenvolvimento contínuo. Além disso, a interação social decorrente dessas oportunidades de aprendizagem contribui

para a saúde mental e emocional dos idosos, fortalecendo os laços com a comunidade e garantindo que seu potencial de aprendizagem seja explorado na velhice.

O objetivo deste livro é apresentar resultados de um estudo desenvolvido em um programa de pós-graduação em Educação que investigou aspectos cognitivos de pessoas idosas que praticavam canto coral, bem como apresentar conceitos e características do envelhecimento humano, educação ao longo da vida, e ainda, uma revisão da literatura acadêmica sobre a prática de canto coral por pessoas idosas, abrangendo estudos das duas últimas décadas.

A partir deste contexto e considerando que cantar em um grupo de canto coral pode ser uma oportunidade de aprendizagem e desenvolvimento cognitivo para pessoas idosas os próximos capítulos abordam os seguintes assuntos: Teorias do envelhecimento humano; Educação ao longo da vida; Canto coral e pessoas idosas; Resultados da pesquisa de campo realizada com um grupo de pessoas idosas praticantes de canto coral e suas percepções sobre esta prática.

## TEORIAS DO ENVELHECIMENTO HUMANO

Na canção de Arnaldo Antunes, “Envelhecer” o compositor diz que “A coisa mais moderna que existe nessa vida é envelhecer...” e esta afirmação é cada vez mais atual, tendo em vista os números crescentes da expectativa de vida ao nascer, o aumento da longevidade populacional e a qualidade de vida presente no envelhecimento, tanto que a década de 2021-2030 foi eleita pela Assembleia Geral das Nações Unidas como a Década do Envelhecimento Saudável, com uma série de ações e reflexões sobre a velhice.

O interesse no envelhecimento é um assunto cientificamente relevante, nas últimas décadas foram elaboradas teorias para compreender este processo, propiciar melhores condições de saúde na velhice, e ainda buscar formas de minimizar ou até mesmo evitar os efeitos do envelhecimento humano (Fries, Pereira, 2011). Já na década 1990 as teorias ultrapassavam o número de 300 investigações (Medvedev, 1990).

Para Medvedev (1990) as teorias existentes até a década de 1990 estavam em um número crescente devido aos avanços na área biológica, com a compreensão dos fenômenos, técnicas e métodos de estudar o envelhecimento, o que ocasionou contradição entre os estudos, e necessidade de revisão de teorias já publicadas. É importante destacar este aspecto pois na ciência teorias caem em desuso, são refutadas, ou ainda, contribuem para o desenvolvimento de novas teorias a partir do descobrimento dos fenômenos nas diversas ciências.

Atualmente as teorias, bem como as práticas sociais, têm se transformado, há aspectos que vão se consolidando como o aspecto multidimensional do envelhecimento, e outros que se contrapõe, principalmente nos aspectos biológicos, fisiológicos e nas observações dos fenômenos em diferentes grupos sociais e regiões (Viña, Borrás, Miquel, 2007; Fries, Pereira, 2011; Nascimento, 2020).

A definição do termo *envelhecimento* é discutida desde Platão, e apesar da diversidade de estudos, entende-se que é um processo multidimensional e que ocorre de maneira singular em cada pessoa (Costa et al., 2016). Cravar uma definição para o que é envelhecimento é um desafio, pois os conceitos diferem entre biólogos e cientistas comportamentais, se tornando improvável que apenas uma teoria possa explicar todos os aspectos do processo de envelhecimento, considerando que o envelhecimento irá ocorrer tanto no nível molecular, quanto no nível celular e orgânico, e ainda sofrerá impacto do estilo de vida, ou seja, é de natureza multicausal (Mercado-Sáenz et al., 2010).

Apesar do envelhecimento ser um processo universal aos seres humanos, que em boas condições genéticas, ambientais e hábitos ao decorrer da vida, tende a ocorrer de maneira saudável até a sua finitude, ele não é idêntico a todos (Neri, 2013). O que têm se observado é um aumento da longevidade devido as melhores condições de vida dos seres humanos, devido as melhores práticas alimentares, sanitárias e cuidados com a saúde em geral, este fenômeno está presente no mundo todo (Mercado-Sáenz et al., 2010).

Com a diversidade de teorias destacam-se alguns termos nos estudos sobre envelhecimento: como *expectativa de vida* que se refere a idade média que uma pessoa nascida em determinado local e período tende a viver, tem como base a média da longevidade da população; a *longevidade* se refere ao tempo em que vivem os indivíduos de uma população; e o *tempo de vida* que é o período máximo que uma pessoa é capaz de viver, no caso de seres humanos o maior tempo de vida está em torno de 122 anos (Papalia; Feldman, 2013).

Papalia e Feldman (2013) destacam que envelhecer envolve não apenas os fatores fisiológicos, mas também o estilo de vida, tendo assim dois principais envelhecimentos. O *envelhecimento primário* que é entendido como um processo natural, gradual e inevitável da deterioração física que ocorre ao longo da vida, e o *envelhecimento secundário* que é resultado de doenças, abusos e maus hábitos que na maioria das vezes poderiam ser evitados por hábitos do estilo de vida. Para Papalia e Feldman (2013, p. 573) “Essas duas filosofias do envelhecimento podem ser comparadas ao conhecido debate natureza-experiência, e como sempre, a verdade está em algum ponto entre os dois extremos.”

Os componentes genéticos do envelhecimento se referem as células e seu sistema de reprodução, construção de moléculas e a degeneração da função e estrutura dos sistemas, já os componentes ambientais se referem aos danos que ultrapassam o sistema de manutenção e reparo do DNA, gerando um envelhecimento prematuro, um exemplo é a exposição excessiva ao sol (Mercado-Sáenz et al., 2010).

Os estudos que buscam compreender este processo desenvolveram diferentes teorias para o envelhecimento, estes se dividem em duas principais categorias: teorias de programação genética e teorias de faixas variáveis (Papalia; Feldman 2013). Estas propostas buscam explicar este fenômeno complexo que envolve um conjunto de conceitos, fatos e indicadores (Fries; Pereira, 2011).

Nascimento (2020) apresenta em uma revisão integrativa uma síntese das teorias do envelhecimento divididas em grupos: teorias evolucionárias, modernas, programadas, de danos e combinadas. Concorda que ainda não há uma compreensão definitiva sobre o processo de envelhecimento, pois os fatores associados são amplos e não podem ser ignorados neste processo, reforça que “é difícil criar uma teoria unificada, capaz de associar todas as peças do quebra-cabeça responsável pelo envelhecimento humano” (Nascimento, 2020, p. 162).

Papalia e Feldman (2013) explicam que as teorias de programação genética entendem que o corpo envelhece de acordo com o relógio evolutivo normal inato dos genes, em que os declínios acontecem relativos à idade que se manifestam mais forte após os 60 anos, as teorias da senescência programada, teoria endócrina, teoria imunológica, teoria evolucionista pertencem a este grupo.

As teorias de taxas variáveis também conhecida como teorias dos erros entendem que envelhecer é resultado de processos randômicos e varia de pessoa para pessoa,

sendo resultado de uma série de danos resultantes de erros aleatórios ou agressões ambientais que afetam os sistemas biológicos, a teoria do desgaste normal, teoria dos radicais livres, teoria da taxa de vida e teoria da autoimunidade pertencem a este grupo (Papalia; Feldman, 2013).

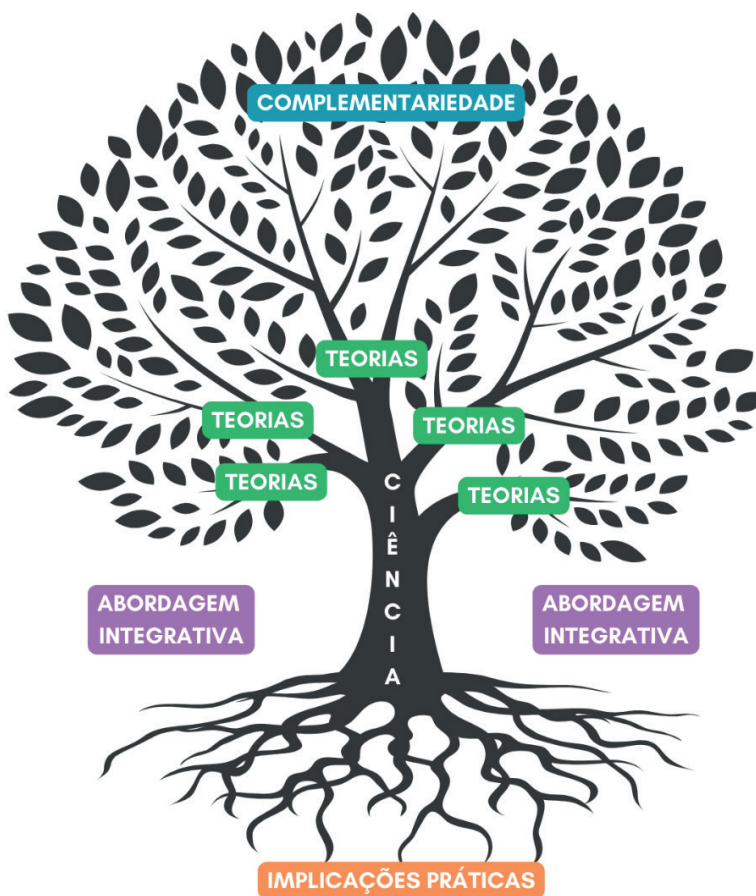
Papalia e Feldman (2013) reforçam que tanto as teorias de taxas variáveis quanto as de programação genética possuem implicações práticas, se por um lado há a programação para envelhecer em determinada proporção pouco há de ser feito para retardar este processo, por outro lado se envelhecer é um processo variável, então o estilo e hábitos de vida saudáveis irão influenciar o processo de envelhecimento.

O estudo de Nascimento (2020) corrobora com o de Fries e Pereira (2011) quando afirma que apesar das diferenças entre as teorias elas devem ser consideradas como complementares. Já Costa et al. (2016) destacam a necessidade de uma abordagem integrativa que una a pesquisa sobre envelhecimento à biologia de sistemas, sendo considerada esta abordagem integrada como crucial para fornecer novas perspectivas sobre como e por que ocorre o envelhecimento.

Isto devido à complexidade do próprio processo do envelhecimento, e de limitações que ainda se encontram no conhecimento do envelhecimento molecular, por exemplo, pensar o envelhecimento em uma abordagem integrativa pode auxiliar na melhor compreensão dos mecanismos do envelhecimento (Costa et al., 2016).

Apesar de não haver consenso entre estas teorias, esta discussão é relevante para os estudos em diversas áreas além da saúde, pois envolvem aspectos sociais, políticos, educacionais para toda a sociedade, e observando o envelhecimento de maneira integrada é possível pensar em sua pluralidade.

A fim de ilustrar estas teorias do envelhecimento, foi construída a imagem abaixo:



Fonte: os autores (2024)

Nesta ilustração foram sintetizadas as seguintes ideias: a ciência como tronco sustentando as teorias oriundas de diferentes abordagens, sendo nutrida pelas raízes que são as implicações práticas das pesquisas científicas, pois são nas implicações que as teorias são testadas, provadas, reestruturadas.

Os diferentes ramos representam a diversidade das teorias, algumas com ramos mais grossos, mais consolidadas, gerando novos galhos, outras ainda começando a crescer, e ainda aquelas mais finas que vão se quebrar por serem frágeis e não conseguem sustentação. As folhas unidas formam a copa da árvore que representa a complementariedade das teorias, que dão corpo ao que chamamos de teorias do envelhecimento humano. Por fim, a sombra da árvore representa que juntas, as teorias do envelhecimento podem gerar uma abordagem integrativa, sendo esta sombra acolhedora as multiplicidades do envelhecimento, podendo ser estudado por diferentes óticas.

A ideia da imagem é retratar que os estudos do envelhecimento estão sendo nutridos pelas práticas, estas que sofrem mudanças de acordo com os avanços médicos e sociais. Uma árvore não tem a mesma espessura em seus galhos, seus frutos podem ser diversos, é uma metáfora para este ramo da ciência que se encontram em transformação constante.

Além dos estudos do envelhecimento há os estudos sobre a velhice, que além dos aspectos biológicos, fisiológicos, e de saúde, irão buscar compreender o que representa o envelhecimento para os indivíduos idosos, quais os impactos no envelhecimento para a qualidade de vida, as relações interpessoais, entre outros assuntos como a própria finitude.

É apenas no início do século XIX que começam a surgir diferenciações entre faixas etárias pelas funções, hábitos e espaços relacionados a cada grupo etário, sendo que reconhecer a velhice como uma etapa da vida pode ser compreendida como parte de um processo histórico, em que as idades foram separadas de acordo com o tempo cronológico, no caso, a idade em anos (Dardengo e Mafra, 2018).

A definição de velhice se entremeia com a própria definição de envelhecimento, que como dito anteriormente, é complexa. Historicamente a velhice se transformou, pois era compreendida como doença, em que ao ficar velha a pessoa sofre inúmeras deteriorações, adoce e morre, porém, com o passar dos anos e considerando os aspectos socioculturais, além dos biológicos e fisiológicos, compreende-se a velhice com o conjunto de fatores dinâmicos que a compõe: as mudanças constantes relacionadas aos aspectos psicológicos, genéticos, emocionais e sociais (Dardengo e Mafra, 2018).

Simone de Beauvoir destaca-se como uma das precursoras estudiosas na década de 1970 a apontar os desafios de definir o conceito de velhice, demonstrando a necessidade de contextualizar a velhice, sendo que só poderá ser compreendida sob uma ótica biopsicossocial. O livro “A velhice” de 1970 (com tradução ao português) apresenta aspectos biológicos do envelhecimento e as questões etnológicas da velhice, do papel da pessoa velha no mundo, em suas relações cotidianas.

Sendo assim, tantos os estudos do envelhecimento quanto da velhice estão em transformações de acordo com a realidade da sociedade, ao longo das últimas décadas, o Brasil e a comunidade internacional têm adotado uma série de marcos e iniciativas significativas para promover o envelhecimento saudável e garantir os direitos das pessoas idosas.

No quadro a seguir são apresentados marcos a partir da 1ª Assembleia Mundial da ONU sobre o Envelhecimento nas políticas públicas para pessoa idosa:

Quadro 1: Marcos nas políticas públicas para pessoa idosa

<b>Marco</b>	<b>Ano</b>
1ª Assembleia Mundial da ONU sobre o Envelhecimento produz o Plano de Ação Internacional de Viena sobre o Envelhecimento	1982
A Constituição Federal no artigo 230 trata do direito à vida da pessoa idosa	1988
A Assembleia Geral da ONU adota o Princípio das Nações Unidas a favor das pessoas idosas	1991
A Conferência Internacional sobre o Envelhecimento dá seguimento ao Plano de Ação e adota a Proclamação do Envelhecimento	1992
O Congresso Nacional Brasileiro decreta a lei nº 8842/94 que cria o Conselho Nacional do Idoso	1994
O decreto 1948/96 regulamenta a lei nº 8842/94 e a Política Nacional do Idoso	1996
A Assembleia Geral da ONU declara o Ano Internacional do Idoso	1999
2ª Assembleia Mundial da ONU sobre o Envelhecimento adotando a Declaração Política e o Plano de Ação Internacional sobre o Envelhecimento de Madrid	2002
A OMS lança o documento “Active ageing: a policy framework” como material informativo a fim de contribuir com o conceito de envelhecimento saudável	2002
O Congresso Nacional decreta o Estatuto do Idoso, lei nº 10.741/03	2003
I CEPAL em Santiago/Chile	2003
O Ministério da Saúde publica o documento “Envelhecimento ativo: uma política de saúde” traduzido do documento de 2002 da OMS	2005
O Ministério da Saúde aprova a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa	2006
II CEPAL em Brasília/Brasil	2007
III CEPAL em San José/Costa Rica	2012
O Conselho de Direitos Humanos nomeia o primeiro Especialista Independente no usufruto de todos os direitos humanos por pessoas idosas	2014
Foi adotada a Declaração de Viena sobre os Direitos Humanos das Pessoas Idosas	2018
O decreto nº 10.133/2019 institui o Programa Viver - Envelhecimento Ativo e Saudável	2019
A Central Judicial do Idoso lança um documento informativo intitulado “Pessoa Idosa: direitos, dicas e informações” sintetizando políticas públicas importantes	2019
É declarada a Década do Envelhecimento Saudável 2021-2030 na Assembleia Geral da ONU como principal estratégia para construir uma sociedade para todas as idades	2020
Por meio da lei nº 14.423/2022 o Estatuto do Idoso passa a ser denominado Estatuto da Pessoa Idosa	2022

Fonte: atualizado de Paula (2020)

Observa-se a mudança na nomenclatura dos documentos, como em 2022, a lei nº 14.423 (Brasil, 2022) renomeou o Estatuto do Idoso para Estatuto da Pessoa Idosa, refletindo uma abordagem mais abrangente, inclusiva e promovendo a igualdade de gênero. Ao longo desse percurso, diversas conferências e documentos contribuíram para moldar e fortalecer as políticas voltadas ao envelhecimento no Brasil e no cenário internacional.

A partir do apresentado neste capítulo torna-se evidente a importância de compreender o processo de envelhecimento como uma fase complexa da vida, repleta de desafios e oportunidades. Com as teorias, estudos, políticas públicas e a evolução das



percepções sociais em relação aos idosos destaca-se a necessidade de promover uma sociedade inclusiva e respeitosa. A reflexão sobre os avanços nas abordagens para o bem-estar da pessoa idosa enfatiza a busca coletiva por uma qualidade de vida ao longo do envelhecimento, abrangendo não apenas os aspectos de saúde, mas também os sociais, culturais e emocionais.

Neste sentido, na sequência será apresentado o conceito de Educação ao Longo da Vida, pois ao reconhecer a diversidade e o potencial contínuo de aprendizado, a educação pode ser um pilar fundamental na promoção de uma vida ativa em todas as fases. As conexões entre envelhecimento e educação exploram a busca por conhecimento e habilidades para o enriquecimento pessoal e social, contribuindo para uma sociedade mais resiliente e adaptável.

# EDUCAÇÃO AO LONGO DA VIDA

O termo *Educação ao Longo da Vida* (ELV) está sendo utilizado nas últimas décadas para ampliar o entendimento de educação, surge como um conceito fundamental e transformador, reconhecendo que aprender não é uma prerrogativa apenas da juventude e do espaço escolar, mas uma necessidade e direito que perduram ao longo de toda a vida do ser humano. Sendo assim, a ELV não apenas aprimora habilidades e competências, mas também nutre a curiosidade, promove o crescimento pessoal e fortalece as bases de uma sociedade dinâmica e enriquecedora (Ireland, 2019).

A ideia de *aprendizagem* ao longo da vida é mais antiga, pois desde os estudos de Lao-Tsé em 600 aC, nos conceitos de Platão e Aristóteles, ou de Confúcio na China, a ideia de que aprender é um percurso longo e que se estende por toda a vida já estava aceita, pois a educação era compreendida permanente e integral e que acontecia no decorrer da vida, e ainda a necessidade de aprender sobre a vida com a vida (Gadotti, 2016; Ireland, 2019). Nos séculos XIX e XX pedagogos e educadores retomam a discussão da importância da relação entre vida, educação e aprendizagem, no Brasil, um exemplo destes pensadores foi Paulo Freire (Ireland, 2019).

A partir da década de 1960 o termo começa a ser cunhado, e documentos importantes são redigidos, como o "Learning to be: the world of education today and tomorrow" publicado pela Unesco em 1972 dando ênfase na educação em todas as etapas da vida, considerando que cada fase exige diferentes métodos, recursos e sistemas a partir de cada contexto. Em 1996, o Relatório de Delors explica que

O conceito de educação ao longo de toda a vida é a chave que abre as portas do século XXI. Ultrapassa a distinção tradicional entre educação inicial e educação permanente. Aproxima-se de um outro conceito proposto com frequência: o da sociedade educativa, onde tudo pode ser ocasião para aprender e desenvolver os próprios talentos. (Delors et al., 2001, p. 117)

Neste sentido, Ireland (2019, p. 50) explica que o conceito de ELV entende que a "educação é um processo que nos acompanha ao longo e ao largo de toda a vida: em todas as idades e em todas as fases e funções da vida.", e destaca que a própria vida é um processo de aprendizagem. São inúmeros os impactos dos estudos e políticas de ELV, fortemente associados a dignidade humana, Ireland (2019, p. 51) ainda defende que

a educação vista como educação, formação e aprendizagem é uma atividade que acontece em todas as esferas da nossa vida humana e, conseqüentemente, enquanto política ou estratégia, não pode ser reduzida ao sistema de educação formal, mas deve fundamentar as ações que visam o desenvolvimento da nação e de seus cidadãos.

Ainda, a UNESCO destaca na Declaração de Incheon que a educação ao longo da vida tem sido pauta nas últimas décadas, mas que precisa ser reforçada, tendo como objetivo “assegurar a educação inclusiva e equitativa de qualidade, e promover oportunidades de aprendizagem ao longo da vida para todos” (UNESCO, 2016, p. 7), considerando que os objetivos de uma educação transformadora só serão alcançados se esta for acessível a todos.

A partir deste conceito são observados diversos cenários e espaços em que a educação acontece, seja no ensino formal, não formal ou informal. Estas definições se originam entre as décadas de 1960 e 1970 para nomear os novos ambientes educativos que estavam surgindo (Cazelli, Costa e Mohamed, 2010). Estas categorias de educação têm características quanto ao espaço em que ocorrem e em como se dá o processo de aprendizagem, como apresentadas no quadro a seguir:

Quadro 2: Categorias do sistema educacional - educação formal, não formal e informal

Educação formal	Educação não formal	Educação informal
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sistema educativo hierarquizado, estruturado e cronologicamente graduado (escola primária à universidade);</li> <li>- Inclui os sistemas acadêmicos e programas especializados de instituições de treino técnico e profissional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Qualquer atividade organizada fora do sistema formal de ensino;</li> <li>- Operando separadamente ou como parte de uma atividade mais ampla;</li> <li>- Visa servir a clientes previamente identificados como aprendizes e possui objetivos de aprendizagem.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Processo realizado ao longo da vida, no qual os indivíduos adquirem atitudes, valores, procedimentos e conhecimentos da experiência cotidiana e influências do seu meio: família, trabalho, lazer e mídias de massa.</li> </ul>

Fonte: Paula (2020) adaptado de Cazelli, Costa e Mohamed (2010)

Observa-se que em ambos os espaços a aprendizagem tem um papel importante, os agentes educadores têm funções e ações distintas. No *ambiente formal* há o currículo, uma série de requisitos para avançar etapas. Neste modelo o professor tem uma função mediadora bem constituída, discentes e docentes atuam conforme seus papéis, este ambiente costuma ser a escola regular em todos os níveis: infantil, fundamental, médio, superior, e no ensino técnico e profissional.

Já no *espaço não formal* o currículo não é o destaque, mas os papéis de aprendizes e instrutores são bem definidos, e ofertam-se diversos cursos, palestras, oficinas de maneira a contribuir com a aprendizagem do assunto a ser abordado, não precisa de um processo avaliativo associado a notas para conclusão destes cursos. Pode acontecer inclusive em ambientes formais como as próprias escolas regulares e universidades, por meio de projetos de extensão.

E o *ambiente informal* não é necessariamente um espaço físico, são as aprendizagens que podem ser desenvolvidas dentro do ambiente familiar, nas relações sociais e até mesmo nos diversos meios de comunicação, como a televisão, as redes sociais. Destaca-se que a educação informal não segue currículo, ou alguma forma de organização, e não há um processo avaliativo para validar o que é aprendido.

No ambiente formal há ações destinadas às pessoas idosas como a Educação de Jovens e Adultos (EJA) que é “destinada àqueles que não tiveram acesso ou continuidade de estudos nos ensinos fundamental e médio na idade própria e constituirá instrumento para a educação e a aprendizagem ao longo da vida” (Art. 37, LDB 9394/96), ofertadas de forma gratuita nos sistemas de ensino formais.

A EJA vai além do letramento de jovens e adultos, a alfabetização deste público é socializadora e democrática, precisa de criticidade às demandas de cada cultura, sendo um grande desafio na educação brasileira para gerar um aprendizado significativo (Vóvio e Kleiman, 2013).

A discussão sobre a alfabetização e letramento de pessoas idosas no Brasil é muito importante pois além de um direito é um marco no rompimento de opressões, afinal muitas das pessoas idosas de hoje não puderam estudar formalmente durante sua infância e adolescência por inúmeros fatores familiares e ainda há casos de mulheres idosas que na vida adulta foram impedidas por seus maridos de estudarem (Costa, 2011).

Costa (2011) ressalta que para pessoas idosas a motivação em serem alfabetizadas vai além das hipóteses mais comuns quando se pensa em alfabetização, como para poder melhor se comunicar, locomover, ler a bíblia, pelo fato de saber ler e escrever, entre outros, sendo estes uma redução simplista do ato de estudar, a autora constatou que independente dos fatores que não permitiram a alfabetização em idade mais nova, para a pessoa idosa a redescoberta da linguagem oral está relacionada a reconstrução identitária, ou seja, por mais que ler e escrever seja importante o fato de ter uma fala não estigmatizada é o mais importante.

Além da alfabetização e letramento, em ambientes formais, desde a década de 1970 as Universidades abrem suas portas para atividades extensionistas destinadas ao público idoso, a denominação é diversa: Universidade Aberta da Terceira Idade, Universidade Aberta da Pessoa Idosa, Universidade Aberta da Maturidade, entre outros, porém os objetivos vão além da alfabetização deste público, são ofertadas diversas atividades extensionistas que buscam a promoção da qualidade de vida, não seguindo propriamente um currículo acadêmico (Inouye et al., 2018).

As ações extensionistas das universidades abertas à pessoa idosa não precisam seguir um currículo, este espaço destinado às pessoas idosas nas universidades pode impactar positivamente a sua percepção em diversos aspectos da qualidade de vida, oportunizar a socialização e evitar o isolamento social, bem como desenvolver novas habilidades e competências, é observado que quanto maior o tempo da participação em

atividades mais positiva é a percepção do processo de envelhecimento (Adamo et al., 2017; Inouye et al. 2018).

Para Gohn (2016, p. 62) “a educação não formal é um processo de aprendizagem, não uma estrutura simbólica edificada e corporificada em um prédio ou em uma instituição; ela ocorre pelo diálogo tematizado”, neste contexto é possível enxergar o papel da educação não formal para as pessoas idosas como o processo que vai além de estruturas curriculares, mas compreende a bagagem, experiência e trocas entre os aprendizes idosos e os professores que muitas vezes realizam um diálogo intergeracional.

As ações educativas e o treinamento cognitivo podem impactar o envelhecimento gerando o aumento ou mesmo a manutenção das habilidades cognitivas de pessoas idosas, sejam elas saudáveis ou com algum grau de comprometimento, sendo a saúde cognitiva uma das maiores preocupações no processo de envelhecimento. Pois, mesmo na velhice a plasticidade cerebral - capacidade de adaptação do sistema nervoso em resposta a estímulos do ambiente - está presente, e por meio de treinos e estímulos pode impactar os aspectos motores, sensoriais e a memória de pessoas idosas (Lima-Silva et al., 2022).

Lima-Silva et al. (2022) e Carvalho et al. (2014) destacam que intervenções específicas como programas de aprendizagem contínua e desafios cognitivos estruturados, não apenas promovem a preservação das funções mentais, mas também desempenham um papel significativo na prevenção de doenças neurodegenerativas associadas ao envelhecimento.

