

A Música como Estratégia de Promoção do Envelhecimento Ativo: Uma Análise Inicial do Projeto Banda de Música 60+ da Universidade do Estado do Amazonas

Fabio Carmo Placido Santos¹

Universidade do Estado Amazonas – UEA

fcsantos@uea.edu.br

Mauro Joel Vieira Mota²

Universidade do Estado do Amazonas – UEA

adm.mjvm@gmail.com

Resumo: O presente artigo apresenta uma análise preliminar do projeto de extensão universitária *Banda de Música 60+*, desenvolvido pela Universidade do Estado do Amazonas (UEA). A iniciativa, pioneira no contexto brasileiro, consiste na formação de uma banda instrumental voltada exclusivamente para pessoas com mais de 60 anos de idade, sem exigência de experiência musical prévia. Em andamento desde o segundo semestre de 2025, o projeto conta atualmente com mais de 30 participantes e adota uma metodologia de ensino coletivo com base em princípios de pesquisa-ação e abordagem quali-quantitativa. Os