Oficinas de memória, práticas terapêuticas em grupo, participação em grupos de convivência, atividades artísticas e atividades físicas apresentam de forma positiva o desenvolvimento e a manutenção dos aspectos cognitivos de pessoas idosas (Carvalho et al., 2014).

A “falta” de memória, ou a percepção de falhas e perda da memória é uma das maiores preocupações manifestadas pelos idosos, mas quando expostos a atividades de estimulação e intervenção cognitiva são observados impactos positivos na memória objetiva e subjetiva dos participantes (Carvalho et al., 2014).

Bortoli e Marchi (2022) constataram que o contexto de ensino e aprendizagem dos estudos sobre pessoas idosas é distinto, sendo que são diversas as opções de atividades destinadas às pessoas idosas em espaços não formais, com diversas abordagens metodológicas.

A motivação em participar de determinada atividade gera entusiasmo, e as pessoas idosas preferem aprender o que lhes interessa, em aulas coletivas e que tenham espaço para compartilhar suas experiências de vida (Bortoli, Marchi, 2022). Por isso, é necessária a reflexão sobre as políticas e práticas destinadas às pessoas idosas a fim de alcançar um envelhecimento bem-sucedido, além de incentivar às atividades práticas é preciso compreender os aspectos que irão influenciar o engajamento ou desengajamento social na velhice, e promoção de um bem-estar social (Pinto e Neri, 2017).

Desafios como a pandemia da COVID-19 impactaram estes ambientes, pois inúmeras atividades de centros de convivência social, academias públicas em praças ou ao ar livre, eventos nas comunidades religiosas, entre outros, foram suspensos no período da pandemia; além da suspensão das atividades os estereótipos negativos ao envelhecimento foram ressaltados durante o período pandêmico (Santos e Silva, 2022).

Santos e Silva (2022) destacam que as condições de vida das pessoas idosas é um dos fatores que mais impactam o isolamento, independente do período pandêmico, e o acesso a estas atividades educativas, tornando as pessoas idosas mais frágeis em aspectos da saúde mental, pois o isolamento pode impactar negativamente a vida como um todo.

Independente do ambiente educativo e da proposta de atividades para as pessoas idosas se observa na literatura acadêmica que há muitos desafios, pois as pessoas idosas não têm uma velhice homogênea, e cada realidade poderá apresentar suas demandas, enquanto para um grupo uma atividade de letramento é a mais importante, para outro pode ser que uma atividade física ou de lazer tenha maior interesse e adesão.

Para Adamo et al. (2017), Inouye et al. (2018), Lima-Silva et al. (2022), Bortoli e Marchi (2022) as atividades educativas irão beneficiar os seus participantes idosos, promovendo a aprendizagem, o desenvolvimento humano e as relações sociais, sejam estas ações formais ou não formais. Antunes e Macedo (2021) destacam que a educação ao longo da vida nos espaços não formais está fortemente associada ao envelhecimento bem-sucedido, pois impacta aspectos sociais, mentais, físicos e psicológicos dos seus participantes.

Os estudos sobre a educação de pessoas idosas fazem parte do contexto da *gerontologia educacional*, uma área que tem se desenvolvido nas últimas décadas e que desde os primeiros estudos “expandiu-se enquanto corpo teórico e prático, com adaptações conceituais em diferentes contextos, considerando as particularidades demográficas, sociais e políticas em relação à população idosa” (Flauzino e Cachioni, 2023).

Flauzino e Cachioni (2023) explicam que inicialmente o termo referia-se as ações educativas destinadas às pessoas idosas e que se ampliou para a educação para o envelhecimento, as autoras explicam que as propostas educativas para pessoas idosas já se registravam desde o século XVI, na área acadêmica o tema surge na década de 1950 e o primeiro uso do termo *gerontologia educacional* aconteceu em 1970, mesma época em que nasce a primeira Universidade da Terceira Idade.

As autoras apresentam três autores que desenvolveram modelos e estruturas para pensar a educação para pessoas idosas: Peterson (Estados Unidos), Glendenning (Inglaterra) e Thornton (Canadá). Os trabalhos podem ser vistos como complementares, e de certa forma cronológicos pela forma em que são apresentados.

Os estudos de David Peterson são apresentados por Flauzino e Cachioni (2023) como uma referência para compreender os princípios e perspectivas da gerontologia educacional. Explorando o artigo *Educational gerontology: the state of the art* de Peterson

(1976) o autor explica que o termo vai se modificando de acordo com as transformações da educação e o envelhecimento e que são três as principais vertentes dos estudos observados por educação para as pessoas idosas (que inclui as Universidades para Pessoas Idosas que estavam nascendo nesta época); educação para o público em geral ou específico sobre o envelhecimento e as pessoas idosas; educação para profissionais que atuam ou que almeja trabalhar com idosos e questões relacionadas ao envelhecimento; sendo que estas vertentes estão atreladas pelo ensino e pela prática.

Já Glendenning (1989) ao contextualizar a realidade britânica propõe que a gerontologia educacional está regida por dois domínios: a gerontologia educacional que compreende os processos de aprendizagem das pessoas idosas; e a educação gerontológica que se dedica ao ensino das especificidades de uma sociedade que envelhece, seja pela preparação profissional, cuidadores ou voluntários.

E Thornton (1992) a partir dos modelos dos autores anteriores e observando a realidade canadense divide a gerontologia educacional em três domínios: educação de idosos, educação gerontológica, gerontologia acadêmica. Para o autor estes domínios têm duas vertentes a social e a individual, sendo que o no âmbito social ela existe devido ao aumento do número da população idosa, enquanto a individual compreende as necessidades próprias do processo de envelhecimento.

Estes autores estão presentes em estudos modernos (artigos, teses, dissertações) como uma referência para a contextualização da gerontologia educacional, podendo ser adaptados as demais realidades geográficas e mudanças da sociedade contemporânea, a partir deles são gerados debates sobre aspectos sociais, críticos, abordagens. Neste sentido Flauzino e Cachioni (2023, p. 38) sintetizam que “a gerontologia educacional se encontra em pleno desenvolvimento e que a educação de idosos demanda por maiores aprofundamentos nos debates acadêmicos, tanto em relação à abordagem quanto prática”.

Neste cenário de educação gerontológica situa-se a pesquisa desenvolvida neste livro, em que o canto coral é um espaço em que ocorre a aprendizagem de aspectos musicais e extramusicais por pessoas idosas. A partir dos autores supracitados o canto coral pode ser entendido como uma atividade para as pessoas idosas (de acordo com a estrutura de Peterson), da gerontologia educacional (conforme considerações de Glendenning) e educação de idosos (na perspectiva de Thornton) e ainda observar diferenças de acordo com o contexto social e geográfico em que se desenvolve.

A inclusão de atividades sociais e culturais no processo educativo e de treinamento cognitivo pode proporcionar benefícios adicionais, uma vez que a interação social e o envolvimento em atividades culturais estimulam não apenas a mente, mas fortalecem os laços interpessoais, mitigando possíveis efeitos negativos do isolamento social na cognição. Portanto, investir em abordagens que levem em consideração a complexidade dos aspectos cognitivos durante o envelhecimento é fundamental para promover um envelhecimento bem-sucedido e uma qualidade de vida sustentável para a população idosa.

Compreendendo a prática coral enquanto prática educativa e que pode contribuir em diferentes aspectos da vida da pessoa idosa, especialmente na aprendizagem ao longo da vida (Clift, Gilbert e Vella-Burrows, 2018) o próximo capítulo apresenta uma revisão integrativa da literatura a partir dos anos 2000 até 2023 de estudos que apresentam benefícios e percepções da prática coral por pessoas idosas.



### CANTO CORAL E PESSOAS IDOSAS

A fim de uma visão global de estudos sobre o canto coral e a pessoa idosa foi realizada uma revisão integrativa que investigou a temática a partir dos anos 2000, tendo em vista a sua atualidade e relevância. Como afirmado nas revisões de Bornholdt (2019) e Clift, Gilbert e Vella-Burrows (2018) os achados trazem diferentes abordagens e áreas de pesquisa que incluem saúde, educação, entre outras, e é a partir dos anos 2000 que há um crescente interesse pelo tema.

A escolha pela revisão integrativa se deu pelo fato desta abordagem permitir a inclusão de estudos experimentais e não-experimentais, permitindo uma compreensão abrangente do assunto, de acordo com Souza, Silva e Carvalho (2010, p. 103), este tipo de revisão “Combina também dados da literatura teórica e empírica, além de incorporar um vasto leque de propósitos: definição de conceitos, revisão de teorias e evidências, e análise de problemas metodológicos de um tópico particular.”

Foram seguidos os passos sugeridos por Sousa, Silva e Carvalho (2010): identificação do tema e seleção da questão de pesquisa; estabelecido os critérios de inclusão e exclusão; definição das informações extraídas dos achados; avaliação dos estudos incluídos; interpretação dos resultados; apresentação dos resultados e síntese do conhecimento.

O tema selecionado foi “prática de canto coral por pessoas idosas”, com a questão de pesquisa: “o que dizem os estudos científicos sobre a prática de canto coral por pessoas idosas nas últimas duas décadas?”.

Foram selecionadas as bases de dados: ERIC, Scielo, Scopus para busca dos artigos por compreender que são bases que incluem uma grande gama de estudos realizados no mundo todo, para uma visão de estudos nacionais foram buscadas teses e dissertações no Catálogo de Teses e Dissertações da Capes.

Os critérios de inclusão foram: artigos científicos, teses e dissertações sobre a temática no recorte temporal de 2000 ao primeiro semestre de 2023, e critérios de exclusão: trabalhos que foram realizadas com outras faixas etárias, capítulos de livro, livros, editoriais, entre outros que não sejam compatíveis com os critérios de inclusão.

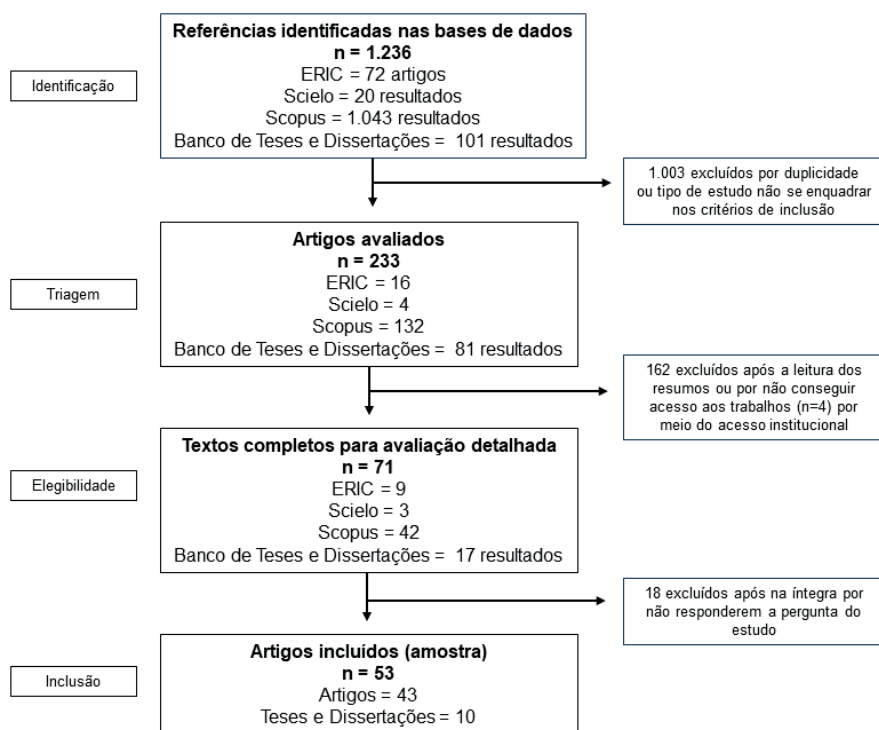
As informações extraídas dos estudos foram: tipo de estudo, país do estudo, espaço educativo em que o estudo foi realizado, número de participantes, principais resultados dos estudos selecionados. O critério de avaliação foram os elencados por Mendes, Silveira e Galvão (2008) para avaliar a qualidade dos estudos: questão da pesquisa; relevância e base da questão da pesquisa; antecedentes da pesquisa; se a metodologia do estudo foi adequada; se os participantes selecionados para o estudo estão corretos; se o estudo responde à questão da pesquisa; se foram indicadas limitações e sugestões para pesquisas futuras.

Foram utilizados os descritores em educação da Thesaurus e das ciências da saúde DeCS/MeSH em português, espanhol e inglês: canto, singing; idoso, anciano, aged, “older people”, “canto coral”, “pessoa idosa”. No quadro abaixo são apresentadas as combinações utilizadas para busca.

Quadro 3: combinações dos descritores com operadores booleanos utilizados nas plataformas de busca

Português	canto AND idoso; canto AND “pessoa idosa”; “canto coral” AND idoso; “canto coral” AND “pessoa idosa”
Espanhol	canto AND anciano
Inglês	singing AND “older people”; singing AND aged

Em todas as bases de dados foi realizada a busca com todas as combinações de descritores nos 3 idiomas. Os resultados da seleção dos artigos são apresentados no fluxograma a seguir:



Fonte: os autores (2024)

Todos os artigos e teses que compõe a amostra passaram pelos critérios de avaliação indicados por Mendes, Silveira e Galvão (2008), considerando aptos aqueles que apresentassem os critérios éticos, limitações da pesquisa, indicações para pesquisas futuras e que ao descrever a metodologia indicassem os possíveis viés ou justificassem a escolha metodológica.

Na busca não foram encontrados artigos na língua espanhola, os artigos foram majoritariamente em inglês, inclusive estudos brasileiros, e apesar dos anos 2000 marcarem uma crescente na produção científica sobre o tema, os estudos mais robustos, com melhores avaliações, com mais espaço para discussão encontram-se após os anos 2010.

Na tabela a seguir é apresentada uma síntese dos dados extraídos destes artigos por ordem cronológica decrescente, primeiro são apresentados os artigos e na sequência as teses e dissertações.

Tabela 1: Dados extraídos dos resultados da revisão integrativa sobre canto coral e a pessoa idosa dos anos 2000 a 2023

Artigos		
	Informações de identificação	Achados do estudo
1	GALINHA, I. C.; PINAL, D.; LIMA, M. L. Factors predicting adherence to artistic-singing groups for older adults and their role as moderators of the intervention outcomes. <i>Clinical Gerontologist</i> , v. 46, n. 3, p. 376-388, 2023.  Estudo realizado em Portugal.	Este estudo quantitativo investigou fatores associados à adesão de idosos em um programa de canto coral, explorando seu papel moderador nos resultados da intervenção. Participaram 149 idosos de uma instituição de assistência social em um ensaio clínico randomizado de 34 encontros, duas vezes por semana. Os resultados indicaram que o bem-estar geral foi um moderador prevendo melhorias na satisfação com a vida e identificação social. Análises mostraram que anos de escolaridade, bem-estar, humor negativo, solidão e pressão arterial anteciparam a adesão à intervenção. Implicações clínicas sugerem a importância de triagem para personalizar intervenções eficazes e economicamente viáveis.
2	PENTIKÄINEN, E. <i>et al.</i> Longitudinal effects of choir singing on aging cognition and wellbeing: a two-year follow-up study. <i>Frontiers in Human Neuroscience</i> , v. 17, 2023.  Estudo realizado na Finlândia.	Este estudo longitudinal (quantitativo) analisou o possível impacto do canto coral no declínio cognitivo, humor, bem-estar social e qualidade de vida ao longo de dois anos, comparando cantores de coral a um grupo controle. A pesquisa, realizada de 2017 a 2020, teve uma amostra final de 169 participantes. Os resultados indicaram que os cantores de coral mantiveram pontuações mais altas na flexibilidade verbal ao longo do tempo, enquanto os não cantores mostraram melhora. A recuperação ativa do conhecimento de palavras apresentou mudanças significativas entre os grupos de T1 (coleta de dados no início do estudo) para T2 (acompanhamento de um ano). Trajetórias opostas foram observadas na qualidade de vida relacionada à inclusão social e segurança do ambiente. Cantores com menos experiência apresentaram maior melhoria na tarefa de vocabulário. Em geral, o estudo sugere que o canto coral para pessoas idosas está associado a melhorias sustentadas na fluência fonética, mas os efeitos em outras habilidades verbais e na qualidade de vida são menos claros.

3	<p>STAGER, S. V.; GOUDELIAS, D.; JOHNSON, A. M. Effects of Participation in a Structured Choral Program on the Voice of Older Adults. <i>Journal of Voice</i>, 2023.</p> <p>Estudo realizado nos Estados Unidos da América.</p>	<p>Este estudo quantitativo visou comparar mudanças nas medidas acústicas e aerodinâmicas na voz falada e cantada, investigando os efeitos do envolvimento a curto e longo prazo no canto coral na função vocal e qualidade de vida de idosos. Um grupo de 31 idosos participou de dois corais em Nova Iorque, com 15 ensaios semanais de 90 minutos cada. Avaliações ocorreram no início do estudo, após um semestre de canto e após um semestre de descanso. Medidas incluíram o Índice de Função Glótica (IFG), Qualidade de Vida Relacionada a Voz (QVV) e Avaliação da Capacidade de Cantar Facilmente (EASE). Gravações de áudio e registros aerodinâmicos foram analisados por profissionais. Contrariamente à hipótese, os resultados indicaram impacto variável nas diferentes variáveis, destacando-se mudanças significativas em cantores menos experientes.</p> <p>A probabilidade de melhora não foi gradual, mas seguiu uma curva exponencial, com maior chance de mudança no início do canto seguido de estabilidade na voz cantada. O impacto do canto coral regular na voz cantada não foi conclusivo, mas a percepção da qualidade de vida vocal foi positiva. Em resumo, o estudo sugere que, para idosos saudáveis, o canto regular pode ser um mecanismo eficaz para manter a qualidade da voz falada por longos períodos.</p>
4	<p>BAKER, F. A. et al. Clinical effectiveness of music interventions for dementia and depression in elderly care (MIDDEL): Australian cohort of an international pragmatic cluster-randomised controlled trial. <i>The Lancet Healthy Longevity</i>, v. 3, n. 3, p. e153-e165, 2022.</p> <p>Estudo realizado na Austrália.</p>	<p>Este estudo quantitativo buscou avaliar a eficácia de intervenções musicais para demência e depressão em pessoas idosas, usando um ensaio clínico randomizado por conglomerados com quatro grupos de intervenção. A pesquisa, parte de um estudo de coorte internacional, empregou a Escala de Avaliação de Depressão de Montgomery-Asberg para coleta de dados em diferentes momentos da intervenção. A intervenção de musicoterapia em grupo não se mostrou superior à ausência desse grupo, enquanto o canto coral recreativo apresentou resultados superiores. O grupo de canto coral obteve os melhores resultados, com efeitos mais pronunciados em residentes com demência moderada a grave. Conclui-se que intervenções musicais ativas e intensivas podem significativamente melhorar sintomas de depressão em residentes de casas de repouso com demência e sintomas depressivos, sendo o canto em grupo uma opção eficaz para melhorar a depressão e sintomas neuropsiquiátricos. Ambas as intervenções são facilmente escaláveis.</p>
5	<p>GALINHA, I. C.; GARCÍA-MARTÍN, M. A.; LIMA, M. L. Sing4Health: Randomised controlled trial of the effects of a singing group program on the subjective and social well-being of older adults. <i>Applied Psychology: Health and Well-Being</i>, v. 14, n. 1, p. 176-195, 2022.</p> <p>Estudo realizado em Portugal.</p>	<p>Este estudo de ensaio clínico randomizado com método misto teve como objetivo analisar os efeitos de uma intervenção de canto coral no bem-estar, funções cognitivas e saúde de pessoas idosas. Os participantes foram randomizados em dois grupos: intervenção e controle com lista de espera ativa. A intervenção consistiu em 34 encontros de duas horas, duas vezes por semana, com roteiro pré-estabelecido. A coleta de dados incluiu medidas estruturadas e entrevistas sobre benefícios percebidos, biomarcadores, função respiratória e equilíbrio. Resultados indicaram efeitos significativos e sustentados no afeto positivo até 6 meses após a intervenção. A solidão diminuiu em ambos os grupos, mas a causalidade em relação à intervenção permanece incerta. Participantes que completaram 75% dos encontros mostraram efeitos significativos no bem-estar subjetivo e efeito marginalmente significativo na autoestima, mantidos no período de acompanhamento. Satisfação com vida, afeto negativo e índice de integração social não apresentaram efeitos significativos. Aumento da autoestima durante a intervenção previu aumento do afeto positivo e diminuição do afeto negativo. A análise qualitativa corroborou os resultados quantitativos.</p>

6	<p>MAURY, S. et al. Socio-emotional Benefits Associated with Choir Participation for Older Adults Related to Both Activity Characteristics and Motivation Factors. <i>Music &amp; Science</i>, v. 5, p. 20592043221137759, 2022.</p> <p>Estudo realizado na Austrália.</p>	<p>Este estudo quantitativo explorou os mecanismos por trás da melhoria do bem-estar através da participação em um coral, dividindo-se em dois estudos. O primeiro analisou mecanismos de mentalidade individual, enquanto o segundo investigou mecanismos de atividade grupal.</p> <p>Comparando a participação em corais com outros grupos sociais não cantores, envolvendo participantes de diversas faixas etárias (64 no coral, 64 em atividade física e 74 em outras atividades), o estudo utilizou escalas para medir bem-estar emocional, mental e coesão social no estudo 1, e motivação pessoal, mentalidade e tipo de motivação no estudo 2. Os resultados demonstraram que a participação em corais ou grupos de exercícios previu o bem-estar emocional positivo, o afeto positivo mediado pela motivação intrínseca dos membros do coral, o bem-estar mental se correlacionou apenas com a participação em grupos de exercícios e foi mediado pelo fluxo, os participantes relataram níveis mais altos de conexão social em dia com atividades musicais, praticar exercícios ou atividades sociais associadas a maior felicidade e energia. O bem-estar mental correlacionou-se com a participação em grupos de exercícios e foi mediado pelo fluxo. Os participantes destacaram maior conexão social em atividades musicais, exercícios e atividades sociais relacionadas à felicidade e energia. Os autores enfatizam que, em comparação com diversas atividades físicas e mentais, as atividades de lazer em grupo beneficiam o bem-estar por meio de interação e engajamento social, considerando componentes como exposição à música, movimento e oportunidades sociais, além de contribuições potenciais como interação social, regulação emocional, disposição individual e mentalidade.</p>
7	<p>MOSS, H. et al. Together in song: Designing a singing for health group intervention for older people living in the community. <i>Nordic Journal of Music Therapy</i>, v. 31, n. 5, p. 413-430, 2022.</p> <p>Estudo realizado na Irlanda.</p>	<p>Este artigo descreve o desenvolvimento de um grupo de canto para idosos, visando reduzir o isolamento social, promover a estimulação cognitiva e aumentar a motivação e a atividade física. O processo seguiu três estágios conforme as diretrizes do Medical Research Council (MRC), envolvendo pesquisa mista. Cada etapa gerou resultados que se complementaram. Destaca-se a necessidade de flexibilidade e centralidade na pessoa no conteúdo musical, enfatizando que cantar em grupo comunitário oferece oportunidades de convívio social. Recursos como letras grandes impressas são importantes para uma prática musical ativa e expressiva. Os autores fornecem orientações sobre duração do ensaio, tamanho do grupo, estrutura e conteúdo musical. Os resultados dos estudos piloto indicam que o canto em grupo beneficia as relações interpessoais e a ligação social entre os idosos, contribuindo para o aumento do bem-estar. Os achados visam promover estudos replicáveis em larga escala sobre o impacto do canto em grupos de saúde na saúde e bem-estar dos idosos.</p>
8	<p>MOURA, W. E. R. et al. Análise do índice de desvantagem vocal para o canto de coristas idosos. In: <i>CoDAS. Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia</i>, 2022.</p> <p>Estudo realizado no Brasil.</p>	<p>O objetivo deste estudo quantitativo foi analisar o índice de desvantagem vocal para o canto de coristas idosos e verificar a sua relação com perfil, hábitos e condições de saúde dos participantes. Participaram 110 pessoas idosas de coros amadores, responderam a uma entrevista sobre idade, tempo de canto coral, classificação vocal e a presença de hábitos e condições de saúde adversas à produção vocal, responderam ao questionário Índice de Desvantagem Vocal para o Canto (IDV-C) para avaliar a autopercepção em relação às experiências no uso da voz cantada. Os coristas deste estudo apresentaram um índice de desvantagem vocal para o canto compatível com vozes saudáveis para o canto. Ao verificar a relação do escore do IDV-C com as características dos participantes e a respeito dos hábitos e condições de saúde, constatou-se que os coristas idosos com mais de 75 anos, as coristas contralto e aqueles que afirmaram beber pouca água apresentaram escores maiores de desvantagem vocal para o canto.</p>

9	<p>PENTIKÄINEN, E. et al. Benefits of choir singing on complex auditory encoding in the aging brain: An ERP study. <i>Annals of the New York Academy of Sciences</i>, v. 1514, n. 1, p. 82-92, 2022.</p> <p>Estudo realizado na Finlândia.</p>	<p>Este estudo quantitativo examinou o impacto do canto coral regular na codificação auditiva simples e complexa em idosos saudáveis, usando um experimento ERP (Event-Related Potential ou Potencial Relacionado a Eventos da eletroencefalografia). Participaram 41 cantores e 40 não cantores. Foram apresentados sons senoidais de seis alto falantes que variavam em altura e localização com o objetivo de determinar se os cantores mostram benefícios em comparação aos não cantores na codificação de nível superior de uma regra abstrata combinando características de altura e localização; codificação de baixo nível de características de <i>pitch</i> e localização. A análise estatística focou em janelas de tempo de resposta. Não foram observadas diferenças demográficas entre grupos. Os resultados indicam que o canto coral está associado a melhorias específicas no processamento auditivo de padrões complexos em idosos, especialmente na integração de altura e localização sonora. Essas melhorias se correlacionam com benefícios na fluência fonêmica, sugerindo influência positiva do canto coral no envelhecimento cerebral e na capacidade de processar informações auditivas complexas.</p>
10	<p>ZUKOWSKI, D. B. Choir Singing Practice and Temporal Ordering in the Elderly. <i>International Archives of Otorhinolaryngology</i>, v. 26, p. e199-e207, 2022.</p> <p>Estudo realizado no Brasil. Este estudo é resultado de uma dissertação que não está disponível para acesso no momento.</p>	<p>Este estudo quantitativo de recorte transversal teve como objetivo verificar a correlação entre a prática de música coral e a ordenação temporal em pessoas idosas sem experiência musical prévia. Participaram do estudo 85 idosos, sendo 43 que participavam de um grupo coral, porém sem experiência musical prévia, e o grupo controle com 42 pessoas que nunca cantaram em coral e não tinham experiência musical no decorrer da vida. Os dados foram coletados por meio de testes de sequência de padrão de altura (PPS), condição verbal (PPSverb), condição de zumbido (PPShum) e sequência de padrão de duração (DPS), questionário de caracterização dos participantes, audiometria total com audiômetro, audiometria vocal, medidas de imitação acústica, Mini Mental. Fatores de confusão como nível educacional, renda e aspectos cognitivos foram avaliados para reduzir o risco de viés. Os resultados indicam melhor desempenho na ordenação temporal de pessoas idosas que praticam canto coral, mesmo sem serem músicos formais, em comparação àqueles sem prática de canto coral.</p>
11	<p>GALINHA, I. C. et al. Intervention and mediation effects of a community-based singing group on older adults' perceived physical and mental health: the Sing4Health randomized controlled trial. <i>Psychology &amp; Health</i>, v. 38, n. 1, p. 1-21, 2021.</p> <p>Estudo realizado em Portugal.</p>	<p>Este estudo quantitativo, um ensaio clínico randomizado, pragmático e controlado com dois braços (intervenção e controle ativo em lista de espera) examinou os efeitos a curto e longo prazo de um programa de canto coral comunitário de 4 meses em idosos na percepção da saúde física, ansiedade, estresse e depressão. Teve como objetivo secundário investigar os efeitos de mediação únicos e combinados de variáveis psicológicas no período de intervenção quanto a percepção de saúde física e mental. Participaram 149 idosos, divididos em grupo de intervenção imediata e grupo de controle em lista de espera. Os resultados foram medidos no início, após 4 meses e seis meses. A intervenção mostrou benefícios em mitigar declínios na saúde física percebida, mas não na redução de ansiedade, estresse e depressão a curto prazo. A longo prazo foi verificado que os benefícios da intervenção foram sustentados no acompanhamento de seis meses. A análise indicou que a intervenção teve efeitos indiretos significativos nos resultados de saúde física e mental, especialmente aumentando o afeto positivo, resultando em maior bem-estar hedônico e redução dos sintomas psicológicos. Em conjunto estes resultados sugerem um aumento no afeto positivo experimentado durante a intervenção.</p>
12	<p>IRONS, J. Y. et al. Group singing improves quality of life for people with Parkinson's: an international study. <i>Aging &amp; mental health</i>, v. 25, n. 4, p. 650-656, 2021.</p> <p>Estudo multinacional.</p>	<p>Este estudo quantitativo e multinacional (Austrália, Reino Unido e Coreia do Sul) examinou a hipótese de que haveria melhorias na qualidade de vida e saúde mental em pessoas idosas com Parkinson após a participação de uma intervenção de canto coral. Utilizando um desenho de estudo pré e pós-intervenção com 95 participantes, a intervenção durou seis meses, consistindo em encontros semanais padronizados com atividades como treino respiratório, aquecimento vocal e prática de repertório. Os dados foram coletados por pesquisadores locais independentes, utilizando instrumentos de avaliação como o Questionário de Parkinson-39 (PDQ-39) e a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse modificada (DASS). A análise estatística mostrou melhorias significativas em aspectos da qualidade de vida, bem-estar mental, ansiedade e estresse após a intervenção, indicando que o programa de canto em grupo teve um impacto substancial no bem-estar mental dos participantes australianos e sul-coreanos.</p>

13	<p>PENTIKÄINEN, E. et al. Beneficial effects of choir singing on cognition and well-being of older adults: Evidence from a cross-sectional study. <i>PloS one</i>, v. 16, n. 2, p. e0245666, 2021.</p> <p>Estudo realizado na Finlândia.</p>	<p>Este estudo quantitativo teve como objetivo comparar o funcionamento cognitivo subjetivo (autorrelatado) e objetivo (baseado em testes) de cantores de coro seniores e indivíduos de controle pareados, juntamente com avaliação de humor, qualidade de vida e funcionamento social. Os dados iniciais provêm de um estudo de coorte longitudinal sobre os efeitos do canto em coro sênior no envelhecimento neuro cognitivo. Foi realizado um estudo transversal com questionário em 162 adultos idosos saudáveis sendo 106 cantores de coral e 56 controles, incluindo medidas de cognição, humor, envolvimento social, qualidade de vida e papel da música na vida diária. Os cantores de coral foram divididos em grupos de atividade baixa (1 a 10 anos, N = 58) e alta (&gt; 10 anos, N = 48) com base nos anos de experiência em canto coral ao longo de sua vida. Uma subcoorte de 74 participantes (39 cantores de coral, 35 controles) também foi avaliada com uma bateria de testes neuropsicológicos que cobriu seis domínios cognitivos. Nos testes neuropsicológicos, os coristas tiveram melhor desempenho que os controles no domínio da flexibilidade verbal da função executiva, mas não em outros domínios. Nos questionários, coristas de alta atividade apresentaram melhor integração social do que controles e coristas de baixa atividade. Em contraste, os coristas de baixa atividade apresentaram melhor saúde geral do que os controles e os coristas de alta atividade. Foi observado que em idosos saudáveis, o canto coral regular está associado a uma melhor flexibilidade verbal. A atividade coral de longa data está ligada a um melhor envolvimento social e, mais recentemente, a atividade coral iniciada a uma melhor saúde geral.</p>
14	<p>SANTOS, M. R. et al. Effects of musical improvisation as a cognitive and motor intervention for the elderly. <i>Estudos de Psicologia (Campinas)</i>, v. 38, p. e190132, 2021.</p> <p>Estudo realizado no Brasil.</p>	<p>Este estudo quantitativo teve como objetivo investigar os efeitos sobre o funcionamento executivo e motor de idosos saudáveis, participaram 28 pessoas idosas de uma intervenção musical divididos em dois grupos: improvisação musical e canto coral, sendo o grupo de canto coral, o grupo controle. Antes da intervenção foram realizados testes psicométricos como o Mini Exame do Estado Mental, Entrevista de Engajamento Musical, Teste de Trilha, Teste de Fluência Verbal, Teste do Relógio, Teste dos Cinco Dígitos, Teste Comportamental de Memória de Rivermead, Timed up and go (cadeiras), Finger Tapping Test (coordenação manual). O protocolo experimental teve 8 encontros semanais de 60 minutos. Os resultados suportam a hipótese que atividades musicais realizadas por pessoas idosas, principalmente as de caráter improvisador, podem ter efeitos no funcionamento executivo por meio das transferências entre funções de treinamento, planejamento e inibição. Também apoiam que diferentes modalidades de atividade musical têm efeitos diferentes.</p>
15	<p>ALLISON, T. A. et al. Multi-cultural perspectives on group singing among diverse older adults. <i>Geriatric Nursing</i>, v. 41, n. 6, p. 1006-1012, 2020.</p> <p>Estudo realizado nos Estados Unidos da América.</p>	<p>Este estudo qualitativo investigou os benefícios percebidos do canto coral para pessoas idosas em diversidade socioeconômica e racial/étnica, é parte qualitativa de um estudo mais amplo, um ensaio clínico randomizado por agrupamento com uma intervenção coral para pessoas idosas em 12 grupos. Foram entrevistados em grupos focais 31 participantes do coral, 6 profissionais que atuavam junto ao grupo e 6 administradores do grande estudo randomizado por cluster. Como havia pessoas que falavam apenas o espanhol a entrevista foi realizada em espanhol e depois de transcrita traduzida por profissionais bilíngues. Tanto os participantes do coral como os profissionais que atuaram no projeto identificaram uma série de benefícios atribuídos a participação coral. O envolvimento psicossocial foi o mais relatado, com seis componentes: bem-estar emocional, autoestima, autoconfiança, conexão e apoio social, diminuição da solidão, sendo de identidade cultural e apreciação multicultural. Pouco foi relatado sobre benefícios cognitivos (aprendizagem e memória) e físicos (função respiratória e qualidade da voz). Embora a maioria das respostas tenha sido positiva, surgiram alguns comentários negativos sobre a participação na intervenção do coral durante os grupos focais e as entrevistas. Sugere-se que o canto coral em grupo de pessoas idosas etnicamente diversas pode ter múltiplos benefícios psicossociais e aumentar o sentido de identidade cultural e apreciação de outras culturas. Nesta população diversificada o sentimento de identidade cultural e apreciação multicultural foi fortemente atribuída à participação no grupo coral.</p>

16	<p>CORVO, E.; SKINGLEY, A.; CLIFT, S. Community singing, wellbeing and older people: implementing and evaluating an English singing for health intervention in Rome. <i>Perspectives in Public Health</i>, v. 140, n. 5, p. 263-269, 2020.</p> <p>Estudo realizado na Itália.</p>	<p>Este estudo quantitativo teve como objetivo foi explorar a transferibilidade e eficácia do modelo inglês “Silver Song Club” para pessoas idosas no contexto social e cultural de Roma, Itália. Para isso foi realizada a intervenção com pré e pós-teste, três grupos de canto foram criados em três áreas diferentes de Roma e sessões semanais de cerca de 2 horas de canto foram realizadas durante 12 semanas. Os participantes preencheram um questionário antes do início da experiência, depois ao final de 12 sessões e novamente após 3 meses de acompanhamento e responderam aos questionários EuroQoL-5 Dimension (EQ-5D) e York Short Form (SF-12). Os escores e pontuações foram analisadas utilizando os mesmos algoritmos do estudo inglês para garantir a comparabilidade. Considera-se que o modelo inglês pode ser implementado em um contexto europeu diferentes com resultados semelhantes, e que o modelo é potencialmente rentável. Foi observado que atividades artísticas como cantar podem ter um grande impacto na saúde e bem-estar das pessoas idosas.</p>
17	<p>FENG, L. et al. Effects of choral singing versus health education on cognitive decline and aging: a randomized controlled trial. <i>Aging (Albany NY)</i>, v. 12, n. 24, p. 24798, 2020.</p> <p>Estudo realizado em Singapura.</p>	<p>Este estudo quantitativo comparativo, realizado por meio de um ensaio clínico randomizado, investigou o impacto de uma intervenção de canto coral semanal de dois anos nas mudanças cognitivas de idosos em comparação com um programa de educação em saúde. A hipótese era que o canto coral beneficiaria a saúde cognitiva e/ou reduziria o declínio cognitivo em idosos com alto risco de demência. Dos 197 inicialmente avaliados, 93 foram randomizados para a intervenção (47) e o programa de educação em saúde (46). O coral realizou encontros semanais no Conservatório de Música da Universidade de Singapura, enquanto o grupo controle teve encontros semanais com palestras sobre saúde e atividades em grupo. Os resultados indicaram um melhor desempenho do grupo coral na flexibilidade verbal das funções executivas. Participantes do coral de alta atividade mostraram melhor integração social, enquanto cantores de baixa atividade exibiram melhor saúde geral. O estudo sugere que o canto coral pode ser uma intervenção útil para promover a saúde cognitiva no envelhecimento, sendo uma atividade segura e agradável, e sugere a consideração do canto coral para o envelhecimento saudável e ativo pela comunidade e pelos decisores políticos.</p>
18	<p>GALINHA, I. C. et al. Sing4Health: Protocol of a randomized controlled trial of the effects of a singing group intervention on the well-being, cognitive function and health of older adults. <i>BMC geriatrics</i>, v. 20, n. 1, p. 1-16, 2020.</p> <p>Estudo realizado em Portugal.</p>	<p>O artigo descreve um protocolo de ensaio clínico randomizado (misto) que visa examinar os efeitos da participação em um grupo de canto coral por pessoas idosas em variáveis psicoemocionais, psicossociais, cognitivas e de saúde. O estudo terá a duração de 4 meses, com 140 participantes de uma instituição de apoio social, alocados aleatoriamente em um grupo experimental (70 participantes) e um grupo controle (70 participantes). Serão coletadas medidas de bem-estar social e emocional, função cognitiva e indicadores de saúde, com testes e entrevistas sobre motivação e benefícios percebidos. O protocolo detalha a coleta em diferentes momentos da intervenção e as análises a serem realizadas. A hipótese é que haverá melhorias significativas nas medidas de resultado após a intervenção, contribuindo para a investigação do canto coral como uma intervenção com bom custo-eficácia para a promoção do envelhecimento ativo e saudável.</p>
19	<p>DUBINSKY, E. et al. Short-term choir singing supports speech-in-noise perception and neural pitch strength in older adults with age-related hearing loss. <i>Frontiers in Neuroscience</i>, v. 13, p. 1153, 2019.</p> <p>Estudo realizado no Canadá.</p>	<p>Este estudo quantitativo investigou os efeitos de 10 semanas de participação em canto coral no processamento auditivo de pessoas idosas, focando especialmente na percepção da fala em ambientes ruidosos. Os participantes foram divididos em dois grupos, coral e controle, pareados por idade e audiometria. Foram realizados pré e pós-testes ao longo das 10 semanas. O grupo coral (n=34) passou por avaliações auditivas e cognitivas, incluindo eletroencefalograma, antes e depois de participar de sessões corais semanais de 2 horas, enquanto o grupo controle realizou os mesmos testes sem treinamento musical. Análises estatísticas mostraram melhorias significativas no grupo coral em percepção de fala em ambientes ruidosos, discriminação de <i>pitch</i> e força da representação neural da frequência fundamental da fala. A melhoria na percepção de fala foi influenciada pela melhoria na discriminação de <i>pitch</i>, prevista pela força da representação neural dos estímulos de fala (FFR), sugerindo melhorias no processamento de <i>pitch</i> como mecanismo para a melhoria perceptual. O estudo sugere que o canto coral, como intervenção musical, pode ser eficaz para atenuar perdas auditivas relacionadas à idade, especialmente pela ativação dos sistemas vocal-motores existentes e pela rápida integração dos processos perceptivos e produtivos.</p>



20	<p>GOLD, C. et al. Music Interventions for Dementia and Depression in ELderly care (MIDDEL): protocol and statistical analysis plan for a multinational cluster-randomised trial. <i>BMJ open</i>, v. 9, n. 3, p. e023436, 2019.</p> <p>Estudo multinacional.</p>	<p>Este estudo apresenta o protocolo e plano de análise estatística para o projeto (quantitativo) MIDDEL - Music Interventions for Dementia and Depression in ELderly care, que busca avaliar a eficácia comparativa de intervenções musicais para residentes de casas de repouso com 65 anos ou mais, apresentando sintomas de demência e depressão. O ensaio clínico controlado, randomizado e em cluster envolve 100 unidades de casas de repouso em oito países, com mais de 1000 residentes. Os participantes serão aleatoriamente divididos em grupos que receberão musicoterapia, canto coral, ambos ou nenhum tratamento ao longo de 6 meses, com frequência variando ao longo do tempo. O principal resultado avaliado será a mudança na pontuação da Escala de Depressão de Montgomery-Åsberg após 6 meses, com análises adicionais de sintomas depressivos, funcionamento cognitivo, sintomas neuropsiquiátricos, entre outros. O estudo possui robusta capacidade estatística (90% de poder) e considera variáveis como gênero, gravidade dos sintomas e status socioeconômicos. A aprovação ética foi obtida em um país e será buscada em todos os países participantes, com os resultados a serem divulgados em conferências e revistas científicas.</p>
21	<p>PETROVSKY, D. V.; SEFCIK, J. S.; CACCHIONE, P. Z. A qualitative exploration of choral singing in community-dwelling older adults. <i>Western journal of nursing research</i>, v. 42, n. 5, p. 340-347, 2020.</p> <p>Estudo realizado nos Estados Unidos da América.</p>	<p>Este estudo qualitativo explorou os benefícios percebidos do canto coral entre idosos participantes do PACE (Program of All-Inclusive Care for the Elderly), um programa de centro dias para idosos em regiões urbanas do nordeste dos Estados Unidos, com uma grande população idosa autodeclarada negra ou afro-americana e de baixo nível socioeconômico. Foram realizados 3 grupos focais com uma abordagem semiestruturada, cujas entrevistas foram gravadas, transcritas e analisadas usando a técnica de análise de conteúdo. O tema principal emergente foi "algo para fazermos que amamos", com subtemas de "tempos alegres juntos" e "experiência edificante de apresentar-se para outras pessoas". A participação na intervenção foi descrita como positiva, com os participantes expressando interesse na atividade, apreciação por fazer parte do grupo e envolvimento em uma atividade estruturada e regular que permitiu a reunião e compartilhamento da companhia. Embora a maioria das discussões tenha sido positiva, alguns problemas organizacionais do coro foram mencionados, como repertório e disponibilidade limitada de horário do regente. Os resultados destacam implicações importantes para a promoção do canto coral em adultos mais velhos como um local para interações sociais e envolvimento contínuo em atividades ao longo da vida.</p>
22	<p>FU, M. C. et al. Impact of group-singing on older adult health in senior living communities: A pilot study. <i>Archives of gerontology and geriatrics</i>, v. 76, p. 138-146, 2018.</p> <p>Estudo realizado nos Estados Unidos da América.</p>	<p>O artigo descreve um estudo piloto (quantitativo) que buscou avaliar a viabilidade, aceitabilidade e impacto de um programa de canto coral de 12 semanas sobre função cognitiva, saúde pulmonar e qualidade de vida em idosos. Utilizando um desenho experimental pré e pós-teste, a intervenção consistiu em um programa semanal de canto coral de 75 minutos, com roteiro incluindo aquecimento, respiração, exercícios vocais, prática de repertório e tempo de socialização. As medidas iniciais foram estabelecidas no início do programa e reavaliadas ao final, abrangendo função cognitiva, função respiratória e qualidade de vida, coletadas por meio de testes e avaliações. Participaram do teste piloto 49 idosos de três comunidades. Os resultados indicaram que o programa de canto coral foi bem recebido e demonstrou melhorias em aspectos como memória, linguagem, processamento de informações de fala, função executiva, respiração e forma muscular. Os achados sugerem a justificativa para um estudo mais aprofundado, com uma amostra maior e grupo controle, visando detectar estatísticas e mudanças clínicas significativas.</p>
23	<p>JOSEPH, D.; SOUTHCOTT, J. Music participation for older people: Five choirs in Victoria, Australia. <i>Research Studies in Music Education</i>, v. 40, n. 2, p. 176-190, 2018.</p> <p>Estudo realizado na Austrália.</p>	<p>O artigo relata cinco estudos de caso qualitativos fenomenológicos de grupos de canto coral comunitários na comunidade de Melbourne, Victoria. Foram realizadas entrevistas com participantes dos grupos corais e um grupo focal com representantes de cada grupo. O objetivo foi compreender com profundidade a participação destas pessoas nos grupos, questionando sobre a formação musical, escolha de participar do grupo coral, porque permaneceu no grupo, como se dá a aprendizagem de músicas novas e quais os benefícios percebidos pela prática.</p> <p>Os dados foram analisados utilizando a Análise Fenomenológica Interpretativa e utilizado o software NVivo para auxiliar na análise de dados. Os resultados foram apresentados em três temas que emergiram das entrevistas: conexão social, sensação de bem-estar, envolvimento musical. O estudo contribui para a compreensão dos participantes sobre o envelhecimento e bem-estar dos coralistas. Uma observação é que havia membros dos grupos com menos de 65 anos, adultos com mais de 50 anos participavam desta atividade.</p>

24	<p>TAN, J. et al. Study protocol for a randomized controlled trial of choral singing intervention to prevent cognitive decline in at-risk older adults living in the community. <i>Frontiers in Aging Neuroscience</i>, v. 10, p. 195, 2018.</p> <p>Estudo realizado em Singapura.</p>	<p>O artigo relata um estudo (quantitativo) que estava em andamento com a fase final prevista para 2019, a triagem iniciou em julho de 2016. Foi realizado um ensaio clínico randomizado de braço paralelo que avaliava a eficácia da prática de canto coral e mecanismos subjacentes na prevenção do declínio cognitivo em participantes idosos. Foram recrutadas 367 pessoas idosas sem diagnóstico de demência, que viviam na comunidade para uma intervenção de 2 anos, os participantes foram randomizados para grupo de canto coral ou grupo de educação em saúde. Um protocolo de avaliação abrangente com informações cognitivas e medidas psicológicas, biomarcadores de sangue, urina e medidas de ressonância magnética do cérebro foram projetadas para este estudo. Os participantes passavam pela bateria de testes antes, durante e o final da intervenção. A análise estatística seria realizada seguindo um modelo linear de efeitos mistos para examinar os efeitos em cada alocação e grupo, interação entre grupos, ajustando as variáveis de confusão quando necessário. O resultado primário será o desempenho cognitivo medido por uma pontuação composta do teste cognitivo, os resultados secundários incluem depressão, ansiedade e sintomas neuropsiquiátricos. O estudo fornece um teste rigoroso da eficácia do canto coral na prevenção do declínio cognitivo.</p>
25	<p>LAMONT, A. et al. Singing in later life: The anatomy of a community choir. <i>Psychology of Music</i>, v. 46, n. 3, p. 424-439, 2018.</p> <p>Estudo realizado na Inglaterra.</p>	<p>Este estudo longitudinal de métodos mistos buscou compreender como a música estimula o humor positivo e contribui para o bem-estar a longo prazo, aplicando a estrutura conceitual PERMA (Positive, Engagement, Relationships, Meaning, Achievement) da psicologia positiva e métodos do World Café. Com duas fases ao longo de um período de 4 anos, o estudo envolveu membros de um coral. Na primeira fase, foram conduzidas entrevistas e grupos focais com coralistas e um membro do conselho. Na segunda fase, após 4 anos, foram realizadas entrevistas individuais com membros do comitê, líder dos coralistas e uma discussão participativa com os membros do coral. A análise das gravações foi realizada utilizando os princípios da análise temática, com o quadro conceitual PERMA orientando a segunda etapa de análise para identificação de temas. Foram identificados cinco temas: investimento pessoal e recompensa; comunidade inclusiva; sempre evoluindo, mas fundamentalmente inalterado; desejo de se conectar; liderança e organização. A pesquisa destacou o valor da psicologia positiva na explicação de como os coros podem promover o bem-estar ao longo do tempo, enfatizando a importância da realização e da influência das relações sociais.</p>
26	<p>SEGALL, L. E. The effect of group singing on the voice and swallow function of healthy, sedentary, older adults: A pilot study. <i>The Arts in Psychotherapy</i>, v. 55, p. 40-45, 2017.</p> <p>Estudo realizado nos Estados Unidos da América.</p>	<p>O artigo relata um estudo piloto que avaliou a eficácia de um protocolo (quantitativo) de canto coral sobre as funções respiratórias, produção de voz e deglutição em pessoas idosas saudáveis e sedentárias. Com uma amostra de conveniência de 20 idosos, divididos em dois grupos experimentais (A e B), o grupo A participou de um programa de canto com sessões de 45 minutos duas vezes por semana durante quatro semanas, enquanto o grupo B participou do mesmo programa durante oito semanas. Medidas de pré e pós-testes foram coletadas para análise, incluindo medidas de deglutição e voz. A intervenção seguiu um protocolo de canto com atividades de respiração, técnica vocal, prática musical e outros exercícios vocais. Ambos os grupos experimentais apresentaram melhorias significativas em intensidade conversacional e tempo máximo de fonação. O canto teve um impacto significativo na pressão máxima de sucção, e o protocolo de quatro semanas foi eficaz, sem diferenças significativas em comparação com o protocolo de oito semanas. Os resultados sugerem que incorporar um protocolo de canto coral nos planos de cuidado é uma opção econômica, agradável e eficaz para tratar problemas de função respiratória, de voz e deglutição em pessoas idosas saudáveis e sedentárias.</p>

27	<p>AQUINO, F. S. et al. Características da voz falada de idosas com prática de canto coral. In: CoDAS. Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia, 2016. p. 446-453.</p> <p>Estudo realizado no Brasil.</p>	<p>Este estudo quantitativo teve como objetivo comparar características da voz falada de idosas com prática de canto coral às de idosas sem essa vivência. Participaram do estudo 75 idosas, sendo 50 com prática de canto coral e 25 sem essa prática. Foram coletados dados referentes aos hábitos de vida e voz e sobre as características vocais foram coletadas amostras de fala: vogal sustentada, repetição de frases e um trecho de fala espontânea, em uma sala silenciosa, as gravações foram analisadas por três juízes fonoaudiólogos segundo o protocolo Consensus Auditory-Perceptual Evaluation of Voice (CAPE-V). Os resultados apresentaram que as vozes das idosas sem prática coral tinham um aumento significativo nos escores relacionados à alteração do grau geral e presença de rugosidade e tensão quando comparado as coralistas, os resultados aprontaram para melhor qualidade vocal no aspecto geral, menor rugosidade e tensão nas idosas coralistas, também foram observados cuidados com a saúde vocal por parte das coralistas. Infere-se que o canto pode ter auxiliado no desempenho vocal neste estudo, considerando o canto como um agente de prevenção de distúrbios vocais e promoção de saúde.</p>
28	<p>LEE, J.; DAVIDSON, J. W.; KRAUSE, A. E. Older people's motivations for participating in community singing in Australia. International Journal of Community Music, v. 9, n. 2, p. 191-206, 2016.</p> <p>Estudo realizado na Austrália.</p>	<p>O objetivo deste estudo qualitativo foi investigar as motivações de pessoas idosas que frequentavam regularmente grupos de canto comunitários na Austrália. Quatro entrevistas de grupos focais foram conduzidas com 64 participantes de três grupos corais, abordando perguntas sobre por que continuam participando da atividade e como descreveriam a experiência. A análise temática indutiva identificou oito fatores motivadores, incluindo a importância do canto na vida, prazer em cantar com pouca pressão, desafio e conquista, emoções espirituais e edificantes, força para superar a idade e dificuldades, boa liderança, socialização com outras pessoas, e propósito e significado do canto em grupo. Os temas foram discutidos sob diversas perspectivas, incluindo a psicologia positiva e o modelo PERMA de bem-estar. Os participantes fundamentaram suas motivações, destacando como o canto em grupo beneficia positivamente seu bem-estar, proporcionando evidências para o uso da música como ferramenta para resultados de bem-estar. Além disso, os resultados sugerem que participantes mais velhos experimentam diferentes fatores de motivação em diferentes fases de seu envolvimento nos grupos.</p>
29	<p>COULTON, S. et al. Effectiveness and cost-effectiveness of community singing on mental health-related quality of life of older people: randomised controlled trial. The British Journal of Psychiatry, v. 207, n. 3, p. 250-255, 2015.</p> <p>Estudo realizado na Inglaterra.</p>	<p>Este estudo quantitativo teve como objetivo avaliar a eficácia do envolvimento ativo no canto coral comunitário relacionada com saúde física, mental, depressão e ansiedade em pessoas idosas e o custo-benefício da prática de canto coral comunitário para uma população de idosos na Inglaterra. Foi realizado um estudo piloto controlado no qual os participantes elegíveis foram randomizados com igual probabilidade para participação em grupo de canto ou atividades habituais. Participaram 258 pessoas idosas agrupadas em cinco centros comunitários de Kent, sendo 131 alocadas no grupo intervenção e 127 no grupo controle. O ensaio foi elaborado após pesquisa anterior que sugeriu potenciais benefícios em aspectos psicológicos, cognitivos, sociais e físicos para prática coral. Os encontros aconteceram por 14 semanas seguindo o mesmo programa, cada encontro teve a duração de 90 minutos. Os resultados sugerem que a participação em grupos de canto confere benefícios significativos em aspectos mentais da qualidade de vida e parece ser rentável quando comparado com outras atividades no período de randomização e três meses após a conclusão dos encontros. Os participantes também realizaram um feedback qualitativo por meio de comentários e entrevistas que foram positivos sobre sua participação no projeto, destacando benefícios na saúde mental, bem-estar e relações sociais.</p>

30	<p>JOHNSON, J. K. et al. Study protocol for a cluster randomized trial of the Community of Voices choir intervention to promote the health and well-being of diverse older adults. <i>BMC Public Health</i>, v. 15, n. 1, p. 1-13, 2015.</p> <p>Estudo realizado nos Estados Unidos da América.</p>	<p>O artigo descreve um protocolo de estudo para um ensaio (quantitativo) randomizado de cluster visando implementar um programa de coro comunitário para idosos em centros comunitários, com o objetivo de promover saúde e bem-estar. O estudo supera limitações anteriores ao incluir uma abordagem abrangente para medir resultados de saúde, bem-estar, aspectos cognitivos, funções físicas e psicossociais, recrutando uma grande amostra para validação estatística. Doze centros foram randomizados para receber o programa de coral, com uma bateria de testes desenvolvida para medir variáveis estudadas em três momentos: início, 6 meses e 12 meses. A intervenção, baseada em literatura que sugere benefícios de atividades combinando componentes cognitivos, físicos e psicossociais, foi detalhada em um manuscrito separado, com encontros de 90 minutos, incluindo exercícios de aquecimento, vocais, respiratórios, alongamento e prática musical diversificada, com um intervalo de 10 minutos para lanche. Os três resultados principais abordam mecanismos hipotéticos da intervenção: envolvimento cognitivo, físico e psicossocial. Além da avaliação da eficácia, uma análise de custo-eficácia do programa foi realizada. A intervenção coral, de custo relativamente baixo, é prática e adaptável a diversas culturas e línguas, tornando-a viável em vários ambientes comunitários. O sucesso deste programa poderia representar uma abordagem comunitária eficaz e aceitável para a promoção da saúde e bem-estar dos idosos.</p>
31	<p>JOSEPH, D.; SOUTHCOFF, J. Singing and companionship in the Hawthorn University of the third-age choir, Australia. <i>International Journal of Lifelong Education</i>, v. 34, n. 3, p. 334-347, 2015.</p> <p>Estudo realizado na Austrália.</p>	<p>Este estudo qualitativo relata os benefícios percebidos por participantes do Coral da Terceira Idade da Universidade de Hawthorn e faz parte de um estudo maior sobre o envolvimento artístico de pessoas idosas. O objetivo do estudo foi investigar os benefícios percebidos por membros do coral da Universidade. Participaram do estudo voluntariamente cinco pessoas idosas que responderam a uma entrevista semiestruturada sobre sua participação no grupo coral, histórico e envolvimento musical, perguntas subsequentes sondaram questões mais profundas e afetivas. Os dados foram analisados por meio de Análise Fenomenológica Interpretativa, relatando dois temas: envolvimento musical e conexões sociais. Os participantes consideraram que a participação contínua em um grupo coral era um bom uso do seu tempo de lazer, que proporcionava oportunidades de aprendizagem compartilhada e o desejo de conexão social, e ressaltaram a importância de atividades regulares nesta fase da vida.</p>
32	<p>SKINGLEY, A.; MARTIN, A.; CLIFT, S. The contribution of community singing groups to the well-being of older people: Participant perspectives from the United Kingdom. <i>Journal of Applied Gerontology</i>, v. 35, n. 12, p. 1302-1324, 2015.</p> <p>Estudo realizado no Reino Unido.</p>	<p>Este estudo qualitativo esteve inserido em um ensaio clínico randomizado e teve como objetivo avaliar as perspectivas dos participantes sobre a aceitabilidade e efeito na saúde e bem-estar em um programa de coral comunitário para pessoas idosas. Os participantes do grupo intervenção (131 idosos) foram convidados a escrever comentários sobre as suas experiências em três momentos no decorrer das 14 semanas do programa de canto. Uma subamostra (19 participantes) participou de uma entrevista semiestruturada. A intervenção aconteceu no período de 14 semanas com um programa de canto coral de 90 minutos de duração, com um roteiro que incluía a prática musical e um intervalo para um lanche, os participantes estavam distribuídos em grupos menores que seguiam o mesmo programa e roteiro. Os dados foram analisados por meio da análise de conteúdo e análise temática com o suporte do software NVivo. Integraram aos dados as respostas de 128 participantes e estes dados sugeriram que cantar em um grupo de canto coral gerava benefícios específicos e incrementais para aspectos físicos, psicológicos, bem-estar social e comunitário, destacando-se o aspecto psicológico que incluiu o prazer, sensação de bem-estar, autoconfiança melhorada, confiança em cantar, estimulação cognitiva e melhoria da memória. Ainda foi observado que após o encerramento do programa estes benefícios tenderam a diminuir, por isto, foi sugerida a continuidade da atividade.</p>

33	<p>DAVIDSON, J. W. et al. Evaluating the potential of group singing to enhance the well-being of older people. <i>Australasian Journal on Ageing</i>, v. 33, n. 2, p. 99-104, 2014.</p> <p>Estudo realizado na Austrália.</p>	<p>Este estudo de métodos mistos teve como objetivo avaliar o efeito de um programa de canto coral comunitário desenvolvido para pessoas idosas residentes na comunidade. Foram realizadas avaliações pré e pós-intervenção, incluindo escalas de solidão, depressão geriátrica, formulário de estudo de resultados médicos e pesquisa de saúde, juntamente com dados demográficos e entrevistas semiestruturadas, a intervenção teve duração de 8 semanas. Os participantes, provenientes de residentes com atendimento de saúde domiciliar e aqueles sem o serviço, totalizando 29 participantes, foram analisados quantitativamente por meio de análise estatística descritiva e testes t qui-quadrado. As entrevistas foram transcritas e analisadas utilizando Análise Fenomenológica Interpretativa. Embora o programa tenha mostrado pouco efeito na saúde e bem-estar, medidas específicas indicaram ganhos positivos em aspectos avaliados pelas escalas. Os participantes destacaram os benefícios sociais do programa de canto, enfatizando a importância de um bom líder musical e a necessidade de estratégias eficazes para recrutar pessoas idosas socialmente isoladas.</p>
34	<p>JOSEPH, D.; SOUTHCOTT, J. 'The show must go on': Older entertainers making music in the community in Melbourne, Australia. <i>Australian Journal of Music Education</i>, n. 1, p. 66-76, 2014.</p> <p>Estudo realizado na Austrália.</p>	<p>Este estudo qualitativo apresenta um estudo de caso do projeto que investiga o bem-estar e envelhecimento na região de Victoria, Austrália. Neste estudo de caso participaram 3 membros do grupo Skylarkers que responderam a uma entrevista semiestruturada sobre sua participação no grupo, do significado de pertencer a este grupo musical. Os dados foram analisados por meio de Análise Fenomenológica Interpretativa, revelando os temas: identidade musical e sentido de propósito e realização. Os participantes relataram perceber benefícios físicos e cognitivos devido a prática coral, o tema da identidade musical trata do sentimento de fazer música, de reconhecer-se cantores, em que podem contribuir com o grupo, no tema de sentido de propósito e realização em que participar do grupo desperta estes sentimentos de pertencimento e que por meio das apresentações têm um propósito de levar a arte para a comunidade, com um verdadeiro show. É ressaltado que a participação ativa na música pode empoderar, fortalecer e desenvolver as questões sociais e de qualidade de vida das pessoas idosas.</p>
35	<p>SOUTHCOTT, J.; JOSEPH, D. Singing in la Voce della Luna Italian women's choir in Melbourne, Australia. <i>International Journal of Music Education</i>, v. 33, n. 1, p. 91-102, 2014.</p> <p>Estudo realizado na Austrália.</p>	<p>Este estudo de abordagem qualitativa descreve como a música ativa para mulheres idosas oferece oportunidades de aprender novas habilidades, ideias e criar para si uma comunidade resiliente, no Coral feminino e intergeracional de vozes italianas "La Doce Della Luna". Participaram do estudo cinco voluntárias com idade entre 60 e 80 anos, foi realizada uma entrevista semiestruturada de grupo focal, com questões sobre a participação no grupo e benefícios percebidos, foi realizada uma entrevista com a regente do grupo com questões técnicas do trabalho musical. Os dados foram analisados por meio de Análise Fenomenológica Interpretativa, revelando os temas: conexão social (combate ao isolamento) e novos horizontes (produção musical e justiça social). Para as participantes participar do grupo era uma experiência social e musical, ressaltando a importância da convivência em grupo para o combate do isolamento social e que o envolvimento com o conjunto gerou novas oportunidades para a produção musical e performance, bem como da importância do reconhecimento social dos migrantes e refugiados, uma forma de ativismo social e a valorização de práticas culturais e linguísticas. A regente também ressalta os desafios da aprendizagem musical para pessoas mais velhas.</p>
36	<p>JOHNSON, J. K. et al. Quality of life (QOL) of older adult community choral singers in Finland. <i>International psychogeriatrics</i>, v. 25, n. 7, p. 1055-1064, 2013.</p> <p>Estudo realizado na Finlândia.</p>	<p>Este estudo de abordagem quantitativa investigou a relação entre os benefícios percebidos associados ao canto coral e a qualidade de vida em idosos residentes na comunidade. Participaram 117 idosos que cantavam em seis grupos de canto coral comunitários em Jyväskylä, Finlândia. Os participantes preencheram o WHOQOL-Bref, uma escala de sintomas depressivos e um questionário sobre os benefícios do canto coral. Análises correlacionais e modelos de regressão foram conduzidos para examinar a associação entre os benefícios percebidos, o canto coral e a qualidade de vida. Ambas as análises encontraram relações significativas entre os benefícios percebidos do canto coral e três domínios da qualidade de vida: psicológico, relações sociais e meio ambiente. Essas associações permaneceram significativas mesmo após ajuste para idade e sintomas depressivos. Os cantores relataram alguns sintomas de depressão, mas apresentaram alta qualidade de vida geral e satisfação com a saúde. Os resultados sugerem que cantar em um coral comunitário pode ter impactos positivos em vários aspectos da qualidade de vida de pessoas idosas, indicando que o envolvimento em um coral pode ser uma estratégia potencial para promover a qualidade de vida em idosos.</p>

37	<p>SOUTHCOTT, J.; JOSEPH, D. Community, commitment and the ten 'commandments': singing in the coro Furlan, Melbourne, Australia. <i>International Journal of Community Music</i>, v. 6, n. 1, p. 5-21, 2013.</p> <p>Estudo realizado na Austrália.</p>	<p>Este estudo de abordagem qualitativa, em um estudo de caso, explorou o envolvimento comunitário e cultural dos membros de um coral comunitário masculino italiano em Melbourne, Austrália. Participaram de uma entrevista semiestruturada 6 idosos membros do coral. Os membros foram entrevistados e os dados analisados por meio da Análise Fenomenológica Interpretativa. Foram identificados três grandes temas: sentido de comunidade, manutenção da identidade cultural e sustentação do bem-estar através da produção musical partilhada. Os participantes constataram que cantar lhes trazia benefícios para o bem-estar mental, físico e emocional. O repertório é composto por música italiana e consideram-se guardiões da música coral friulana (região da Itália). Cantar neste coral ofereceu aos membros uma oportunidade de valorizar, aprender e compartilhar música em ambientes formais e informais.</p>
38	<p>LI, S.; SOUTHCOTT, J. A place for singing: Active music engagement by older Chinese Australians. <i>International Journal of Community Music</i>, v. 5, n. 1, p. 59-78, 2012.</p> <p>Estudo realizado na Austrália.</p>	<p>Esta pesquisa de abordagem qualitativa explorou o envolvimento musical de um grupo de idosos chineses australianos ativos em sua comunidade local que participavam de um grupo de canto coral. O estudo se baseou nas compreensões e experiências dos participantes com canto e música. Em ambientes como este, as barreiras linguísticas podem agravar o isolamento social e a solidão dos indivíduos, e podem dificultar os estudos de pessoas idosas com diversidade cultural e linguística. Assim, os participantes foram entrevistados na sua primeira língua, o mandarim. Participaram oito membros do grupo coral. Os dados dessas entrevistas foram analisados tematicamente por meio da Análise Fenomenológica Interpretativa. Quatro grandes temas foram identificados a partir dos dados: bem-estar emocional, ligações com o passado, interesses partilhados e bem-estar físico e mental. A história de vida é influente na determinação do envolvimento musical positivo entre migrantes e refugiados mais velhos. Todos os participantes consideram a música muito importante em suas vidas e ao senso de identidade. Ainda foi identificado que parece que a maioria dos membros do grupo prefere música chinesa, embora alguns participantes gostem de música ocidental em graus variados, refletindo a mudança na sua compreensão de si mesmos como chinês-australiano.</p>
39	<p>SKINGLEY, A. et al. The effectiveness and cost-effectiveness of a participative community singing programme as a health promotion initiative for older people: protocol for a randomised controlled trial. <i>BMC Public Health</i>, v. 11, n. 1, p. 1-6, 2011.</p> <p>Estudo realizado no Reino Unido.</p>	<p>Este estudo de abordagem quantitativa teve os objetivos de avaliar a eficácia para pessoas idosas no envolvimento de atividades musicais comunitárias em medidas de saúde física e mental, e avaliar a relação custo-benefício de grupos de canto coral para pessoas idosas. O artigo descreve o protocolo para a realização de um ensaio pragmático randomizado controlado com dois braços paralelos. A hipótese primária é que os grupos de canto para pessoas idosas melhoram os aspectos físicos e mentais da qualidade de vida quando comparados às atividades habituais. Os potenciais participantes seriam voluntários com mais de 60 anos que vivem na comunidade e recrutados através de publicidade. Os participantes elegíveis e consentidos serão randomizados para um grupo de canto ou um grupo de controle. Os grupos de canto participarão de um programa planejado de canto de doze semanas e os grupos de controle continuarão com as atividades habituais. A medida de resultado primário será o York SF-12, uma medida de qualidade de vida relacionada à saúde que será administrada no início do estudo, três e seis meses após o início do estudo. O estudo avaliará a eficácia e a relação custo-benefício.</p>

40	<p>SKINGLEY, A.; BUNGAY, H.. The Silver Song Club Project: singing to promote the health of older people. <i>British journal of community nursing</i>, v. 15, n. 3, p. 135-140, 2010.</p> <p>Estudo realizado no Reino Unido.</p>	<p>Este artigo apresenta o relato de uma avaliação qualitativa do Projeto Silver Song Club, realizada em seus primórdios, a fim de explorar qualquer impacto na saúde dos idosos e informar sua possível expansão. Os clubes são grupos comunitários que oferecem oportunidades para os idosos se reunirem e cantarem, facilitados por músicos experientes como facilitadores e apoiados por voluntários. Neste artigo foram apresentadas as entrevistas aos participantes do projeto, fazendo parte de uma avaliação da aplicabilidade do Silver Song Club, investigando sua percepção dos potenciais benefícios para saúde e bem-estar. As entrevistas semiestruturadas investigaram: dados sociodemográficos, formação musical, o que os participantes gostam em participar do encontro, como os participantes se sentem nos encontros, e o que pensam sobre os encontros em si como repertório, instrumentos, entre outros. As entrevistas e grupos focais foram gravadas e transcritas passando por uma "template analysis" ou análise de modelo. Participaram do estudo 17 pessoas idosas que participavam do projeto e diversos temas emergiram das entrevistas: prazer em participar da atividade, bem-estar e saúde mental, interação social, melhorias em aspectos da saúde física (principalmente respiração), estimulação cognitiva e aprendizagem, memória e recordação. O estudo sugere que o canto comunitário pode ser benéfico para o bem-estar de pessoas idosas de várias maneiras.</p>
41	<p>SOUTHCOTT, J. E. And as I go, I love to sing: The Happy Wanderers, music and positive aging. <i>International Journal of Community Music</i>, v. 2, n. 2-3, p. 143-156, 2009.</p> <p>Estudo realizado na Austrália.</p>	<p>Este estudo de abordagem qualitativa apresenta um estudo de caso fenomenológico que utiliza uma entrevista semiestruturada em grupo focal para explorar as experiências vividas pelos participantes de um grupo coral comunitário formado por pessoas idosas que cantam para pessoas hospitalizadas, e em situações vulneráveis. Os dados foram analisados por meio de Análise Fenomenológica Interpretativa, revelando diversos temas: sentido de propósito, estabelecer um relacionamento com outras pessoas, envelhecimento, crescimento pessoal. Todos os temas são facetas do bem-estar, destacando a importância do envolvimento social para um envelhecimento bem-sucedido. Ainda, o apoio emocional ofertado nas apresentações parece ser uma via de mão dupla, sendo benéfico para aqueles que recebem a apresentação do coral e para aqueles que são membros cantores do grupo.</p>
42	<p>ROCHA, T. F.; AMARAL, F. P.; HANAYAMA, E. M. Extensão vocal de idosos coralistas e não coralistas. <i>Revista CEFAC</i>, v. 9, p. 248-254, 2007.</p> <p>Estudo realizado no Brasil.</p>	<p>Este estudo quantitativo teve como objetivo comparar a extensão vocal entre pessoas idosas coralistas e não coralistas e analisar a influência do canto coral amador na extensão vocal dos participantes. Participaram do estudo 80 participantes idosos, sendo 40 coralistas (20 homens e 20 mulheres) de corais evangélicos amadores e 40 sem a prática de canto coral. Foi realizado um teste vocal para extração dos valores da extensão vocal em semitons máximos e mínimos alcançados em que os dados foram anotados manualmente e os resultados foram comparados com o número de semitons alcançados entre os coralistas e não coralistas. Foi realizada análise estatística por meio do teste de hipótese e teste de T student, e foi observado que o alcance vocal dos idosos coralistas era superior ao dos não coralistas, sendo que os coralistas alcançavam de 27 a 39 semitons enquanto os não coralistas de 18 a 35 semitons. Foi concluído que a prática coral amador aumenta a extensão vocal de pessoas idosas.</p>
43	<p>HILLMAN, S. Participatory singing for older people: A perception of benefit. <i>Health education</i>, v. 102, n. 4, p. 163-171, 2002.</p> <p>Estudo realizado na Escócia.</p>	<p>Este estudo quantitativo foi realizado por meio de um questionário na área de Glasgow, Escócia, com idosos participantes do projeto "Call That Singing?". Após um estudo piloto, o questionário final abrangeu cinco seções: frequência, atividades participativas e interesses de lazer, formação e interesses musicais, perfil pessoal, histórias e atitudes pessoais. Dos 100 questionários enviados, 75 respostas válidas foram recebidas e analisadas utilizando o software SNAP. Os resultados indicam que o canto participativo foi percebido como proporcionando benefícios físicos, emocionais, sociais e culturais valiosos. Apesar da alta incidência de doenças e luto durante os 12 anos do projeto, os participantes não relataram deterioração geral na percepção de saúde. Houve melhorias estatisticamente significativas na qualidade de vida geral, bem-estar emocional (incluindo uma mudança marginalmente significativa na autoconfiança) e compreensão do canto. Embora as melhorias no bem-estar social não tenham alcançado significância estatística, os participantes relataram um aumento nas visitas a teatros, espetáculos e museus, indicando que o canto participativo contribui para a economia cultural da cidade de Glasgow.</p>

**Teses e Dissertações**

44	<p>SOUZA, L. M. F. O. L. O canto coral como processo educacional na percepção musical e cognição de pessoas idosas. 2023. 130 p. Dissertação (Mestrado em Educação) – Setor de Educação, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2023.</p> <p>Estudo realizado em Curitiba.</p>	<p>Esta dissertação de abordagem mista (predominante quanti) teve como objetivo avaliar o impacto do canto coral no desenvolvimento musical e cognitivo de pessoas idosas. Utilizou um desenho quase experimental de natureza longitudinal. A coleta de dados envolveu questionário sociodemográfico, Mini Exame do Estado Mental e Music Ear Test para dados quantitativos, além de entrevistas semiestruturadas com participantes da oficina de canto coral para a análise qualitativa. Um total de 57 pessoas idosas participaram, submetendo-se a uma intervenção de oficina de canto coral ao longo de três meses, com encontros semanais de uma hora e meia. As atividades incluíram o desenvolvimento da movimentação corporal, entoação vocal, sociabilização e cognição, distribuídas em dois grupos em locais distintos, mas simultaneamente na mesma região de Curitiba, Paraná. O grupo controle foi recrutado em diferentes regiões da cidade por meio de comunicação. A coleta de dados ocorreu antes e depois da intervenção, com os não participantes do coral envolvidos em atividades comunitárias. As análises de regressão indicaram que fatores como ausência de doenças, atividade física e participação prévia em coral influenciaram positivamente a percepção musical. Os resultados qualitativos destacaram o impacto positivo do convívio social após um período prolongado de isolamento. Concluiu-se que fatores externos podem afetar o desempenho em testes de percepção musical, sugerindo que a intervenção com canto coral em idosos deve ser prolongada. Mesmo em um curto período, foram observadas melhorias nos aspectos emocionais dos participantes, conforme relatado.</p>
45	<p>FAGUNDES, R. Musicalização, aspectos cognitivos e qualidade de vida em pessoas idosas praticantes de canto coral. 2022. 79 p. Dissertação (Mestrado em Ciências do Envelhecimento) – Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, 2022.</p> <p>Estudo realizado em São Paulo.</p>	<p>Esta dissertação de abordagem quantitativa teve como objetivo avaliar as relações entre o desempenho em musicalização, estado cognitivo, percepção de qualidade de vida e socialização de idosos coralistas. O desenho do estudo foi observacional, correlacional, analítico de corte transversal. Participaram desse estudo 25 pessoas idosas que praticavam canto coral. Para a coleta de dados foram utilizados os instrumentos MoCa, Music Engagement Questionnaire - MUSE (versão traduzida), e do MET (Musical Ear Test), enquanto, para as análises de qualidade de vida, foi utilizado o WHOQOL-OLD. Os níveis de interação social entre os coralistas foram analisados por meio da aplicação de um questionário sociodemográfico e os escores finais obtidos na coleta serão analisados e correlacionados com o auxílio de softwares estatísticos. Os resultados indicaram que fatores como: sensibilidade, intimidade, afetividade, participação social e emotividade foram relevantes no processo de musicalização, atuando de maneira mais incisiva do que a cognição, agindo como interlocutor das emoções humanas. Concluiu-se que a prática do canto coral pode proporcionar importantes ganhos na qualidade de vida e na socialização de pessoas idosas praticantes de coral, por intermédio do desenvolvimento emocional e afetivo, tornando-a uma ferramenta eficaz para a manutenção da qualidade de vida dos participantes aqui estudados.</p>
46	<p>HACKENBERG, C. C. Canto da pessoa idosa em tempos de pandemia: implicações das fontes de autoeficácia na aprendizagem experiencial. 2022. 246 p. Tese (Doutorado em Educação), Setor de Educação, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2022.</p> <p>Estudo realizado em diversos estados brasileiros.</p>	<p>Esta tese de abordagem mista buscou analisar a relação entre os relatos sobre fontes de autoeficácia em idosos e os estilos de aprendizagem, níveis de autoeficácia geral e fatores associados na prática do canto coral remoto durante a pandemia. Para coleta de dados foram utilizados: Entrevista telefônica para avaliação do estado cognitivo (TICS-M), Questionários Sociodemográfico e Socioeconômico; Inventário de Estilo de Aprendizagem de Kolb (KLSI), Escala de Autoeficácia Geral Percebida (EAGP) e uma entrevista semiestruturada. Foram coletados dados quantitativos de 140 idosos participantes de corais online e dados qualitativos por meio de entrevistas individuais com 12 participantes. Os resultados demonstram que os dados qualitativos das fontes de autoeficácia explicaram os altos níveis de autoeficácia da amostra, encontrados na parte quantitativa, sendo observados quatro estilos de aprendizagem presentes em aprendizes idosos, com maior evidência para acomodadores e convergentes, sendo que assimiladores se sentiram mais confiantes na prática coral no modelo on-line e os divergentes tiveram maior esforço de adaptação. A autoeficácia alta da amostra evidencia um grupo motivado e capaz de realizar atividades e desafios, mesmo pela primeira vez. As fontes de autoeficácia apontaram diferenças entre os estilos de aprendizagem dos idosos. A fonte mais fortalecedora de autoeficácia em todos os quatro estilos de aprendizagem foi o domínio dos indicadores fisiológicos. Destaca-se que nessa amostra estão representados os quatro estilos de aprendizagem do Ciclo de Kolb, um achado diferente do identificado na literatura.</p>



47	<p>KRIEGER-GÓES, L. S. Perspectivas sobre Canto Coral na Terceira Idade: uma experiência com o Coral da Terceira Idade da USP no Laboratório Coral Comunicantus. 2020. 190 p. Dissertação (Mestrado em Música) – Escola de Comunicação e Artes, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2020.</p> <p>Estudo realizado em São Paulo.</p>	<p>Esta dissertação de abordagem qualitativa teve como objetivo a compreensão do contexto Terceira Idade, em termos de Música Coral, por meio do estudo de bibliografia sobre o tema e do trabalho prático com o Coral da Terceira Idade da USP. A autora participou das atividades do coral por seis anos nas funções de regente, monitora de naipes e pianista. Os dados foram coletados por meio de fontes documentais fechadas como os planejamentos e avaliações de ensaio do coral, todos os dados foram levantados por meio de questionários, não foram realizadas entrevistas. Foram levantados dados do repertório executado pelo grupo entre 2013-2019, e registradas as percepções dos coralistas sobre a sua prática no grupo. Por meio dos questionários foi observado que os cantores estavam motivados a continuar nesta atividade e receber novos membros, foram identificados componentes afetivos de experiências agradáveis que perpetuavam o interesse dos participantes, os aspectos da inclusão e satisfação contribuem para que os participantes se sentissem valorizados no grupo, os benefícios percebidos na participação foram o aprendizado, compartilhar música, espírito comunitário e senso de realização, para os membros de longa data a oportunidade de realizar o mesmo repertório mais vezes foi visto como positivo, sobre a prática foi observado que a prática deve se concentrar na correção de erros a fim de obter melhorias. Para a autora destaca-se a necessidade de construção de ambientes propícios para a promoção do bem-estar de pessoas idosas e que esta é uma atividade viável e benéfica para todos os envolvidos, os coralistas e toda equipe que atua com o grupo.</p>
48	<p>PAULA, A. C. Cognição e qualidade de vida de idosos participantes e não participantes de canto coral: um estudo comparativo. 2020. 148 p. Dissertação (Mestrado em Educação) – Setor de Educação, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2020.</p> <p>Estudo realizado em Curitiba.</p>	<p>Esta dissertação de abordagem mista (predominante quantitativo) teve como objetivo comparar aspectos do estado cognitivo, qualidade de vida e qualidade de vida em voz entre idosos participantes e não participantes de canto coral. Com 96 participantes distribuídos em três grupos, um coral e dois controles. Foram utilizados questionários e entrevistas semiestruturadas para coleta de dados, sendo a análise realizada por testes estatísticos e análise de conteúdo. Os resultados indicaram que os participantes de Canto Coral e do Grupo Controle Atividade Física apresentaram melhores desempenhos cognitivos em comparação aos Não Praticantes, com diferenças significativas em abstração e memória. Na qualidade de vida, os praticantes de Atividade Física obtiveram as maiores médias, enquanto os coralistas perceberam positivamente aspectos como Funcionamento Sensorio, Participação Social, Morte e Morrer. Quanto à qualidade de vida em voz, não houve diferenças significativas, com todos enquadrados na categoria saudável. Entrevistas com coralistas destacaram benefícios percebidos na qualidade de vida, especialmente nos aspectos sociais, psicológicos, físicos e ambientais. Os resultados quantitativos mostraram que os praticantes de canto coral e atividade física apresentaram melhores médias na qualidade de vida e aspectos cognitivos em comparação aos não praticantes. Os resultados qualitativos reforçaram a percepção positiva dos coralistas em relação ao desempenho cognitivo, qualidade de vida e qualidade de vida em voz. A pesquisa conclui que a prática de canto coral é percebida como benéfica para a vida geral dos idosos participantes.</p>

49	<p>BORNHOLDT, J. H. Canto coral com idosos: o que falam os regentes e as rotinas de ensaio. 2019. 149 p. Dissertação (Mestrado em Música). Setor de Artes, Comunicação e Design, Universidade Federal do Paraná, 2019.</p> <p>Estudo realizado em Curitiba.</p>	<p>Esta dissertação de abordagem qualitativa teve como objetivo compreender quais processos de organização coral para pessoas idosas são selecionados pelos regentes. Foi realizado um estudo multicaso com entrevistas semiestruturadas com regentes de coros e observações dos ensaios e apresentações destes grupos. Participaram 3 regentes de coros de pessoas idosas na cidade de Curitiba, as entrevistas perguntaram sobre a formação, formação musical, atuação profissional junto ao coro, competências e habilidades e os conhecimentos de fisiologia da voz de pessoas idosas. Nas falas dos regentes observou-se a necessidade constante de estudos musicais para sua própria formação musical, e a necessidade de saberes específicos para o público idoso. Nas observações dos ensaios a pesquisadora pode acompanhar aos ensaios de dois dos três grupos, enquanto de um deles só pode assistir as apresentações por conta de autorizações dos responsáveis pelos grupos. As observações apresentaram metodologias heterogêneas entre os grupos pesquisados, mas buscavam objetivos em comum a prática do canto coletivo e a aprendizagem musical. Os resultados demonstraram que o conhecimento sobre a fisiologia da voz envelhecida e o conhecimento das capacidades e habilidades dos participantes idosos de grupos corais irão influenciar o trabalho do regente enquanto educador musical. Para a autora a principal contribuição da pesquisa é apresentar para regentes e educadores musicais percebam as demandas do público idoso para melhor atendê-las, buscando os conhecimentos necessários para atingir objetivos de educação musical para corais compostos por pessoas idosas.</p>
50	<p>AQUINO, F. S. Análise das características da voz falada de mulheres idosas com prática de canto coral. 2013. 64 p. Dissertação (Mestrado em Fonoaudiologia). Departamento de Fonoaudiologia, Pontifícia Universidade Católica do Paraná, 2013.</p> <p>Estudo realizado em São Paulo.</p>	<p>Esta dissertação de abordagem quantitativa teve como objetivo analisar as características da voz falada de mulheres idosas com prática de canto coral. Participaram do estudo 75 mulheres idosas sendo 50 participantes de um grupo coral e 25 de atividades que não envolviam o canto coral, como grupo controle, os grupos foram pareados quanto a idade. Foi aplicado um questionário para caracterização do perfil das participantes com dados sociodemográficos, hábitos de vida e bem-estar vocal (hidratação, tosse, pigarro, gritar, falar alto) e aspectos vocais (dificuldades, cansaço, mudanças vocais) e foi solicitado que definissem a sua voz em uma palavra, para aquelas que participavam do coral também foram questionadas sobre sua prática musical. Foram coletadas amostras de fala por meio de uma avaliação fonoaudiológica pelo instrumento de análise perceptivo-auditiva chamado CAPE-V. Os resultados apresentaram que o perfil de prática coral variou entre cinco anos e oito meses a 58 anos, com média de prática semanal de três horas e meia, variando entre duas e dez horas e 16% delas referiram dificuldades em relação à prática do canto. Quanto aos hábitos, apresentaram diferença significativa na comparação dos grupos a ingestão de água e a prática de atividades físicas, em maior número para as coralistas. Não foram observadas diferenças nos aspectos vocais e na percepção de modificação ao longo do tempo. Na definição da própria voz em uma palavra o termo grave foi significativamente mais referido pelo grupo de coristas, o termo pode ser recorrente pois na prática musical é mais comum utilizar termos técnicos, enquanto para as não coralistas termos como fraca, forte, grossa são mais comuns. Na análise perceptivo-auditiva houve diferenças significativas nos escores relacionados a alteração do grau geral e presença de rugosidade e tensão. Para a autora a análise das características da voz falada de idosas com prática de canto coral, quando comparada àquelas que não a realizam, apontou para melhor qualidade vocal no aspecto geral, em decorrência de menor grau de rugosidade e tensão. Na caracterização das participantes, o registro de hábitos de maior consumo de água e prática de atividade física diferenciou os grupos, a favor das idosas coristas.</p>

51	<p>PRAZERES, M. M. V. Coral na terceira idade: o canto como sopra da vida: a influência do canto coral na qualidade de vida de um grupo de coralistas idosas. 2010. 88 p. Dissertação (Mestrado em Gerontologia), Universidade Católica de Brasília, 2010.</p> <p>Estudo realizado em Brasília.</p>	<p>Esta dissertação de caráter exploratório de abordagem qualitativa teve como objetivo analisar se a prática de canto coral influencia na melhoria da qualidade de vida de pessoas idosas. A pesquisa foi realizada com o coral da Universidade Aberta da Terceira Idade da Universidade Católica de Brasília, participaram 21 coralistas idosas. Para coleta de dados foi realizada uma entrevista semiestruturada sobre a sua experiência de cantar no grupo coral, levantamento de dados sociodemográficos, a autora realizou uma observação participante e registrou os roteiros de ensaio e informações e questionamentos que achou oportuno. Para a análise as entrevistas foram transcritas e realizada a análise de conteúdo a partir da proposta de Bardin. Os resultados demonstraram 3 principais categorias de análise: benefício (memórias, socialização e bem-estar); atividade (autoentrega, autoestima, saúde, companhia), qualidade (competência, perseverança). A primeira categoria demonstrou efeitos positivos obtidos na prática coral, como conceitos psicológicos, físicos e sociais percebidos pelas coralistas, na segunda categoria foram observadas as percepções individuais da prática coral em como impactou o ser individual de cada coralistas, na terceira categoria foram elencadas as percepções de qualidade entendidas como a capacidade de aprendizagem da pessoa idosa no grupo coral. Para a autora se pode sugerir que a prática coral por pessoas idosas proporciona efeitos positivos na percepção da qualidade de vida.</p>
52	<p>FIGUERÉDO, M. S. Coral canto que encanta: um estudo do processo de educação musical com idosos em Madre de Deus, Região Metropolitana de Salvador, Bahia. 2009. 147 p. Dissertação (Mestrado em Música), Escola de Música, Universidade Federal da Bahia, 2010.</p> <p>Estudo realizado no Bahia.</p>	<p>Esta dissertação de abordagem qualitativa teve como questão de pesquisa "quais são os aspectos fisiológicos e psicossociais envolvidos no processo de ensino e aprendizagem musical com os idosos coralistas de Madre de Deus e como estes estão relacionados com as dificuldades e facilidades encontradas?". Para isso foi realizado um estudo de caso explanatório para coletar e analisar os aspectos que impactavam o processo de ensino e aprendizagem musical dos participantes do grupo de canto coral. Foram realizadas observações diretas pela pesquisadora, sendo ela também a educadora e regente do grupo, foram realizadas gravações em áudio e vídeo de ensaios e apresentações. 25 participantes responderam a um formulário com dados sociodemográficos, auto-avaliação de saúde, experiência e preferências musicais, sua percepção sobre aprendizagem musical no coral e foi realizada uma avaliação vocal individual. 23 participantes tiveram avaliação fonoaudiológica por profissional da área em ambiente laboratorial. Os resultados apresentam a percepção das coralistas em aspectos fisiológicos como as mudanças na voz e psicossociais que abrangeram a situação socioeconômicas e as relações grupais que as vezes foram positivas e outras negativas, estes aspectos pareceram se interrelacionar no processo de ensino e aprendizagem nos encontros do coral. Para a autora conhecer estes fatores impactam diretamente na ação do educador musical, pois o espaço do coral é um espaço educativo para estas pessoas idosas. Compreender estes aspectos relacionados ao envelhecimento irá impactar a prática educativa de forma mais adequada promovendo a boa percepção de qualidade de vida.</p>
53	<p>CASSOL, M. Benefícios do canto coral para indivíduos idosos. 2004. 169 p. Tese (Doutorado em Clínica Médica e Ciências da Saúde), Departamento de Geriatria, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2004.</p> <p>Estudo realizado em Porto Alegre.</p>	<p>Esta tese de abordagem quantitativa teve como objetivo avaliar as modificações nas funções fonatória e respiratória em 44 indivíduos idosos ao longo de dois anos de prática de canto coral. Os participantes faziam parte de um projeto da Universidade da Totalidade da PUC do Rio Grande do Sul, com encontros semanais de duas horas que incluíam exercícios, educação postural e técnica vocal. Foram aplicados questionários iniciais para identificar sintomas e problemas de voz, além de testes periódicos de análise perceptivo-auditiva e de acústica da voz. Foi realizada análise estatística das coletas dos dados dos testes perceptivo-auditivos e da acústica da voz. A partir das mudanças observadas nas vozes dos participantes em diferentes etapas das avaliações o estudo conclui que o programa de canto coral foi efetivo e proporcionou melhora em padrões vocais em relação aos parâmetros de qualidade vocal, coordenação pneumo-fono-respiratória, tipo respiratório, articulação, gama tonal habitual, intensidade, pitch e ataque vocal. Foram observados diminuição de sintomas e problemas vocais detectados no início das atividades.</p>

Fonte: dados da pesquisa

Observa-se nestes achados a multidisciplinariedade nas pesquisas sobre canto coral, como apresentado por Bornholdt (2019) nos estudos brasileiros e Clift, Gilbert e Vella-Burrows (2018) nos estudos internacionais, como apresentado no quadro a seguir:

Quadro 4: áreas das publicações dos artigos, teses e dissertações da revisão integrativa

Artes	1
Envelhecimento	7
Música	14
Neurociência	3
Saúde	25
Educação	3

A publicação na área da arte (1) foi em um periódico abrangente quanto as artes, que inclui trabalhos sobre música, dança, teatro, artes plásticas, em geral. O campo do envelhecimento (7) traz artigos mais recentes em periódicos multidisciplinares com foco nos estudos do envelhecimento em diferentes aspectos das ciências. Na área da música (14) os estudos variaram de educação musical, prática musical e musicoterapia. Na neurociência (3) o interesse é recente para o envelhecimento, sendo possível por meio de exames de imagem, de novas explorações, compreender as relações da prática musical por pessoas idosas e as funções cerebrais. Na saúde (25) houve a maior concentração de estudos abrangendo áreas da fonoaudiologia, ciências da saúde em geral, psicomotricidade, entre outros. Na educação (3) as dissertações e teses tiveram um caráter multidisciplinar. Destaca-se que em todos os trabalhos, a música por meio do canto coral, esteve presente como prática seja pelas intervenções ou nos estudos observacionais.

Os ambientes em que ocorreram os estudos também foram múltiplos: grupos de canto coral comunitário, universidades abertas à pessoa idosa, oficinas e projetos de canto coral, instituições de longa permanência, todos dentro de um caráter de aprendizagem ao longo da vida, majoritariamente, os participantes estavam cantando em um grupo coral de forma voluntária, sem a necessidade de educação musical prévia.

Os estudos foram realizados em diferentes contextos demográficos, destacam-se os números de estudos realizados na Austrália (11), sendo que vários destes estudos faziam parte de um projeto mais amplo realizado na região de Victoria na Austrália, o projeto intitulado *“Well-being and Ageing: Community, Diversity and the Arts in Victoria”* que investigou não apenas o canto coral, mas artes como um todo com um olhar sobre o envelhecimento com bem-estar, qualidade de vida e bem-sucedido.

No quadro abaixo são apresentados os países em que os estudos dos artigos foram realizados:

Quadro 5: Países de origem dos estudos encontrados na revisão integrativa

Austrália	11
Brasil	5
Canadá	1
Escócia	1
Estados Unidos da América	6
Finlândia	4
Inglaterra	2
Irlanda	1
Itália	1
Multinacional	2
Portugal	4
Reino Unido	3
Singapura	2

Dois estudos foram multinacionais, nesta busca não foram encontrados mais estudos da região latino-americana, nem mesmo no idioma espanhol, isto pode ocorrer pela escolha das bases de dados que podem não ser indexadas em periódicos que publiquem mais estudos realizados nesta região. Este aspecto pode dificultar a discussão em estudos brasileiros, pois as referências acabam não podendo ser generalizadas demograficamente. Ainda, foram encontrados 5 artigos brasileiros nesta revisão, um marco importante para fomentar a publicação de achados de pesquisas nacionais em periódicos internacionais para uma abrangência nas discussões.

Nas teses e dissertações brasileiras houve um estudo realizado com participantes de vários estados, em Curitiba e São Paulo foram encontrados 3 estudos em cada estado e na Bahia, Brasília e Porto Alegre, 1 estudo em cada estado.

Nos artigos a abordagem metodológica predominante foi a quantitativa com 24 publicações, estas com uma série de testes e avaliações visando comparar, comprovar, associar, entre outros, os benefícios da prática coral por pessoas idosas. 12 estudos foram qualitativos em que se destacam a busca da compreensão dos sentidos e significados que é participar de um grupo coral para pessoas idosas. Ainda foram encontrados 4 estudos mistos em que as avaliações quantitativas e qualitativas corroboraram entre si nos achados e 3 publicações de protocolo sendo 1 misto e 2 quantitativos, estes protocolos foram aprovados para pesquisas futuras pois foram encontrados resultados de publicações nos anos posteriores.

Nas teses e dissertações a predominância foram os estudos qualitativos (4), seguidos por quantitativos (3) e mistos (3), destacando que para Souza (2023) e Paula (2020) o caráter misto foi por utilizar abordagens quantitativas e qualitativas, porém os resultados principais estavam nas buscas quantitativas.

Além das teses e dissertações encontradas foram verificadas as citadas na revisão de Bornholdt (2019) que encontrou 8 trabalhos sobre canto coral e pessoas idosas em sua busca: Hernandes (2002), Cassol (2004), Figuerêdo (2009), Santos Junior (2009), Prazeres (2010), Aquino (2013), Conceição (2013), Moraes (2015).

Os trabalhos comuns que foram encontrados nas buscas foram: Cassol (2004), Figuerêdo (2009), Prazeres (2010), Aquino (2013). Foi realizada a busca manual dos demais trabalhos que não resultaram nos achados deste estudo, o trabalho de Hernandes (2002) não foi encontrado na biblioteca virtual indicada na base de dados, de acordo com Bornholdt (2019) a discussão deste trabalho é sobre o desenvolvimento emocional que o canto coral por pessoas idosas pode proporcionar aos participantes, porém não foi possível acesso a este material. Os demais trabalhos citados na revisão de Bornholdt (2019) não foram acrescentados a presente revisão por não responderem aos objetivos deste estudo.

Duas dissertações que respondiam a esta busca, até a leitura dos resumos, não foram incluídas por não estarem disponíveis para publicação, porém, os resultados de seus trabalhos publicados compuseram esta revisão, são o estudo de Zukowski et al. (2022) e Santos et al. (2021).

Os 53 trabalhos que compõem esta revisão trataram primeiramente do fenômeno do envelhecimento populacional, ou seja, independente da região em que o estudo foi desenvolvido, destaca-se ser um tema emergente, seja nas ações de saúde, educacionais ou culturais.

Em Portugal, destacam-se os estudos realizados pela pesquisadora Iolanda da Costa Galinha, com a publicação de 4 artigos em que pode ser observado o trabalho de pesquisa desde a publicação do protocolo de intervenção até os achados, limitações e implicações da intervenção com canto coral para pessoas idosas.

Em Galinha, Pinal e Lima (2023) são apresentados os resultados da investigação de fatores associados à adesão de pessoas idosas a um programa de canto coral. Na publicação de Galinha, García-Martín e Lima (2022) são apresentados os resultados de um ensaio clínico randomizado de canto coral para pessoas idosas a fim de analisar os efeitos no bem-estar, funções cognitivas e saúde. Na publicação de Galinha et al. (2021) são apresentados os resultados do efeito a curto e longo prazo da participação de uma intervenção coral na percepção de saúde física, ansiedade, estresse e depressão por pessoas idosas. E na publicação de Galinha et al. (2020) é apresentado o protocolo de intervenção destes resultados apresentados nos anos seguintes.

O impacto da prática coral em aspectos cognitivos, bem-estar, qualidade de vida, saúde mental de pessoas idosas foi investigado nos estudos de Pentikäinen et al. (2023),

Baker (2023), Maury et al. (2022), Moss et al. (2022), Irons et al. (2021), Pentikäinen et al. (2021), Feng et al. (2020), Tan et al. (2018), Lamont et al. (2018), Johnson et al. (2013), Skingley et al. (2011), Souza (2023), Fagundes (2022), Paula (2020), Coulton et al. (2015), Prazeres (2010).

Nestes estudos foram identificados fatores que indicam o canto coral como uma prática potencial para desenvolvimento e manutenção de aspectos cognitivos, especialmente na fluência verbal, na percepção positiva de bem-estar e aspectos da qualidade de vida como os sociais e psicológicos que se destacaram nos achados e ainda na saúde mental que é impactada positivamente pela participação da atividade em grupo. Os autores ressaltam que fatores externos como renda, condições financeiras, acesso a serviços de saúde, cultura e lazer irão impactar estes aspectos, por isso, a importância de realizar estudos que considerem estas variáveis.

Os estudos de Stager, Goudelias, Johnson (2023), Moura et al. (2022), Pentikäinen et al. (2022), Zukowski (2022), Santos et al. (2021), Dubinsky et al. (2019), Fu et al. (2018), Segall (2017), Aquino et al. (2016), Rocha, Amaral, Hanayama (2007), Aquino (2013), Cassol (2004), investigaram aspectos da saúde física relacionadas a prática de canto, especialmente aspectos da saúde vocal e auditiva.

Estes estudos foram realizados com uma série de testes e exames laboratoriais, percebe-se como positiva a prática do canto para a manutenção da qualidade de vida da voz, mesmo com declínios relacionados ao envelhecimento vocal. Nos testes em geral os participantes que cantavam em grupos corais tiveram melhores resultados quanto comparados àqueles que não praticavam. Os autores ressaltam a importância de bons protocolos de intervenção para um impacto positivo na saúde física da pessoa idosa, e que fatores do envelhecimento podem ser atenuados com a prática musical e ainda, nem todos os resultados puderam ser conclusivos, seja pelo tamanho da amostra ou limitações encontradas para execução dos testes.

Foram realizados estudos para verificar a eficácia de programas de canto coral para pessoas idosas, estudos de Corvo, Skingley e Clift (2020), Gold et al. (2019), Coulton et al. (2015), Johnson et al. (2015), Davidson et al. (2014), Skingley et al. (2011), Skingley e Bungay (2010).

Nestes achados foi considerada a aplicabilidade de programas de canto coral com diversos objetivos que desfecham na promoção da saúde, envelhecimento saudável e qualidade de vida para pessoas idosas. Os programas precisam ser bem estruturados, fazer um bom material publicitário que atraia as pessoas para esta atividade, e ainda proporcionar acesso estrutural e de motivação a realização do programa de canto coletivo.

O acesso citado por Coulton et al. (2015) vai desde o ambiente em que será realizado o programa de canto, até as questões de locomoção: é possível chegar de ônibus no local do ensaio? É seguro dirigir-se no horário previsto para o local? No local, há boas condições para execução do programa, incluindo para momentos de socialização e confraternização?

Ainda, houve estudos que buscaram compreender o que os participantes idosos dos grupos percebiam desta prática, de forma individual, de pertença ao grupo ou ainda problemas relatados e a motivação. Estes estudos em geral foram qualitativos e apresentados nos trabalhos de Alisson et al. (2020), Petrovsky, Sefcik, Cacchione (2020), Joseph, Southcott (2018), Lee, Davidson, Krause (2016), Joseph, Southcott (2015), Skingley, Martin, Clift (2015), Joseph, Southcott (2014), Joseph, Southcott (2013), Li, Southcott (2012), Skingley, Bungay (2010), Southcott (2009), Krieger-Góes (2020), Figuerêdo (2010).

Estes estudos de caráter qualitativo realizaram entrevistas, grupos focais e observações para a compreensão da presença da pessoa idosa em grupos de canto coral. Nos relatos a percepção positiva das pessoas idosas estava mais relacionada aos aspectos psicossociais, em fazer parte de um grupo, e ainda, de realização pessoal por cantar. Foi percebido que as questões sociais mais uma vez têm forte impacto na percepção positiva ou negativa das atividades exercidas pelas pessoas idosas.

Outro destaque foi a satisfação de participar de um grupo de canto coral e não ser o grupo controle, quando questionados aqueles que participaram de intervenções. Em estudo de Skingley et al. (2013), que não compõe esta amostra de artigos, é evidente que quando uma pessoa idosa se prontifica para participar de um estudo de intervenção ela cria a expectativa de estar no grupo participativo e não no controle. Por isso a importância de todas as informações estarem claras nos documentos e de propiciar outras formas de participação, como o grupo controle ativo, em que os participantes ficam em uma lista de espera e após a coleta de dados recebem a intervenção, já que muitos vão motivados a cantar (Skingley et al., 2013).

Um artigo citado pelos demais foi o de Hillman (2002) como um estudo de base para as investigações futuras, pois no início da década de 2000, Hillman realizou um grande questionário que resultou de forma positiva, observando melhorias estatisticamente significativas na qualidade de vida geral, bem-estar emocional e compreensão musical dos participantes de uma intervenção coral.

Dois estudos recentes abordaram aspectos diferentes dos mencionados anteriormente, a dissertação de Bornholdt (2019) entrevistou regentes corais para compreender como são organizados os ensaios destinados ao público idoso. E Hackenberg (2022) investigou fontes de autoeficácia e estilos de aprendizagem de pessoas idosas que estavam cantando em corais na modalidade remota no decorrer da pandemia.

Os resultados destes estudos são muito otimistas em seus resultados, mas os autores destacam a importância de compreender a realidade dos seus participantes, pois alguns aspectos não podem ser generalizados, ou ainda, precisam de mais investigações.

A questão dos aspectos cognitivos, um assunto tão relevante para o envelhecimento, ainda precisa de mais investigações, com mais detalhes do impacto do canto coral na cognição no processo de envelhecimento. No geral, os artigos que realizaram testes neuropsicológicos observaram pontos de melhora e manutenção cognitiva, mas ainda



precisam de estudos mais aprofundados na área. Uma das maiores preocupações é a manutenção e o desempenho cognitivo das pessoas idosas, pois com o aumento da longevidade há também a prevalência de doenças neurodegenerativas e a necessidade de prevenção e promoção de saúde e qualidade de vida (Hamdan e Santos, 2023).

Revisões de literatura recentes têm observado como os aspectos cognitivos de idosos são impactados pela aposentadoria (Farias et al., 2021); pela prática regular de exercício físico (Vale et al., 2022); pela participação em cursos de inclusão digital (Fujita et al., 2021); por meio de intervenções de treino cognitivo (Silva et al., 2022), entre outros aspectos específicos. Estes estudos apresentam a importância de investigar os aspectos cognitivos relacionados as diferentes esferas da vida, que impactam a cognição como um todo.

Nesta revisão integrativa fica evidente que a prática de canto coral pode promover inúmeros benefícios para a qualidade de vida, saúde física e mental, bem-estar social, entre outros aspectos para as pessoas idosas, sendo ainda uma atividade de um bom custo-benefício. Também é apresentado que o tema é recente, e que precisa de mais investigações, especialmente de estudos longitudinais que observem as variáveis externas à prática musical para compreender os reais benefícios desta prática.

## PESQUISA DE CAMPO

Na pesquisa de campo foram realizadas visitas a quatro grupos de canto coral comunitário amadores de vozes adultas e mistas em diferentes locais e contextos na cidade de Curitiba/Paraná no ano de 2019, estes grupos foram escolhidos por conveniência tendo em vista a ausência de registros de informações sobre a prática coral na cidade. Esta dificuldade em mapear informações sobre os grupos de canto coral é uma realidade antiga, Junker (1999) já explicava que o movimento coral no Brasil pode ser observado pelas vertentes sociais e educacionais e, com isso, há uma variedade de classificações dos grupos.

De acordo com Junker (1999) os corais podem ser divididos pelo gênero: corais de empenho, corais religiosos ou sacros, corais de escolas técnicas e superiores de música e corais independentes, podendo ser subdivididos de acordo com suas características vocais: infantis, infantojuvenis, masculinos, femininos, adultos mistos, comunitários, sacros, empresariais, profissionais, universitários, escolares, líricos e sinfônicos, cênicos, de câmara ou madrigais, de terceira idade<sup>1</sup>, grupos vocais.

Em 2023, na II CONABRACO – Convenção da Nova Associação Brasileira de Regentes de Coros, foi questionado ao presidente da associação sobre dados dos grupos de canto corais existentes no Brasil que confirmou que não há dados formais no momento e destacou a diversidade de corais pelo país. Também ressaltou o trabalho realizado pelo grupo de pesquisa “Mar de Corais” da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) que além do seu objetivo principal que é a gerar conhecimento científico necessário ao desenvolvimento da Regência no nordeste do Brasil, desenvolveu uma plataforma de visualização<sup>2</sup> dos grupos corais no Brasil com aproximadamente o registro de 200 grupos corais.

Neste contexto, os grupos corais participantes da pesquisa eram grupos compostos por homens e mulheres adultos, e foram convidadas as pessoas idosas destes grupos a participarem. Todos os participantes da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), sendo informados dos objetivos da pesquisa, tendo garantido o sigilo de suas informações de identificação, esclarecendo que a participação era voluntária, sem custos a receber ou a pagar e que poderiam se retirar da pesquisa se assim fosse sua vontade sem sofrer qualquer prejuízo.

A pesquisa seguiu as exigências da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) sendo aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Estadual do Paraná (UNESPAR), sob o parecer nº 3.077.043 e Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) nº 02638118.6.0000.0094.

---

<sup>1</sup> Manteve-se o termo “terceira idade” por ser o utilizado pelo autor citado e por ainda se utilizar esta nomenclatura em trabalhos encontrados na revisão.

<sup>2</sup> Plataforma de visualização mar de corais, disponível em: <https://sites.google.com/view/mardecorais/>

## 4.1 PERFIL DOS GRUPOS CORAIS PARTICIPANTES

Para realização da pesquisa foi realizada uma conversa prévia com os responsáveis dos grupos e com os/as regentes responsáveis por cada grupo. Foram registradas características destes grupos que são apresentadas no quadro a seguir:

Quadro 6: Características dos grupos corais participantes da pesquisa de campo

Grupo	1	2	3	4
<b>Objetivo</b>	Realizar apresentações musicais para pacientes hospitalizados	Participação em missas, eventos musicais e desenvolvimento musical	Desenvolver habilidades musicais, a pronúncia e vocabulário em inglês	Promover o bem-estar dos participantes e participar de eventos
<b>Periodicidade e Local</b>	Semanalmente aos sábados em um salão de uma instituição religiosa	Semanalmente as terças (grupo a) e quintas (grupo b), pois o coral é formado por dois grupos, se reúnem em duas instituições religiosas	Semanalmente as quartas em uma escola de idiomas para maiores de 50 anos	Semanalmente as quartas em um Centro de Atividades para Pessoas Idosas
<b>Repertório</b>	Canções religiosas e populares com foco nas letras de positividade e esperança	Canções religiosas, litúrgicas e populares	Canções populares em inglês de diferentes épocas	Canções populares antigas
<b>Arranjos</b>	Para quatro naipes: soprano, contralto, tenor e baixo	Para quatro naipes: soprano, contralto, tenor e baixo	Para dois grupos: agudos e graves	Em uníssono, em algumas canções duas vozes: agudos e graves
<b>Partitura</b>	Sim	Sim	Sim	Não
<b>Rotina de Ensaio</b>	Exercício Físico; Aquecimento; Prática de repertório	Exercício Físico; Aquecimento; Prática de repertório	Aquecimento; Prática de repertório	Prática de repertório; Momento de descontração
<b>Profissional</b>	Formação em Licenciatura em Música	Formação em Licenciatura em Música	Formação em Composição e Regência	Formação em Musicoterapia
<b>Instrumental de acompanhamento</b>	Teclado eletrônico	Teclado eletrônico	Violão, piano digital, violino	Violão

Fonte: Paula (2020)

A extração destes dados é importante para a caracterização dos grupos, pois como explicou Bornholdt (2019) a observação da rotina de ensaios revela aspectos metodológicos do grupo e os seus objetivos musicais, e como afirma Almeida (2013, p. 124) é “no momento do ensaio que o regente, provido de uma série de metodologias, leva os coralistas a sentirem prazer de estarem realizando uma atividade inteligente, que os conduz ao crescimento.”.

Observou-se pelas rotinas que os objetivos dos grupos eram diferentes, bem como o repertório cantado em cada coral. O repertório do primeiro grupo era composto por canções religiosas ou populares que tem na letra a mensagem que desejam passar para as pessoas enfermas que são visitadas nos hospitais e equipes que atuam neste espaço. O segundo grupo cantava principalmente em igrejas, mas além do repertório para fins litúrgicos, cantavam uma variedade de canções populares, após as participações em missas, cultos, eles costumam apresentar para a assembleia este repertório diversificado. O terceiro grupo estava inserido em um ambiente de ensino de idiomas e o repertório auxiliava o processo de aquisição da linguagem em inglês, composto por música popular. O quarto grupo tinha como objetivo o bem-estar dos participantes e o repertório era composto por canções populares antigas, marchinhas, e sugestões dos participantes.

A periodicidade foi unânime, um encontro semanal, os espaços onde aconteciam eram religiosos, educacionais e sociais. A rotina de ensaio e a divisão dos arranjos vocais variavam de uníssono a quatro vozes, tendo o acompanhamento instrumental em todos os grupos. A formação dos profissionais que conduziam os grupos eram: licenciatura em música, composição e regência e musicoterapia.

Os arranjos variavam de cantar a melodia em uníssono com acompanhamento instrumental até arranjos a quatro vozes. Destaca-se o uso de arranjos e não de música propriamente escrita para coral, tendo a maior parte do repertório de música popular. A temática do arranjo foi discutida por Oliveira (2017) e Protasio (2017) que apresentaram a escassez de trabalhos na área, sendo que os arranjos estão presentes nos grupos corais de todo o Brasil, sendo muitas vezes realizado pelos próprios regentes dos grupos.

O uso de partituras acontecia em 3 dos 4 grupos, mesmo que os coralistas não soubessem ler partitura a utilizavam como guia, acompanhando o movimento das “bolinhas” na pauta, no grupo 2 a regente ofertou um curso de teoria musical que teve boa adesão, pois os coralistas tinham interesse em saber mais da partitura e como utilizá-la. Na observação de Clemente (2014) o uso da partitura também variou de grupo para grupo, em alguns casos apenas o regente seguia a partitura e os coralistas memorizavam a melodia cantada pelo regente que seguia a partitura. Bornholdt (2019) observou grupos que utilizavam a partitura, e assim como na observação da presente pesquisa, não eram todos os coralistas que sabiam ler a notação musical tradicional.

O grupo 4 não utilizava partituras, mas letras das músicas, e assim como afirmado por Yinger (2014) deve haver um cuidado com o material de apoio, seja a notação musical tradicional ou qualquer outro material impresso como as letras com a fonte em seu tamanho e cor, para que auxilie a quem está acompanhando. Isto foi observado em todos os grupos, um cuidado com o material impresso, e como as(o) regente se preocupavam em auxiliar os participantes na organização do material e compreensão dele.

As rotinas de ensaio dos grupos 1 e 2 era mais completa, iniciava com um exercício físico, realizando relaxamento do corpo, trabalhando exercícios respiratórios, seguido por aquecimento vocal com uma série de vocalizes e desenvolvendo a técnica vocal e por fim realizavam a prática de repertório passando por naipes e todos juntos, no grupo 3 iniciava-se com exercícios de aquecimento vocal e algumas dicas de técnica e seguia para a prática de repertório com foco no texto e na divisão das vozes, o grupo 4 iniciava cantando as músicas selecionadas pelo grupo e para finalizar o ensaio eles se voluntariavam em um momento de descontração: contavam piadas, cantavam solos, recitavam poesias, a livre escolha.

O cuidado com a voz idosa é relevante pois mudanças naturais acontecem neste processo de envelhecimento vocal chamado de presbifonia. A prática coral pode auxiliar nos cuidados da voz na velhice, com o treino respiratório, o equilíbrio da ressonância, saúde e bem-estar vocal, entre outros aspectos característicos de disfonias vocais (Kost; Sataloff, 2018). Na fala dos participantes foi citada a importância deste treino para sentir mais segurança ao cantar, observando a melhora da qualidade da voz ao cantar.

Um dado relevante é que todos os regentes possuíam uma formação superior na área da música, pois como constatou Sabioni (2016) o trabalho com a regência coral no Brasil é realizado por muitos regentes que não possuem uma instrução técnica formal. Para Sabioni (2016) e Lacerda (2019) os aspectos da formação de regentes são múltiplos e vão além da técnica gestual.

Todos os grupos tinham acompanhamento instrumental, e os próprios regentes realizavam esta função, no grupo 3 havia um membro do coral que tocava violino, mas ainda assim era a regente quem conduzia a harmonia no violão ou no piano. Os regentes com funções de preparadores vocais, acompanhadores, e outras funções de gerência do grupo são observados em estudos anteriores (Almeida, 2013; Clemente, 2014; Sabioni, 2016; Lacerda, 2019; Bornholdt, 2019), esta também é a realidade de quando esta pesquisa foi iniciada, a vivência<sup>3</sup> em grupos corais em que cabe ao regente múltiplas funções, incluindo a preparação vocal.

Ainda, nas observações dos ensaios ficou evidente a necessidade das estratégias adaptativas para o trabalho de canto coral com pessoas idosas. Yinger (2014) citou algumas

---

3 Ana Caroline de Paula atua como regente de corais e na sua prática assume inúmeras funções que vão além de reger o coral, incluindo organizar a rotina de ensaio, inscrições dos coralistas, entre outras. Pela vivência, esta é uma realidade comum a muitos colegas de profissão que conduzem seus grupos sozinhos, ou com algum acompanhador quando conseguem patrocínio, algum parceria para apresentações.

destas estratégias que foram compatíveis com as observadas nos grupos participantes: adaptação no espaço físico, nos materiais de apoio, nos exercícios e repertório, bem como na comunicação nos ensaios e pós-ensaios.

Nos quatro grupos o ambiente estava organizado, com o espaço bem distribuído em círculos de cadeiras com o regente ao centro, em alguns ensaios a sala estava com a luminosidade baixa, era necessário se concentrar em um círculo menor para enxergar melhor.

No geral, os roteiros de ensaio estavam organizados de maneira muito parecida com os achados na revisão integrativa: preparação vocal, prática de repertório, momentos de socialização. O que difere, principalmente é o tempo de ensaio, que em estudos de Skingley, Martin e Clift (2015), Johnson et al. (2015), Coulton et al. (2015) tinham a duração de 90 minutos.

A comunicação acontecia via grupos de *Whatsapp*, destaca-se que os grupos participantes utilizavam o recurso aplicativo para a comunicação e combinados, aqueles poucos que não possuíam este recurso eram avisados via telefone, recado dos colegas, ou com anotações entregues nos ensaios. A revisão de Sales, Souza e Sales (2019) registrou que na última década o uso de tecnologias como o acesso à internet era crescente com as pessoas idosas, e destacam a necessidade de estratégias destinadas a melhor acessibilidade deste público, que muitas vezes possui um aparelho *smartphone*, mas apresenta dificuldades para utilizar o mesmo.

Dito isto, vale destacar que em 2019, no ano em que foram coletados os dados da pesquisa, foi registrado o uso do *Whatsapp*<sup>4</sup> para comunicação do grupo, mas não foi realizada uma investigação sobre uso das tecnologias na comunicação entre os participantes e até mesmo como recurso para auxiliar no estudo cotidiano dos coralistas. Atualmente estão disponíveis inúmeros recursos para o trabalho virtual com música.

Com isso, foi contextualizada a realidade e rotina dos grupos participantes. Os grupos não eram exclusivos para pessoas com mais de sessenta anos, uma característica comum de grupos adultos é a grande faixa etária que o compõe. No próximo item são apresentadas as características dos participantes da pesquisa de campo.

---

4 Abdon et al. (2022) investigaram o uso de *smartphones* por pessoas idosas na pandemia e a relação deste uso durante a pandemia de covid-19, em que o uso das tecnologias foi um meio de mitigar o isolamento social entre todas as faixas etárias. Para os autores o uso de *smartphone* foi associado ao contato social, acesso a informações, serviços de saúde, porém alertam a necessidade da promoção de comportamentos saudáveis no uso do aparelho, pois a postura pode ser prejudicada com mau uso.

## 4.2 PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO DOS PARTICIPANTES

Participaram da pesquisa 32 pessoas idosas que cantavam nos corais supracitados, a idade média foi de  $69,85 \pm 6,88$ , sendo o mínimo 60 e o máximo 85 anos. 75% das participantes eram mulheres, a cor/raça predominante foi branca (93,75%), de pessoas naturais do Estado do Paraná (34,38%), com estado civil mais presente casado(a) (56,25%), tendo como ocupação atual a aposentadoria (75,00%), com escolaridade máxima mais frequente o ensino superior completo (31,25%), o arranjo familiar composto por vivendo com duas pessoas na mesma residência (46,88%), e classificação econômica predominante foi a classe B2 (28,13%). As informações completas encontram-se na tabela a seguir.

Tabela 2: características sociodemográficas e socioeconômicas dos participantes, n=32, Curitiba, Paraná

	N	%
<i>Gênero</i>		
Masculino	8	25,00
Feminino	24	75,00
<i>Cor/raça</i>		
Branca	30	93,75
Preta	0	00,00
Amarela	1	03,13
Parda	1	03,13
<i>Naturalidade</i>		
Não informado	7	21,88
Paraná	11	34,38
Santa Catarina	9	28,13
Rio Grande do Sul	3	9,38
São Paulo	1	3,13
Rio de Janeiro	1	3,13
<i>Estado civil</i>		
Casado(a)	18	56,25
Viúvo(a)	9	28,13
Divorciado(a)	3	9,38
Nunca se casou	2	6,25
<i>Ocupação atual</i>		
Empregado(a)	2	6,25
Aposentado(a)	24	75,00
Pensionista	2	6,25
Nunca trabalhou	0	0,00
Dono(a) de casa	1	3,13

Autônomo(a)	3	9,38
Outra situação	0	0,00
<i>Escolaridade máxima</i>		
Analfabeto	0	00,00
Primário incompleto	2	6,25
Primário completo/Ensino fundamental	5	15,63
Ensino fundamental completo/Ensino médio incompleto	3	9,38
Ensino médio completo/Ensino superior incompleto	5	15,63
Ensino superior completo	10	31,25
Curso técnico incompleto	0	00,00
Curso técnico completo	0	00,00
Pós-Graduação	7	21,88
<i>Classificação econômica</i>		
A	7	21,88
B1	3	9,38
B2	9	28,13
C1	8	25,00
C2	3	9,38
D-E	2	6,25

Fonte: dados da pesquisa

Observa-se um perfil privilegiado, pois a maior parte dos dados difere da realidade nacional quanto a escolaridade que teve como predominância o ensino superior (31,25%) e taxas mais altas de escolaridade como pós-graduação e o próprio ensino médio completo, bem como a classificação econômica em que 59,39% dos participantes encontram-se nas classes A, B1 e B2. Ambos os aspectos estão fortemente associados a melhores condições de vida, podendo gerar uma melhor percepção de diversas áreas da vida, como saúde, lazer, acesso a serviços.

Houve a predominância das mulheres na pesquisa, bem como eram a maioria nos grupos participantes, este é um aspecto que difere nas pesquisas com pessoas idosas, pois varia de acordo com a atividade proposta, aspectos sociais, culturais, regionais, tradicionais (Pinto; Neri, 2017). A cultura coral, ou seja, a participação de pessoas em diversos tipos de grupos corais pode mudar drasticamente de acordo com o estado em que o estudo se realiza, cidade, pois envolve o acesso esta atividade. Na Finlândia, por exemplo, a tradição coral é forte, o canto coral está presente na educação escolar, com grupos comunitários espalhados pelo país e com um mapeamento das atividades culturais destes grupos, se tornando um campo de trabalho promissor para estudos com pessoas coralistas idosas (Johnson et al., 2013).

A predominância feminina também pode ocorrer devido a feminização da velhice que como explica Salgado (2002) é o fenômeno da maior proporção de mulheres idosas



comparadas à proporção de homens idosos, considerando que as mulheres vivem mais anos do que os homens.

A cor/raça predominante foi a branca (93,75%), um dado importante pois como explica Moura et al. (2023) observar a participação em atividades, no atendimento primário a saúde, entre outros fatores, questionando a declaração racial é importante em um país composto por um grande número de pessoas pretas e pardas, porém sendo minorias nestes estudos, demonstrando os piores indicadores sociais de saúde, o que pode tornar o envelhecimento de pretos e pardos mais vulnerável a riscos em saúde, sociais e econômicos.

A idade média foi de 69,85 anos, tendo a maior concentração nos primeiros anos da velhice (dos 60 a 70 anos) o que pode ocorrer pois como explicam Pinto e Neri (2017) nesta faixa etária as pessoas idosas costumam participar mais de atividades sociais. 75% dos participantes estavam aposentados, Pinto e Neri (2017) explicam que a participação em atividades envolve diversos fatores sociais da vida da pessoa idosa e que a aposentadoria pode ser um momento de mais tempo livre, na década de 1960 o Serviço Social do Comércio (SESC) foi pioneiro em oferecer atividades de lazer e recreação para pessoas aposentadas a fim de utilizar o tempo livre evitando a marginalização da pessoa idosa e valorizando os aspectos sociais (Teixeira, 2007).

Kalache (2017) explica que a aposentadoria é um direito adquirido que sofre os impactos das mudanças econômicas e deve ser cuidado e protegido pelos poderes públicos. As crises econômicas fazem com que pessoas idosas precisem com a sua aposentadoria assumir as responsabilidades financeiras do lar, e é urgente pensar na aposentadoria relacionada ao envelhecimento ativo, pois este não é um pensamento individual, afeta todas as pessoas (Kalache, 2017).

Mas, além do tempo livre, aspectos da saúde física e mental podem contribuir para o maior engajamento ou até mesmo o desengajamento das pessoas idosas nestas atividades. A viuvez, a percepção da finitude, o prazer e bem-estar irão impactar nesta participação. Para Pinto e Neri (2017) é necessário incentivar às atividades sociais, políticas e práticas para o envelhecimento bem-sucedido com atenção aos aspectos que possam encorajar ou desencorajar a participação social.

Quanto ao estado civil a maioria estava casada (56,25%) e vivendo com pelo menos mais uma pessoa na residência (46,88%), estes dados são relevantes ao observar uma mudança nos arranjos familiares das pessoas idosas brasileira, Negrini et al. (2018) apresentam que 15,3% das pessoas idosas brasileiras viviam sozinhas nos dados de sua pesquisa, e destacam que a maioria dessa porcentagem são mulheres em situação de baixa renda e vulnerabilidade social, impactando diretamente seus hábitos, costumes e cuidados com a saúde, alimentação, nutrição, atividades de saúde física, mental e lazer, ressaltando que os dados da presente pesquisa diferem desta realidade nacional.

Quanto à escolaridade, os níveis de ensino médio completo e superior completo destacaram-se, representaram 31,25% dos participantes somados aos que realizaram pós graduação chegaram a 53,13% dos participantes, número expressivo ao considerar as informações do Censo de 2010 em que as menores taxas de escolarização é dos idosos, especialmente de mulheres idosas, com grande parcela da população idosa analfabeta no Brasil. Espera-se que nos próximos Censos estes dados sejam atualizados com maior acesso à educação formal por crianças, jovens e adultos. A escolaridade pode impactar aspectos da cognição e influenciar nas condições de vida das pessoas, espera-se que maior escolaridade propicie melhores rendas.

A classificação econômica predominante é classe B2 (28,13%) que somada às classes A e B1 chegam a 59,39% dos praticantes de coral, dados que se aproximam dos resultados das pesquisas de Arruda (2017) e Flores-Gomes (2019) realizadas com pessoas idosas na cidade de Curitiba/Paraná, uma situação socioeconômica privilegiada quando comparada ao cenário nacional.

A escolaridade, renda e classe social irão influenciar positiva ou negativamente a qualidade de vida das pessoas, principalmente no acesso a serviços de saúde e lazer, em estudo anterior, apresentamos a comparação da qualidade de vida, escolaridade e classe social entre idosos praticantes e não praticantes de canto coral (Paula et. al., 2021a).

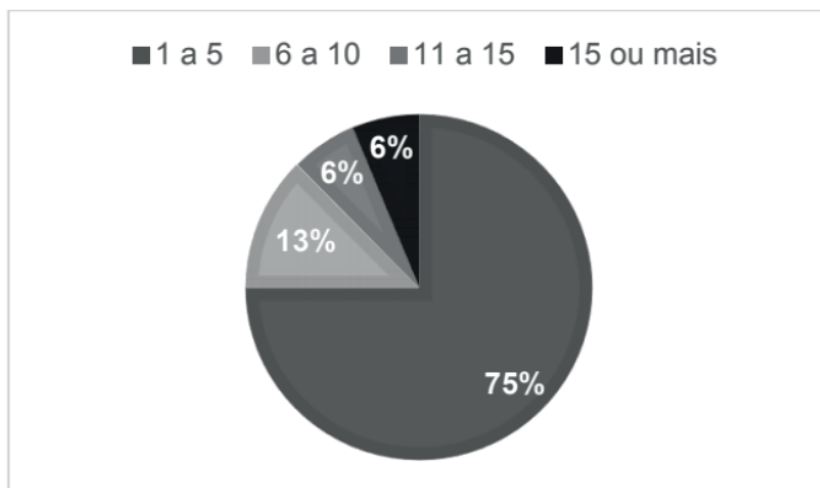
#### **4.3 PERCEPÇÕES DOS CORALISTAS QUANTO A SUA PRÁTICA CORAL**

Todos os participantes foram convidados a responder uma entrevista semiestruturada sobre sua percepção da prática coral. As entrevistas aconteceram no horário dos ensaios, em um espaço reservado, a cada semana eram convidados a individualmente se retirarem para responder a entrevista, sem prejudicar o andamento do ensaio, porém alguns participantes tiveram dificuldade de se concentrar pois estavam distraídos com o ensaio.

As entrevistas foram gravadas, transcritas e analisadas a partir da proposta de Bardin (2011): foram realizadas várias leituras dos textos transcritos, selecionadas categorias, e com o auxílio do software IRAMUTEQ foram realizadas análises de similitude e criados gráficos a partir das respostas dos participantes.

O tempo de prática dos participantes variou de um ano a mais de 15 anos, as porcentagens são apresentadas no gráfico a seguir:

Gráfico 1: tempo de prática coral pelos participantes da pesquisa



Fonte: Paula e Vagetti (2020)

A maior parte dos coralistas (75%) cantavam em grupos corais entre um e cinco anos, mas houve participantes (6%) que realizavam esta prática a mais de quinze anos. A maior participação nos anos iniciais da velhice pode estar associada a mais tempo livre, período em que Pinto e Neri (2017) observaram ter maior participação social das pessoas idosas.

O ingresso em um coral comunitário na fase idosa da vida demonstra o interesse deste grupo etário em participar de uma atividade escolhida por eles mesmos, e que pode trazer benefícios em diversos aspectos da sua vida. Para Creech et al. (2013) o acesso as atividades é um fator que impacta a participação das pessoas idosas, que mesmo tendo interesse, se não for uma atividade viável, não irão se engajar, é necessário o espaço, o convite, a estrutura para sucesso nesta atividade.

Ainda, começar a cantar na velhice pode ser um grande desafio, especialmente pelas mudanças físicas que impactam a voz, há grande incidência relatada de queixas vocais na população geriátrica, para Kost e Sataloff (2018) cantar pode prevenir ou mitigar mudanças na voz envelhecida, exercícios vocais são benéficos para a presbifonia e cantar reduz as mudanças associadas ao envelhecimento da voz.

#### 4.3.1 Motivação em participar em um grupo de canto coral

Tendo em vista este interesse em iniciar a atividade de cantar em um grupo coral na velhice, foi questionado aos coralistas o que os motivava a participar desta atividade. Araújo (2010) explica que compreender a motivação é uma forma de auxiliar professores e educadores de como se dá o processo de aprendizagem discente, observando em quais aspectos os alunos, independente do ambiente em que acontece o processo educativo, investem e se envolvem, quais são motivações intrínsecas e quais são extrínsecas.

Os estudos de motivação apresentam dois princípios, a motivação *intrínseca* e a *extrínseca*, sendo a primeira aquela em que a escolha de realizar uma atividade é tomada por si mesmo, por considerar esta interessante, atraente e de alguma maneira gera satisfação a quem escolhe, já a segunda vem em resposta a algo externo da atividade ou tarefa escolhida (Guimarães, 2009). Samulski (2009) sintetiza como motivação intrínseca aquela com fatores pessoais e extrínseca com fatores ambientais.

Na busca de estudos de motivação de pessoas idosas foram encontrados trabalhos na área da atividade física relacionada a saúde que apontam que esta prática está associada aos benefícios à saúde, manutenção e melhoria da capacidade funcional e física, prevenção de doenças, melhoria dos níveis psicológicos e autoestima das pessoas idosas, e que o fator de haver recomendação médica impacta a escolha desta atividade (Santos et al., 2015).

Quanto ao canto coral, apesar da dificuldade em encontrar artigos científicos sobre a motivação de pessoas idosas e o canto coral, em uma busca rápida na plataforma de busca “Google” várias manchetes destacam aspectos físicos, mentais e sociais como benefícios desta prática. Para Eduardo, Correa e Rodel (2019) o canto coral é forma de manter um bom nível social e motivacional, principalmente nos aspectos intrínsecos.

No estudo de Maury et al. (2022) foram utilizadas escalas para medir a motivação pessoal e mentalidade em relação a participar do grupo, componentes da Teoria da Autodeterminação, e tipo de motivação, observaram que a atividade musical tinha um poder motivador pelo aspecto socializador, gerando engajamento social.

Entre as opções de atividades disponíveis à população idosa, o que leva a escolherem o canto coral?

Foi observado que os coralistas relataram motivações intrínsecas e extrínsecas que se interrelacionavam, mas algumas expressões se destacam, como “gostar da atividade” que foi citada por 21 dos 32 coralistas, representando 66% dos participantes. O incentivo dos familiares, amigos foi citado inúmeras vezes, destacando-se na nuvem de palavras a seguir:

Figura 2: Nuvem de palavras gerada a partir das respostas dos coralistas sobre a motivação de participar de um grupo coral



Fonte: Paula (2020)

A palavra central na nuvem é cantar e aquelas que estão mais próximas e maiores, que foram mais citadas podem expressar estes aspectos intrínsecos, como o fato de gostar de cantar, um sentimento singular e individual, como os agentes externos: família, professor, regente, que são motivadores à prática desta atividade, sendo estas pessoas que muitas vezes convidaram para iniciar esta prática.

Em suas falas, destacam-se estes aspectos:

### ***Intrínsecos***

“eu sinto a necessidade de cantar, de pôr pra fora” (P2);

“Eu sempre amei cantar, acho que já nasci cantando” (P4);

“Primeiro que eu gosto de cantar” (P12);

“Eu gosto de cantar, canto mal (risos) mas vou cantando. [...] o canto pra mim é diversão.” (P16)

“Eu gosto de cantar e eu nunca tinha cantado em coral, cantava nas festinhas, sempre na brincadeira.” (P24)

“Eu adoro cantar, cantar é uma coisa que faz bem pra minha alma, saio feliz daqui, leve no dia do ensaio” (P30)

Nestes relatos o destaque está nas falas serem em primeira pessoa e considerarem o sentimento individual de cada coralista. Nos recortes seguintes observam-se motivos externos, como o convite a participar de um grupo:

## **Extrínsecos**

“Meus filhos que me motivaram, porque os filhos são os regentes, tanto no primeiro [grupo de canto coral] que era da família, e agora neste que é na igreja.” (P3)

“uma senhora me convidou, disse que estavam aceitando pessoas e mesmo com dúvida eu aceitei e estou aqui.” (P4)

“A minha irmã cantava e me trouxe pro coral, [...] descobri que gosto de cantar, eu nem sabia que gostava.” (P8)

“Minha mãe e irmã iniciaram o projeto de cantar nos hospitais, eu não comecei antes devido ao trabalho, mas depois que tive mais tempo livre para poder acompanhar, eu comecei.” (P25)

Um dos participantes sintetiza o que o motiva com a frase *“De maneira geral é o nosso desenvolvimento humano, acho fantástica esta participação por todos os benefícios que nos traz.”* (P32). Estes aspectos se interrelacionam em algumas falas, e a busca por esta atividade pode ser a busca pelos benefícios percebidos que ela traz, como são apresentados a seguir:

### **Aspectos que se interrelacionam**

“Eu achava muito bonito as pessoas cantando no coral, e disse pra mim mesma [...] há alguns anos, que meu sonho era cantar no coral, e eu tinha até parado de fumar para poder cantar e não me engasgar e não tossir. Quando começa a semana não vejo a hora de chegar sexta feira pra ir pro ensaio...” (P15)

“Eu preciso exercitar a memória e cantar ajuda bastante, é uma coisa diferente, [...] então tive que escolher alguma coisa mais difícil e cantar pra mim é muito difícil, eu tenho aprendido muito.” (P21)

Por meio desta interrelação observa-se a importância de investigar os aspectos da motivação das pessoas idosas, para assim, os agentes externos (instituições, regentes, grupos corais) poderem ofertar melhores condições as necessidades e anseios na prática de qualquer atividade.

Questões culturais foram relatadas, a participante 13 relatou que o sonho de infância era cantar, porém na infância este sonho foi reprimido pelos familiares que consideravam cantar uma atividade malvista socialmente, chegou a fugir para cantar, e na fase adulta foi proibida pelo marido e na velhice pôde vivenciar este sonho. Já o participante 9 passou por situação parecida, agravada pelo fato de ser menino e cantar seria uma atividade atribuída às meninas. Fatos que aconteceram na infância, mas ainda marcam o emocional destas pessoas.

Outros desafios da vida adulta influenciaram na participação desta prática, uma das coralistas (P31) contou que quando criança e jovem cantava e era uma atividade presente durante toda sua vida, inclusive organizou grupos corais, porém com a saúde do marido debilitada se afastou por um tempo e só na velhice pode retomar a atividade que tanto gosta e lhe traz alegria.

A melhoria da saúde mental também foi motivação para buscar a atividade, como no caso da P18 que passava por uma crise matrimonial, luto familiar, que ao assistir uma apresentação do coral na igreja sentiu algo muito bom e buscou como alento e para ela a atividade se tornou terapêutica e gera bem-estar. A estratégia de utilizar a música como promoção de saúde pode gerar além dos benefícios citados a socialização e ser uma ferramenta protetiva para doenças de maneira criativa e com baixo custo (Coulton et al. 2015).

Para Creech et al. (2013) o acesso aos grupos de canto coral deve ser sempre avaliado, pois existem barreiras estruturais ao acesso como percepções elitistas do que é cantar em um grupo coral, custos e valores financeiros, que ao invés de motivar podem desmotivar à busca por esta atividade. No presente estudo, quatro participantes falam da oportunidade que só tiveram na velhice de participar de um grupo de canto coral, mesmo sendo um desejo antigo.

No estudo de Joseph e Shouthcott (2015) as falas dos coralistas participantes da Universidade Aberta à Pessoa Idosa apresentou dois temas: engajamento musical e conexões musicais, perceberam que praticar de um grupo de canto coral propiciou oportunidades de novas amizades, senso de companheirismo, sentimento de pertença e aceitação pessoal, benefícios à motivação das pessoas idosas que integram estes grupos.

Lee, Davidson e Krause (2016) identificaram aspectos motivacionais como a importância do canto na minha vida; enorme prazer em cantar com pouca pressão; desafio e conquista; emoções espirituais e edificantes; força para superar a idade, a doença e as dificuldades; boa liderança; socialização com outras pessoas; e propósito e significado do canto em grupo, achado que se aproxima de aspectos identificados neste estudo.

Com isto se pode concordar com Maury et al (2022) em seu achado: atividades de lazer em grupo beneficiam o bem-estar por meio da interação e engajamento social, as comparações devem compartilhar componentes da atividade, como exposição à música, movimento e oportunidades sociais e potenciais contribuidores dos benefícios da participação no coral: interação social, regulação emocional, disposição individual e mentalidade.

Sendo assim, pode-se considerar que os coralistas relataram que a motivação, seja ela intrínseca ou extrínseca foi um dos fatores que levou a escolha da atividade de canto coral e os benefícios desta prática se tornaram uma das maiores motivações para continuar nesta atividade, tendo em vista que já estavam cantando há no mínimo um ano.

### 4.3.2 Percepção dos aspectos cognitivos e sua prática coral

Quando se trata do processo de envelhecimento há um assunto que gera preocupação: os declínios de aspectos cognitivos relacionados à autonomia, memória, e demais funções que podem tornar a pessoa dependente. É comum na fala de pessoas idosas a expressão “não quero dar trabalho” relacionada a possíveis situações que surjam com a perda da autonomia e que gerem dependência, ou ainda, “não sei se consigo aprender com esta idade” considerando que a aprendizagem se reduz aos primeiros anos de vida.

Diferentes abordagens, estratégias metodológicas, programas de intervenção têm sido propostos para a manutenção de aspectos cognitivos em pessoas idosas sem comprometimento cognitivo, propostas de prevenção. Estas propostas podem representar estratégias efetivas com um bom custo-benefício afim da promoção saúde e qualidade de vida de pessoas idosas, com um desfecho positivo para a cognição (Lima-Silva et al., 2022). Clift, Gilbert e Vella-Burrows (2018) observaram que além do crescimento das pesquisas relacionadas à prática a longo prazo de canto coral por pessoas idosas, houve um crescimento de iniciativas promovendo e ofertando esta atividade por conta de seus benefícios. Apesar deste crescimento da prática ainda são escassos os trabalhos científicos com base nas experiências e feedbacks de pessoas idosas que praticam coral (Clift; Gilbert; Vella-Burrows, 2018).

Neste sentido, os idosos e idosas coralistas foram questionados se percebiam que o coral estimulava a sua atenção, memória e linguagem e se sim, de que maneira isto ocorria. A escolha destes aspectos se deu a partir do teste de rastreio cognitivo MoCA que foi aplicado aos participantes, considerando a amplitude dos aspectos cognitivos.

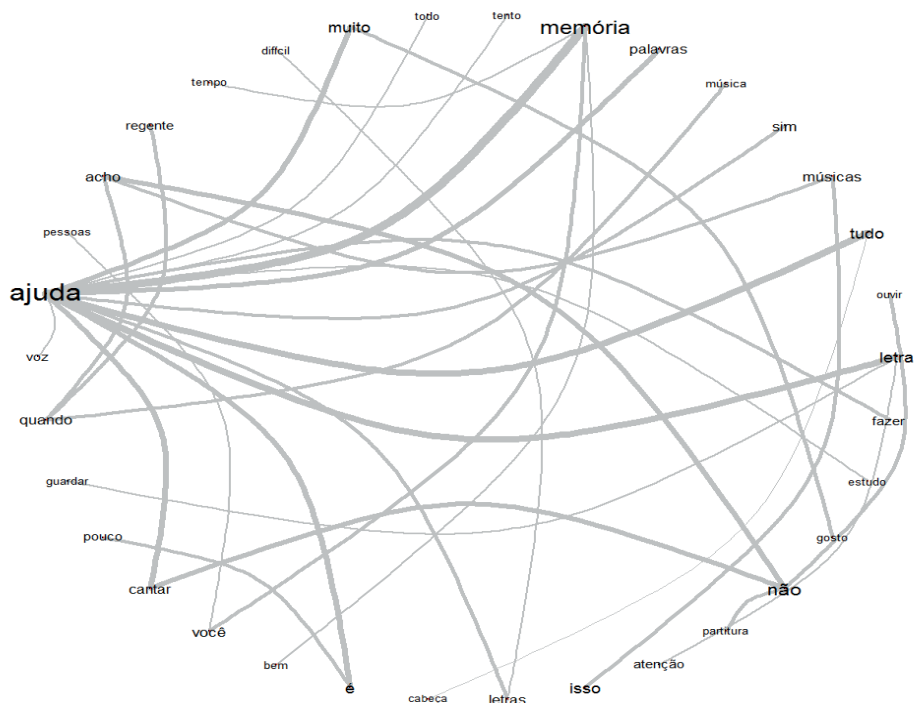
Pesquisas anteriores destacam que para as pessoas idosas cantar em um coral é uma maneira de manter o cérebro ativo, sendo um verdadeiro desafio mental, contribuindo com a concentração, memória e gerando a sensação de realização pessoal, e ainda, relatam a proteção contra o estresse e depressão (Creech et al., 2013; Moss; Lynch; O’Donogue, 2017).

Pentikäinen et al. (2021) observaram que para a fluência verbal a prática de canto gerou benefícios em seu estudo, mas que ainda há muitas descobertas a serem feitas sobre o seu papel no desempenho cognitivo, pois os estudos atuais têm resultados controversos.

Os participantes desta pesquisa perceberam que a participação no coral contribuía, de alguma maneira, com sua cognição nos aspectos da atenção, memória e linguagem, como sugerido na pergunta. Destacou-se a expressão “ajuda” nas falas dos coralistas, que no gráfico de similitude a seguir está fortemente associada aos termos “memória”, “letra”, “muito” e “tudo”.



Figura 3: Gráfico de similitude da questão sobre a percepção dos aspectos cognitivos de idosas e idosas coralistas



Fonte: Paula (2020)

O termo ajuda é uma percepção positiva da prática em benefício à sua saúde mental e aspectos cognitivos, ajudando na memória, as letras ajudam na memorização, ajuda muito em todos os aspectos citados, são algumas das percepções dos participantes. No gráfico de similitude a ligação mais forte está entre os termos ajuda e memória, demonstrando que para os coralistas a maior percepção dos aspectos cognitivos impactados pela prática coral é na memória.

Na fala de um dos coralistas esta ajuda é explicada:

*“Acho que ajuda muito, porque exige muito. [...] quando eu vou cantar eu tento lembrar da voz dela [da regente] pra imitá-la, pra não me perder ou atrapalhar os colegas, acho que a memória realmente funciona.” (P. 9)*

Aquino, Araújo e Ferreira (2015) observaram que idosas coralistas têm grande preocupação com os aspectos da saúde mental, e perceberam na fala de idosas coralistas, que nesta prática têm uma ferramenta que ajuda na manutenção destes aspectos.

Almeida (2013) destaca que além da aprendizagem musical promover o desenvolvimento e manutenção das habilidades cognitivas como a memória, em um

ensaio estes aspectos podem estar ou não associados a dificuldades na percepção musical rítmica, auditiva, na falta de atenção e concentração.

Por isso, além de conhecer o desenvolvimento humano, os potenciais e possíveis declínios da fase idosa, é importante que o ensaio seja preparado com propostas pedagógicas e metodológicas que estimulem o uso da relação corpo e som, com movimentos corporais e exercícios perceptivos (Almeida, 2013).

A partir do trabalho com canto coral com pessoas idosas saudáveis e com comprometimento cognitivo, Yinger (2014) descreveu métodos a fim de desenvolver estratégias adaptativas e compensatórias baseadas em evidências científicas sobre o envelhecimento, especialmente para pessoas idosas com a doença de Parkinson.

A autora explica seu trabalho:

“Eu descrevo mudanças relacionadas a idade nas sensações e percepções visuais, táteis, auditivas, e alterações cognitivas nos domínios da memória, compreensão da linguagem, aprendizagem de novos sinais e vocabulário, atenção visual, cognição espacial e multitarefa.” (Yinger, 2014, p. 204, tradução nossa).

Estas habilidades cognitivas diversas também foram destacadas pelos coralistas, como atenção (foco), linguagem, acompanhar auditivamente e visualmente os recursos do ensaio:

*“Ajuda, em tudo, na hora de focar, eu foco. [...] Eu não consigo acompanhar a partitura, mas uso as letras para não me atrapalhar.” (P. 15)*

*“eu gosto de estudar as letras, observar as partituras, eu não entendo muito, mas eu procuro, eu busco bastante. Quando a regente dá as músicas eu vou no YouTube para ouvir um pouco, acho que ajuda muito.” (P. 18)*

*“Ajuda na memória, reconhecer palavras das músicas antigas que eu cantava, de repente eu começo a entender o que significa e vou adquirindo vocabulário com isso.” (P. 23)*

*“Desenvolve nossa memória psíquica e motora...” (P. 32)*

Nestas falas que são atribuídos à prática de canto coral diversos benefícios para os aspectos cognitivos da memória, atenção e linguagem. Para Aquino, Araújo e Ferreira (2015) atribuir ao canto benefícios para seu envelhecimento gera uma visão positiva da própria velhice, do processo de envelhecimento e da aceitação de suas limitações, mas sem deixar de ter potencial de aprender, socializar, promovendo maior qualidade de vida, bem-estar e autoestima de pessoas idosas.

Nas entrevistas de Skingley, Martin e Clift (2015) foi observado que cantar em um grupo de canto coral gerava benefícios específicos e incrementais para aspectos físicos, psicológicos, bem-estar social e comunitário, destacando-se o aspecto psicológico que incluiu o prazer, sensação de bem-estar, autoconfiança melhorada, confiança em cantar, estimulação cognitiva e melhoria da memória.

Os aspectos cognitivos estão associados a autonomia das pessoas idosas, por isso a importância de dar voz às pessoas idosas que escolheram a prática coral na fase idosa de sua vida e escutá-las é uma forma de compreender as suas percepções.

Ainda foram questionadas sobre as suas percepções sobre aspectos da qualidade de vida e da sua voz, os relatos destas falas estão registrados em outros trabalhos, mas vale ressaltar que na percepção dos coralistas cantar é uma atividade que envolve aspectos da vida como um todo, impactando especialmente suas relações sociais e seu estilo de vida.

### **4.3.3 Teste de rastreio cognitivo dos participantes**

A fim de mapear o estado atual do desempenho cognitivo dos participantes, foi aplicado o teste de rastreio cognitivo MoCA – Montreal Cognitive Assessment a todos os participantes. O MoCA é composto por testes das funções: visuoespacial/executiva, nomeação, memória, atenção, linguagem, abstração, evocação tardia, orientação, com um total de 30 pontos, para indivíduos com escolaridade igual ou inferior a 12 anos, na versão brasileira, é somado um ponto com correção por tempo de escolaridade, sendo que o ponto de corte é de 26 pontos, a pontuação acima de 26 pontos é considerada normal (Nasreddine et al., 2005).

A escolha por este teste se deu por estudos anteriores, como apresentados na revisão de Martins et al. (2019), considerarem um teste mais preciso para o rastreio do comprometimento cognitivo leve, conseguindo diferenciar com mais eficiência a diferença de comprometimento cognitivo e doença de Alzheimer, por exemplo (Cecato et al., 2014).

Este teste foi aplicado individualmente, e para os participantes foi uma experiência interessante, pois muitos nunca tinham realizado um teste como este, e queriam saber se saíam bem nas respostas. Foi realizado um estudo comparativo do desempenho cognitivo entre idosos participantes e não participantes de canto coral e foi observado que os aspectos em que os participantes de grupos corais se destacaram foram atenção, abstração e orientação (Paula et al., 2022).

O teste não foi diagnóstico, pois não houve acompanhamento a longo prazo e demais análises do quadro de saúde das pessoas idosas, mas sim um recorte transversal para compreender o perfil dos participantes. Na tabela a seguir são apresentados os escores dos participantes:

Tabela 3: Resultados do teste de rastreio cognitivo MoCA dos participantes, n=32

MOCA	
Aspecto cognitivo	Média ± Desvio padrão
Desempenho cognitivo geral	23,97 ± 2,02
Visuoespacial/executiva	2,87 ± 1,04
Nomeação	2,59 ± 0,66
Atenção	5,15 ± 0,80
Linguagem	2,15 ± 0,68
Abstração	1,84 ± 0,45
Memória	2,90 ± 1,40
Orientação	5,93 ± 0,24

No desempenho cognitivo geral, o ponto de corte é 26 pontos, os participantes tiveram o escore médio de 23,97 pontos, o que pode indicar a necessidade de uma avaliação mais abrangente para estas pessoas, observando se há realmente algum grau de comprometimento cognitivo leve.

Relacionando as médias com os escores máximos: desempenho cognitivo 23,97 de um total de 30, visuoespacial/executiva, 2,87 de 5, nomeação 2,59 de 3, atenção 5,15 de 6, linguagem 2,15 de 3, abstração 1,84 de 2, memória 2,90 de 5, orientação 5,93 de 6. Sendo que os melhores escores se encontram em Orientação, Abstração, Atenção.

Nos estudos na área da música, Zatorre (2005), Sloboda (2008), Huron (2012), Deutsch (2013), Levitin (2014), entre outros, buscam compreender o efeito da música no cérebro e na mente, e suas implicações práticas na vida de quem pratica, ouve, e de alguma forma, se utiliza da música.

No aspecto da Atenção, item que inclui tarefas de memória de dígitos em sentido direto e inverso, atenção sustentada e subtração em série de 7, em que o escore máximo poderia ser 6 pontos e a média foi de 5,15. A atenção é um aspecto cognitivo importante para o dia a dia das pessoas, pois está envolvida na percepção, memória, afeto e níveis de consciência (Coutinho; Mattos; Abreu, 2010).

Na música a atenção tem um caráter interdisciplinar e assim os estudos se encontram em diversas áreas do conhecimento, especialmente na psicologia da música (Rosário et al., 2020). Zatorre (2005) explica que atividades musicais “simples”, entre aspas pois não são, como cantarolar uma melodia familiar, envolve mecanismos neurológicos complexos, como: processamento de padrões auditivos, atenção, armazenamento e recuperação de memórias, planejamento motor, integração sensória motora.

Para Rosário et al. (2020) nos últimos anos está se construindo um corpo teórico forte sobre as relações entre música e atenção, e destacam que ambos os aspectos são multidimensionais e complexos, por isso, a importância das técnicas de neuroimagem e testes neuropsicológicos para a compreensão das evidências científicas.

Se relacionarmos com a prática coral observada neste estudo, as rotinas de ensaio realizavam séries de repetições desde os exercícios, a aprendizagem das novas melodias, imitações, entre outras tarefas importantes para este aspecto cognitivo.

Como apresentado anteriormente neste trabalho, os estudos mais aprofundados sobre as relações da música e o cérebro, ou a música e a mente são recentes, das últimas décadas, e com mais recursos como testes e as imagens estão se tornando estudos cada vez mais robustos e com mais condições de testar hipóteses.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este livro teve como objetivo apresentar e discutir achados científicos sobre o canto coral e a pessoa idosa, uma temática que atual devido as mudanças demográficas geradas pelo fenômeno do envelhecimento populacional e que precisa ser estudada sob as diversas óticas da ciência.

No primeiro capítulo foram apresentadas as teorias do envelhecimento humano, estas que têm se transformado com os avanços nas áreas biológicas, biofísicas e que tem conquistado um espaço de debate nas ciências sociais.

O envelhecimento é singular e individual e acontece de forma multicausal, apesar dos debates em torno de sua definição e das inúmeras teorias que tentam compreender o seu sentido, foi apresentado que as causas se interrelacionam e se vistas de forma complementares, auxiliam a pensar o envelhecimento nos diversos aspectos da vida humana.

Além do envelhecimento foi exposto o conceito de velhice, que incluem a própria percepção da pessoa idosa sobre o seu envelhecimento e considera aspectos sociais e impactos do envelhecimento na velhice, ou seja, envelhecer é um processo de inúmeras transformações ultrapassando as questões biofísicas e impactam a maneira de se relacionar com o mundo.

Atualmente buscam-se melhores estratégias para um envelhecimento de qualidade, o chamado envelhecimento saudável, com a promoção de ações educativas para promoção da saúde física, mental e o bem-estar social.

A educação permeia todo este cenário, tanto nas ações educativas, quanto nas transformações sociais do envelhecimento. No segundo capítulo foi apresentado o conceito de Educação ao Longo da Vida, seu impacto nas últimas décadas e a importância do pensar a educação formal, não formal e informal por toda a vida de cada pessoa.

A maior parte das atividades destinadas às pessoas idosas encontram-se na educação não formal, seja por meio de oficinas, cursos de curta duração, encontros em clubes ou outros grupos, ela se dá pela aprendizagem constante e a troca de saberes.

No ambiente não formal o currículo não é o foco do processo de ensino e aprendizagem, mas sim como se dá a troca de informações, saberes e conhecimento, se estes saberes são relevantes para a população atendida.

Nos estudos apresentados destaca-se que a pessoa idosa busca atividades que lhe sejam agradáveis, que mais do que o conteúdo é como está aprendendo, e o quanto o aprendizado enriquece sua vida e principalmente, suas relações interpessoais.

Dentro da educação não formal, encontram-se as diversas atividades: educação em saúde, educação financeira, educação digital, educação musical. Sendo que para compreender melhor um dos ramos da educação musical foi realizada uma revisão integrativa das últimas duas décadas de estudos sobre o canto coral e a pessoa idosa.

Na revisão ficou evidente que o canto coral pode promover benefícios para a qualidade de vida, bem-estar, saúde física e mental das pessoas idosas, apesar da necessidade de mais estudos, principalmente longitudinais, os resultados são positivos nos contextos estudados.

Os achados contemplaram estudos de diversos países, demonstrando o interesse internacional em práticas que atendam a população idosa, como a prática coral. Neste capítulo foram explorados estes achados que contribuem para a construção de programas de canto coral para a pessoa idosa.

No último capítulo são apresentados resultados da investigação sobre as percepções de pessoas idosas coralistas quanto a motivação e aspectos cognitivos, bem como os resultados de um teste de rastreio cognitivo.

A partir da observação dos ensaios foram constatadas as rotinas de ensaio e os recursos utilizados por cada grupo para desenvolver o canto com as pessoas idosas, em entrevista com os coralistas foram questionados sobre a motivação em participar desta atividade e de sua percepção sobre aspectos cognitivos relacionados a prática coral. Os participantes também foram testados com uma avaliação de rastreio cognitivo, e caracterizados com dados sociodemográficos.

Os resultados indicam aspectos motivacionais intrínsecos como gostar de cantar e aspectos extrínsecos como o convite, a socialização com os colegas como principais motivadores em participar da atividade.

Quanto aos aspectos cognitivos a percepção de que cantar ajuda em aspectos como memória, principalmente relacionada a letra das músicas, da pronúncia, mas nesta autoavaliação muitos aspectos que foram observados no teste de rastreio não foram mencionados, isto pode ocorrer por não perceberem no seu dia a dia este uso das habilidades cognitivas constantemente.

O teste de rastreio foi positivo, apresentando bons escores nos aspectos de atenção, memória e abstração, habilidades tão necessárias para os aspectos da vida diária. Outros aspectos destacaram-se como a alta escolaridade do grupo participante.

No decorrer da pesquisa foram encontradas limitações, como o recorte transversal, espera-se em um futuro poder acompanhar estas questões de pesquisa de forma longitudinal, realizando uma intervenção bem estruturada para o canto coral com pessoas idosas. Outra limitação é falta de informações e dados sobre os grupos corais, o que impede de inferir alguns dados, comparar com outros grupos e realidades, e assim, não podendo ser generalizados os dados para demais populações.

Em síntese, este livro buscou proporcionar uma abordagem abrangente sobre o canto coral e a pessoa idosa, estes achados contribuem não apenas para o entendimento acadêmico, mas para orientação prática na criação de programas culturais e educacionais direcionados à pessoa idosa.

## REFERÊNCIAS

- ADAMO, C. E. *et al.* Universidade aberta para a terceira idade: o impacto da educação continuada na qualidade de vida dos idosos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 20, 2017.
- ALLISON, T. A. *et al.* Multi-cultural perspectives on group singing among diverse older adults. **Geriatric Nursing**, v. 41, n. 6, p. 1006-1012, 2020.
- ALMEIDA, M. C. P. O canto coral e a terceira idade—o ensaio como momento de grandes possibilidades. **Revista da ABEM**, v. 21, n. 31, 2013.
- ANTUNES, M. C. P.; MACEDO, A. C. O papel da educação não formal (de adultos) na promoção do envelhecimento bem-sucedido. **Educação e Pesquisa**, v. 47, p. e228938, 2021.
- ARAÚJO, R. C. **Motivação e ensino da música**. In: ILARI, B. S.; ARAÚJO, R. C. (Orgs.). *Mentes em música*. Curitiba: Ed. UFPR, 2010
- ARRUDA, M. L. **A influência da Musicoterapia na percepção da qualidade de vida de pessoas idosas**. 121f. Dissertação (Mestrado). Setor de Educação, Universidade Federal do Paraná, 2018.
- AQUINO, F. S.; ARAÚJO, D. M. F.; FERREIRA, L. P. Idosas coristas: valores atribuídos ao envelhecimento. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 18, n. 4, p. 117-131, 2015.
- AQUINO, F. S. *et al.* Características da voz falada de idosas com prática de canto coral. **CoDAS**. Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia, 2016. p. 446-453.
- AQUINO, F. S. **Análise das características da voz falada de mulheres idosas com prática de canto coral**. 2013. 64 p. Dissertação (Mestrado em Fonoaudiologia). Departamento de Fonoaudiologia, Pontifícia Universidade Católica do Paraná, 2013.
- BAKER, F. A. *et al.* Clinical effectiveness of music interventions for dementia and depression in elderly care (MIDDEL): Australian cohort of an international pragmatic cluster-randomised controlled trial. **The Lancet Healthy Longevity**, v. 3, n. 3, p. e153-e165, 2022.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Tradução de Luís Antero Reto e Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70, 2011.
- BENNET, R. **Uma breve história da música**. Tradução: Maria Teresa Resende Costa. 1. ed. Rio de Janeiro: Jorge Azhar Ed, 1986. 80 p.
- BORNHOLDT, J. H. **Canto coral com idosos: o que falam os regentes e as rotinas de ensaio**. 2019. 149 p. Dissertação (Mestrado em Música). Setor de Artes, Comunicação e Design, Universidade Federal do Paraná, 2019.
- BORTOLI, L. A.; MARCHI, A. C. B. Educação não formal de idosos: revisão sistemática de metodologias de ensino. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 12, p. e76111234278-e76111234278, 2022.
- BRASIL. Lei nº 14.423, de 22 de julho de 2022. Altera a Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, para substituir, em toda a Lei, as expressões “idoso” e “idosos” pelas expressões “pessoa idosa” e “pessoas idosas”, respectivamente. **Diário Oficial da União**: p. 1, col. 1, 22 jul. 2022.



BRASIL. Lei nº 9394/96. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. **MEC**, 1996.

CARVALHO, V. L. *et al.* Comparação da função cognitiva de idosas institucionalizadas e das participantes de centro de convivência. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**. v. 11, n. 1, p. 46-53, 2014.

CASSOL, M. **Benefícios do canto coral para indivíduos idosos**. 2004. 169 p. Tese (Doutorado em Clínica Médica e Ciências da Saúde), Departamento de Geriatria, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2004.

CAZELLI, S; COSTA, A. F.; MAHOMED, C. O que precisa ter um futuro professor em seu currículo de formação para vir a ser um profissional de educação em museus? **Ensino Em-Revista**. Uberlândia, v. 17, n. 2, 2010.

CECATO, J. F. *et al.* Poder preditivo do MoCa na avaliação neuropsicológica de pacientes com diagnóstico de demência. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 17, p. 707-719, 2014.

CLEMENTE, L. **Estratégias didáticas no canto coral: estudo multicase em três corais universitários da região do Vale do Itajaí**. 2014. 168 p. Dissertação (Mestrado em Música) - Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 2014.

CLIFT, S. M. *et al.* Group singing, wellbeing and health: a systematic mapping of research evidence. **Unesco Observatory**, v. 2, n. 1, 2010.

CLIFT, S.; GILBERT, R.; VELLA-BURROWS, T. Health and well-being benefits of singing for older people. *In: Sunderland, N. et al. (Org).* **Music, health and wellbeing**. Londres: Palgrave Macmillan, 2018, cap. 6, p. 97-120.

CONCEIÇÃO, K. M. L. **Música e idosos: a relação ensino/aprendizagem em três oficinas de música na cidade de São Paulo**. 2013. 125 f. Dissertação (Mestrado) - Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Instituto de Artes, 2013.

COSTA, P. C. O que se aprende além das letras: um estudo sobre a alfabetização de pessoas idosas. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 14, n. 4, 2011.

COSTA, J. P. *et al.* A synopsis on aging—Theories, mechanisms and future prospects. **Ageing research reviews**, v. 29, p. 90-112, 2016.

CORVO, E.; SKINGLEY, A.; CLIFT, S. Community singing, wellbeing and older people: implementing and evaluating an English singing for health intervention in Rome. **Perspectives in Public Health**, v. 140, n. 5, p. 263-269, 2020.

COULTON, S. *et al.* Effectiveness and cost-effectiveness of community singing on mental health-related quality of life of older people: randomised controlled trial. **The British Journal of Psychiatry**, v. 207, n. 3, p. 250-255, 2015.

COUTINHO, G; MATTOS, P.; ABREU, N. Atenção. **Avaliação Neuropsicológica**, p. 86-93, 2010.

CREECH, A. *et al.* The power of music in the lives of older adults. **Research studies in music education**, v. 35, n. 1, p. 87-102, 2013.

- DARDENGO, C. F. R.; MAFRA, S. C. T. Os conceitos de velhice e envelhecimento ao longo do tempo: contradição ou adaptação?. **Revista de ciências humanas**, n. 2, 2018.
- DAVIDSON, J. W. *et al.* Evaluating the potential of group singing to enhance the well-being of older people. **Australasian Journal on Ageing**, v. 33, n. 2, p. 99-104, 2014.
- DIAZ-ABRAHAN, V.; SHIFRES, F.; JUSTEL, N. Cognitive benefits from a musical activity in older adults. **Frontiers in psychology**, v. 10, p. 652, 2019.
- DELORS, J. *et al.* Educação: Um Tesouro a Descobrir. **Relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre educação para o século XXI**–6ª Edição. São Paulo, 2001.
- DEUTSCH, D. Grouping mechanisms in music. In: *The psychology of music*. Academic Press, 1999. p. 299-348.
- DUBINSKY, E. *et al.* Short-term choir singing supports speech-in-noise perception and neural pitch strength in older adults with age-related hearing loss. **Frontiers in Neuroscience**, v. 13, p. 1153, 2019.
- EDUARDO, R. N. M.; CORREA, V. M. T. G.; RODEL, S. V. F. Qualidade de vida na terceira idade: Prática do Canto Coral aspectos conceituais. **Encontro Internacional de Gestão, Desenvolvimento e Inovação (EIGEDIN)**, v. 3, n. 1, 2019.
- FAGUNDES, R. **Musicalização, aspectos cognitivos e qualidade de vida em pessoas idosas praticantes de canto coral**. 2022. 79 p. Dissertação (Mestrado em Ciências do Envelhecimento) – Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, 2022.
- FARIAS, N. O. *et al.* Aspectos cognitivos da pessoa idosa na aposentadoria: uma revisão sistemática. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 2, p. e5957-e5957, 2021.
- FENG, L. *et al.* Effects of choral singing versus health education on cognitive decline and aging: a randomized controlled trial. **Aging (Albany NY)**, v. 12, n. 24, p. 24798, 2020.
- FIGUERÊDO, M. S. **Coral canto que encanta: um estudo do processo de educação musical com idosos em Madre de Deus, Região Metropolitana de Salvador, Bahia**. 2009. 147 p. Dissertação (Mestrado em Música), Escola de Música, Universidade Federal da Bahia, 2010.
- FLAUZINO, K. L.; CACHIONI, M. **Gerontologia educacional e a aprendizagem ao longo da vida**. Campinas: Alínea, 2023.
- FLORES-GOMES, G. F. **Efeitos de um programa de inclusão digital nas funções cognitivas e qualidade de vida de idosos**. 2019. 181 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2019.
- FRIES, A. T.; PEREIRA, D. C. Teorias do envelhecimento humano. **Revista Contexto & Saúde**, v. 11, n. 20, p. 507-514, 2011.
- FU, M. C. *et al.* Impact of group-singing on older adult health in senior living communities: A pilot study. **Archives of gerontology and geriatrics**, v. 76, p. 138-146, 2018.
- FUJITA, L. S. *et al.* Curso de Informática relacionado aos aspectos cognitivos da pessoa idosa: uma revisão sistemática. # **Tear: Revista de Educação, Ciência e Tecnologia**, v. 10, n. 1, 2021.

GADOTTI, M. Educação popular e Educação ao Longo da Vida. In: NACIF, P. G. S.; GOMES, L. M.; ROCHA, R. G. (org). **Coletânea de textos CONFITEA Brasil+6: tema central e oficinas temáticas**. Brasília: MEC – Ministério da Educação, Secretaria de Educação Continuada, Alfabetização, Diversidade e Inclusão, 2016, p. 50-69.

GALINHA, I. C.; PINAL, D.; LIMA, M. L. Factors predicting adherence to artistic-singing groups for older adults and their role as moderators of the intervention outcomes. **Clinical Gerontologist**, v. 46, n. 3, p. 376-388, 2023.

GALINHA, I. C.; GARCÍA-MARTÍN, M. A.; LIMA, M. L. Sing4Health: Randomised controlled trial of the effects of a singing group program on the subjective and social well-being of older adults. **Applied Psychology: Health and Well-Being**, v. 14, n. 1, p. 176-195, 2022.

GALINHA, I. C. *et al.* Intervention and mediation effects of a community-based singing group on older adults' perceived pshysical and mental hearth: the Sing4Health randomized controlled trial. **Psychology & Health**, v. 38, n. 1, p. 1-21, 2021.

GALINHA, I. C. *et al.* Sing4Health: Protocol of a randomized controlled trial of the effects of a singing group intervention on the well-being, cognitive function and health of older adults. **BMC geriatrics**, v. 20, n. 1, p. 1-16, 2020.

GLENDENNING, F. Educational gerontology in Britain as an emerging field of study and practice. **Educational Gerontology: An International Quarterly**, v. 15, n. 2, p. 121-131, 1989.

GOHN, M. G. Educação não formal nas instituições sociais. **Revista Pedagógica**, v. 18, n. 39, 2016.

GOLD, C. *et al.* Music Interventions for Dementia and Depression in ELderly care (MIDDEL): protocol and statistical analysis plan for a multinational cluster-randomised trial. **BMJ open**, v. 9, n. 3, p. e023436, 2019

GUIMARÃES, S. E. R. Motivação intrínseca, extrínseca e o uso de recompensas em sala de aula. In: BORUCHOVITCH, E.; BZUNECK, J. A. (orgs.). **A motivação do aluno: contribuições da psicologia contemporânea**. 4. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2009.

HACKENBERG, C. C. **Canto da pessoa idosa em tempos de pandemia: implicações das fontes de autoeficácia na aprendizagem experiencial**. 2022. 246 p. Tese (Doutorado em Educação), Setor de Educação, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2022.

HAMDAN, A. C.; SANTOS, L. T. Cognitive reserve and successful aging: an integrative literature review. **SciELO Preprints**, 2023.

HERNANDES, E. O. C. **Desenvolvimento emocional através do canto-coral na terceira idade**. Dissertação. (Mestrado em Psicologia) – Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2002.

HILLMAN, S. Participatory singing for older people: A perception of benefit. **Health education**, v. 102, n. 4, p. 163-171, 2002.

HURON, D. Música e mente: fundamentos da musicologia cognitiva. **Em Pauta**, v. 20, n. 34/35, p. 5-47, 2012.

IBGE. **Projeções da população do Brasil e unidades da federação por sexo e idade – 2010-2060: revisão 2018**. 2 ed. Rio de Janeiro: IBGE, 2018.

INOUE, K. *et al.* Efeito da Universidade Aberta à Terceira Idade sobre a qualidade de vida do idoso. **Educação e Pesquisa**, v. 44, 2017.

IPEA. **Breve análise da nova projeção da população do IBGE e seus impactos previdenciários**. Governo Federal. Ministério do Planejamento, Desenvolvimento e Gestão, 2018.

IRELAND, T. D. Educação ao longo da vida: aprendendo a viver melhor. **Sisyphus—Journal of Education**, v. 7, n. 2, p. 48-64, 2019.

IRONS, J. Y. *et al.* Group singing improves quality of life for people with Parkinson's: an international study. **Aging & mental health**, v. 25, n. 4, p. 650-656, 2021.

JOHNSON, J. K. *et al.* Quality of life (QOL) of older adult community choral singers in Finland. **International psychogeriatrics**, v. 25, n. 7, p. 1055-1064, 2013.

JOHNSON, J. K. *et al.* Study protocol for a cluster randomized trial of the Community of Voices choir intervention to promote the health and well-being of diverse older adults. **BMC Public Health**, v. 15, n. 1, p. 1-13, 2015.

JOSEPH, D.; SOUTHCOTT, J. Music participation for older people: Five choirs in Victoria, Australia. **Research Studies in Music Education**, v. 40, n. 2, p. 176-190, 2018.

JOSEPH, D.; SOUTHCOTT, J. Singing and companionship in the Hawthorn University of the third-age choir, Australia. **International Journal of Lifelong Education**, v. 34, n. 3, p. 334-347, 2015.

JOSEPH, D.; SOUTHCOTT, J. 'The show must go on': Older entertainers making music in the community in Melbourne, Australia. **Australian Journal of Music Education**, n. 1, p. 66-76, 2014.

JUNKER, D. O movimento do canto coral no Brasil: breve perspectiva administrativa e histórica. **ENCONTRO ANUAL DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO EM MÚSICA**, v. 12, 1999.

KALACHE, A. Direitos adquiridos, envelhecimento ativo e resiliência: a importância desses conceitos ao longo da vida. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 20, p. 159-160, 2017.

KRIEGER-GÓES, L. S. **Perspectivas sobre Canto Coral na Terceira Idade: uma experiência com o Coral da Terceira Idade da USP no Laboratório Coral Comunicantus**. 2020. 190 p. Dissertação (Mestrado em Música) – Escola de Comunicação e Artes, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2020.

KOST, K. M.; SATALOFF, R. T. Voice disorders in the elderly. **Clinics in geriatric medicine**, v. 34, n. 2, p. 191-203, 2018.

LACERDA, F. D. A formação de regentes corais: uma revisão de publicações brasileiras. In: **XXIX Congresso da Anppom-Pelotas/RS**. 2019.

LAMONT, A. *et al.* Singing in later life: The anatomy of a community choir. **Psychology of Music**, v. 46, n. 3, p. 424-439, 2018.

- LEE, J.; DAVIDSON, J. W.; KRAUSE, A. E. Older people's motivations for participating in community singing in Australia. **International Journal of Community Music**, v. 9, n. 2, p. 191-206, 2016.
- LEVITIN, D. **A Música no seu Cérebro: a Ciência de uma Obsessão humana**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2014.
- LI, S.; SOUTHCOTT, J. A place for singing: Active music engagement by older Chinese Australians. **International Journal of Community Music**, v. 5, n. 1, p. 59-78, 2012.
- LIMA-SILVA, T. B. *et al.* Effects of working memory training on cognition in healthy older adults: A systematic review. **Dementia & Neuropsychologia**, v. 16, p. 418-432, 2022.
- LOPES, C. M.; TRINDADE, B. G. P. O canto coral com pessoas idosas: uma revisão sistemática de literatura das produções da ANPPOM e da ABEM / 2000 – 2019. *In: XV Encontro Regional Nordeste da Associação Brasileira de Educação Musical*. 2020. **Anais [...]**. Regional Nordeste da ABEM.
- MARTINS, N. I. M. *et al.* Instrumentos de avaliação cognitiva utilizados nos últimos cinco anos em idosos brasileiros. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 7, p. 2513-2530, 2019.
- MAURY, S. *et al.* Socio-emotional Benefits Associated with Choir Participation for Older Adults Related to Both Activity Characteristics and Motivation Factors. **Music & Science**, v. 5, p. 20592043221137759, 2022.
- MEDVEDEV, Zhores A. An attempt at a rational classification of theories of ageing. **Biological Reviews**, v. 65, n. 3, p. 375-398, 1990.
- MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & contexto-enfermagem**, v. 17, p. 758-764, 2008.
- MERCADO-SÁENZ, S. *et al.* Cellular aging: theories and technological influence. **Brazilian Archives of Biology and Technology**, v. 53, p. 1319-1332, 2010.
- MORAES, D. S. **Formação humana e musical através do canto coletivo: um estudo de caso no coral da Adufc**. 171f. Dissertação. (Mestrado em Educação) – Universidade Federal Do Ceará, Fortaleza, 2015.
- MOSS, H.; LYNCH, J.; O'DONOGHUE, J. Exploring the perceived health benefits of singing in a choir: an international cross-sectional mixed-methods study. **Perspectives in Public Health**, v. 20. n. 10. p. 1-9, 2017.
- MOSS, H. *et al.* Together in song: Designing a singing for health group intervention for older people living in the community. **Nordic Journal of Music Therapy**, v. 31, n. 5, p. 413-430, 2022.
- MOURA, W. E. R. *et al.* Análise do índice de desvantagem vocal para o canto de coristas idosos. **CoDAS**. Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia, 2022.
- MOURA, R. F. *et al.* Fatores associados às desigualdades das condições sociais na saúde de idosos brancos, pardos e pretos na cidade de São Paulo, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 28, p. 897-907, 2023.

- NASCIMENTO, M. M. Uma visão geral das teorias do envelhecimento humano. **Saúde e Desenvolvimento Humano**, v. 8, n. 1, p. 161-168, 2020.
- NASREDDINE, Z. S. *et al.* The Montreal Cognitive Assessment, MoCA: a brief screening tool for mild cognitive impairment. **Journal of the American Geriatrics Society**, v. 53, n. 4, p. 695-699, 2005.
- NEGRINI, E. L. D. *et al.* Quem são e como vivem os idosos que moram sozinhos no Brasil. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 21, p. 523-531, 2018.
- NERI, A. L. Biomedicalização da velhice na pesquisa, no atendimento aos idosos e na vida social. In: DIOGO, M. J. D.; NERI, A. L.; CACHIONI, M. (orgs.). **Saúde e qualidade de vida na velhice**. 4. ed. Campinas, SP: Editora Alínea, 2013. p. 11-22.
- OLIVEIRA, C. A. **O regente-arranjador e a circulação do repertório de arranjos nos coros brasileiros**. 2017. 195 p. Dissertação (Mestrado em Música) – Escola de Comunicação e Artes, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2017.
- PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano [recurso eletrônico]**. Tradução de Carla Filomena Marques Pinto Vercesi et al. 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.
- PAULA, A. C. **Cognição e qualidade de vida de idosos participantes e não participantes de canto coral: um estudo comparativo**. 2020. 148 p. Dissertação (Mestrado em Educação) – Setor de Educação, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2020.
- PAULA, A. C. *et al.* Qualidade de vida, escolaridade e classe social entre idosos participantes e não participantes de canto coral. In: SAMPAIO, E. C. (org). **Envelhecimento Humano: desafios contemporâneos**, v. 3. Editora Científica Digital, 2021.
- PAULA, A. C. *et al.* Desempenho cognitivo entre idosos participantes e não participantes de canto coral. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, v. 19, n. 1, p. 78-86, 2022.
- PENTIKÄINEN, E. *et al.* Beneficial effects of choir singing on cognition and well-being of older adults: Evidence from a cross-sectional study. **PloS one**, v. 16, n. 2, p. e0245666, 2021.
- PENTIKÄINEN, E. *et al.* Benefits of choir singing on complex auditory encoding in the aging brain: An ERP study. **Annals of the New York Academy of Sciences**, v. 1514, n. 1, p. 82-92, 2022.
- PENTIKÄINEN, E. *et al.* Longitudinal effects of choir singing on aging cognition and wellbeing: a two-year follow-up study. **Frontiers in Human Neuroscience**, v. 17, 2023.
- PETERSON, D. A. Educational gerontology: The state of the art. **Educational Gerontology**, v. 1, n. 1, p. 61-73, 1976.
- PETROVSKY, D. V.; SEFCIK, J. S.; CACCHIONE, P. Z. A qualitative exploration of choral singing in community-dwelling older adults. **Western journal of nursing research**, v. 42, n. 5, p. 340-347, 2020.
- PINTO, J. M.; NERI, A. L. Trajetórias da participação social na velhice: uma revisão sistemática da literatura. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 20, p. 259-272, 2017.

PRAZERES, M. M. V. **Coral na terceira idade: o canto como sopra da vida**: a influência do canto coral na qualidade de vida de um grupo de coralistas idosas. 2010. 88 p. Dissertação (Mestrado em Gerontologia), Universidade Católica de Brasília, 2010.

PROTASIO, A. Arranjos para coros. **Seção Artigos Inéditos–Site do Observatório Coral Carioca**, 2017.

ROCHA, T. F.; AMARAL, F. P.; HANAYAMA, E. M. Extensão vocal de idosos coralistas e não coralistas. **Revista CEFAC**, v. 9, p. 248-254, 2007.

ROSÁRIO, V. M.; LOUREIRO, C. M. V.; GOMES, C. M. A. A relação entre música e atenção: fundamentos, evidências neurocientíficas e reabilitação. **Per Musi**, n. 40, p. 1-18, 2020.

SABIONI, C. O perfil do regente que inicia coros comunitários no Brasil. **Anais do SIMPOM**, n. 4, 2016.

SALES, M. B.; SOUZA, J. J.; SALES, A. B. Idosos, aplicativos e smartphone: uma revisão integrativa. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 22, n. 3, p. 131-151, 2019.

SALGADO, C. D. S. Mulher idosa: a feminização da velhice. **Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento**, v. 4, 2002.

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte: conceitos e novas perspectivas**. 2ªed. São Paulo: Manole, 2009.

SANTOS, G.; SILVA, T. B. L. Distanciamento social, sofrimento emocional e desempenho cognitivo em adultos maduros e idosos: uma revisão da literatura. **Dementia & Neuropsychologia**, v. 17, p. 01-09, 2023.

SANTOS, K. *et al.* Associação entre exercício físico e propriocepção em idosos: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 20, n. 1, p. 17-17, 2015.

SANTOS, M. R. Effects of musical improvisation as a cognitive and motor intervention for the elderly. **Estudos de psicologia (Campinas)**. v. 38, p. e190132, 2021.

SANTOS JÚNIOR, C. L. G.. **Análise da intervenção fonoaudiologia em grupo de vivência de voz junto a coralistas de 50 a 90 anos**. Dissertação (Mestrado em Distúrbios da Comunicação) – Universidade Tuiuti do Paraná, Curitiba, 2009.

SEGALL, L. E. The effect of group singing on the voice and swallow function of healthy, sedentary, older adults: A pilot study. *The Arts in Psychotherapy*, v. 55, p. 40-45, 2017.

SKINGLEY, A. *et al.* Experiences of being a control group: lessons from a UK-based randomized controlled trial of group singing as a health promotion initiative for older people. **Health Promotion International**, v. 29, n. 4, p. 751-758, 2014.

SKINGLEY, A.; MARTIN, A.; CLIFT, S. The contribution of community singing groups to the well-being of older people: Participant perspectives from the United Kingdom. **Journal of Applied Gerontology**, v. 35, n. 12, p. 1302-1324, 2015.

SKINGLEY, A. *et al.* The effectiveness and cost-effectiveness of a participative community singing programme as a health promotion initiative for older people: protocol for a randomised controlled trial. **BMC Public Health**, v. 11, n. 1, p. 1-6, 2011.

SKINGLEY, A.; BUNGAY, H. The Silver Song Club Project: singing to promote the health of older people. **British journal of community nursing**, v. 15, n. 3, p. 135-140, 2010.

SLOBODA, J. A. **A mente musical**; tradução de Beatriz Ilari e Rodolfo Ilari. Londrina: Eduel, 2008.

SOUZA, L. M. F. O. L. **O canto coral como processo educacional na percepção musical e cognição de pessoas idosas**. 2023. 130 p. Dissertação (Mestrado em Educação) – Setor de Educação, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2023.

SOUTHCOTT, J.; JOSEPH, D. Singing in la Voce della Luna Italian women's choir in Melbourne, Australia. **International Journal of Music Education**, v. 33, n. 1, p. 91-102, 2014.

SOUTHCOTT, J.; JOSEPH, D. Community, commitment and the ten 'commandments': singing in the coro Furlan, Melbourne, Australia. **International Journal of Community Music**, v. 6, n. 1, p. 5-21, 2013.

SOUTHCOTT, J. E. And as I go, I love to sing: The Happy Wanderers, music and positive aging. **International Journal of Community Music**, v. 2, n. 2-3, p. 143-156, 2009.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, v. 8, p. 102-106, 2010.

STAGER, S. V.; GOUELIAS, D.; JOHNSON, A. M. Effects of Participation in a Structured Choral Program on the Voice of Older Adults. **Journal of Voice**, 2023.

TAN, J. *et al.* Study protocol for a randomized controlled trial of choral singing intervention to prevent cognitive decline in at-risk older adults living in the community. **Frontiers in Aging Neuroscience**, v. 10, p. 195, 2018.

TEIXEIRA, S. M. Lazer e tempo livre na "terceira idade": potencialidades e limites no trabalho social com idosos. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 10, n. 2, 2007.

THORNTON, J. E. Educational gerontology in Canada. **Educational Gerontology: An International Quarterly**, v. 18, n. 5, p. 415-431, 1992.

UNESCO. **Declaração de Incheon e Marco de ação da educação**: rumo a uma educação de qualidade inclusiva e equitativa e à educação ao longo da vida para todos. Brasília, 2016.

VALE, R. M. C. *et al.* Intervenções por exercício físico e funções cognitivas de idosos: revisão sistemática da literatura. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 27, p. 1-12, 2022.

VIÑA, J.; BORRÁS, C.; MIQUEL, J. Theories of ageing. **IUBMB life**, v. 59, n. 4-5, p. 249-254, 2007.

VÓVIO, C. L.; KLEIMAN, A. B. Letramento e alfabetização de pessoas jovens e adultas: um balanço da produção científica. **Cadernos Cedex**, v. 33, p. 177-196, 2013.



YINGER, O. S. Adapting choral singing experiences for older adults: The implications of sensory, perceptual, and cognitive changes. **International Journal of Music Education**, v. 32, n. 2, p. 203-212, 2014.

ZATORRE, R. J. Music and the brain. **Annals of the New York Academy of Sciences**, v. 999, n. 1, p. 4-14, 2003.

ZUKOWSKI, D. B. Choir Singing Practice and Temporal Ordering in the Elderly. **International Archives of Otorhinolaryngology**, v. 26, p. e199-e207, 2022.

**ANA CAROLINE DE PAULA** - Doutoranda em Educação pela Universidade Federal do Paraná (UFPR) na linha Cognição, Aprendizagem e Desenvolvimento Humano, Mestre em Educação pela UFPR, Licenciada em Música pela Escola de Música e Belas Artes do Paraná, Universidade Estadual do Paraná (UNESPAR/EMBAF), Membro do Grupo de Pesquisa em Envelhecimento Humano (GPEH). Atua como professora de música e regente coral desde 2012.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3514702573450389>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2536-6848>

**VALDOMIRO DE OLIVEIRA** - Doutor e Mestre em Educação Física pela UNICAMP - área de concentração Ciências Pedagógicas da Educação Física, na Linha de Pedagogia do Esporte. Estágio pós-doutoral em Ciências Pedagógicas da Educação Física e do Desporto pelo Instituto de Cultura Física de Moscou (Rússia). Professor do Programa de Pós-graduação em Educação da UFPR na linha Cognição, Aprendizagem e Desenvolvimento Humano. Líder do Centro de Pesquisa em Educação e Pedagogia do Esporte (CEPEPE/UFPR) com relações de pesquisas em instituições internacionais na Rússia, Estados Unidos e Portugal. Vice-líder do Grupo de Pesquisa em Envelhecimento Humano (GPEH). Integrante do Centro de Estudos em Atividade Física e Saúde da UFPR e do Grupo de Pesquisa em Pedagogia do Esporte da UNICAMP.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6294139982602854>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8709-8471>

**GISLAINE CRISTINA VAGETTI** - Doutora em Educação Física pela Universidade Federal do Paraná - UFPR (2012). Mestrado com pesquisa em processo ensino-aprendizagem na educação física para idosos, pela Universidade Estadual de Maringá - UEM (2006). Professora Associada da Universidade Estadual do Paraná, Curitiba, Campus II. Professora do Programa de Pós-Graduação Stricto-Sensu em Educação (PPGE/UFPR/CAPES 7), na linha Cognição Aprendizagem e Desenvolvimento Humano. Professora do Programa de Pós-Graduação em Música (PPG-Mus) na UNESPAR, na linha Música, Cultura e Sociedade. Líder do Grupo de Pesquisa em Envelhecimento Humano (GPEH) da Universidade Estadual do Paraná (UNESPAR). Membro do grupo de pesquisa em Cognição, Aprendizagem e Desenvolvimento Humano (UFPR) e do Grupo de Estudos e Pesquisas Interdisciplinares em Musicoterapia (NEPIM) da UNESPAR. Membro da Rede Paranaense de pesquisa na área da pessoa idosa - PORTARIA No 143/2020-SETI. Foi Membro do Conselho Estadual dos Direitos do Idoso do Paraná - CEDI/PR (Decreto 3887).

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8495637038816664>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0704-1297>

**A**

Aprendizagem 34, 76

Aspectos Cognitivos 3, 4, 15, 17, 24, 30, 34, 35, 40, 41, 42, 43, 58, 59, 60, 61, 65, 68

Atividade 1, 2, 12, 13, 15, 16, 17, 23, 25, 26, 27, 29, 30, 33, 34, 35, 36, 37, 41, 43, 46, 50, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 61, 65, 73, 74, 76

**C**

Cantar 4, 22, 23, 26, 29, 30, 31, 32, 37, 42, 46, 47, 53, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 65

Canto Coral 1, 2, 3, 4, 17, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 40, 41, 42, 43, 44, 47, 50, 52, 53, 54, 56, 57, 58, 60, 61, 64, 65, 66, 67, 68, 70, 71, 72, 73, 74

Cognição 2, 3, 17, 25, 34, 35, 42, 43, 52, 58, 60, 72, 74, 76

Coral 1, 2, 3, 4, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 50, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 76

Coralista 55

**E**

Educação 1, 2, 3, 4, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 20, 26, 28, 34, 35, 36, 37, 38, 50, 52, 64, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 74, 76

Educação ao Longo da Vida 3, 4, 11, 12, 13, 16, 64, 69, 70, 74

Ensaio 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 35, 36, 37, 40, 41, 45, 46, 47, 48, 52, 55, 56, 60, 63, 65, 66

Envelhecimento 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 15, 16, 17, 24, 25, 26, 27, 31, 33, 34, 37, 38, 40, 41, 42, 47, 51, 53, 58, 60, 64, 66, 67, 68, 70, 72, 73, 76

Escolaridade 21, 49, 50, 52, 61, 65, 72

Exercícios 23, 27, 28, 30, 37, 47, 48, 53, 60, 63

Expectativa de Vida 5, 6

**G**

Gerontologia 16, 17, 37, 66, 67, 68, 70, 72, 73, 74

**I**

Idoso 10, 14, 20, 36, 42, 66, 70, 76

Intervenção 15, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 34, 40, 41, 42, 58, 65, 73

**L**

Longevidade 5, 6, 43

**M**

Memória 3, 15, 25, 27, 30, 33, 35, 56, 58, 59, 60, 61, 62, 65

MoCA 58, 61, 62, 72

Motivação 3, 14, 15, 23, 26, 29, 41, 42, 53, 54, 55, 56, 57, 65, 66, 69

Música 1, 3, 23, 24, 25, 26, 28, 29, 31, 32, 35, 36, 37, 38, 44, 45, 46, 47, 48, 57, 62, 63, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 76

**P**

Partituras 46, 47, 60

Pessoa Idosa 3, 9, 10, 11, 14, 18, 19, 20, 21, 34, 37, 38, 41, 42, 51, 57, 64, 65, 66, 68, 69, 76

Prática 1, 2, 3, 4, 17, 18, 19, 20, 23, 24, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 47, 48, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 63, 65, 66, 68

**Q**

Qualidade de Vida 1, 2, 3, 5, 9, 11, 14, 17, 21, 22, 24, 25, 27, 29, 31, 32, 33, 34, 35, 37, 39, 40, 41, 42, 43, 52, 58, 60, 61, 65, 66, 68, 70, 72, 73

**R**

Regente 27, 31, 35, 36, 37, 46, 47, 48, 55, 59, 60, 72, 73, 76

**S**

Saúde 1, 2, 4, 5, 7, 9, 10, 11, 15, 16, 19, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 37, 38, 40, 41, 43, 44, 47, 48, 50, 51, 52, 54, 56, 57, 58, 59, 61, 64, 65, 67, 68, 71, 72, 73, 74, 76

**T**


Teorias 4, 5, 6, 7, 8, 10, 19, 64, 68, 72

**V**


Velhice 3, 4, 5, 9, 15, 16, 47, 50, 51, 53, 56, 57, 60, 64, 68, 72, 73

Vocal 1, 2, 22, 23, 24, 26, 28, 29, 33, 34, 36, 37, 41, 47, 48, 71, 73

Voz 22, 23, 25, 28, 29, 35, 36, 37, 41, 47, 53, 59, 61, 66, 73



Educação, cognição,  
**canto coral**  
e a pessoa idosa

 [www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)





 [contato@atenaeditora.com.br](mailto:contato@atenaeditora.com.br)

 [@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)

 [www.facebook.com/atenaeditora.com.br](https://www.facebook.com/atenaeditora.com.br)



# Educação, cognição, **canto coral** e a pessoa idosa

-  [www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)
-  [contato@atenaeditora.com.br](mailto:contato@atenaeditora.com.br)
-  [@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)
-  [www.facebook.com/atenaeditora.com.br](https://www.facebook.com/atenaeditora.com.br)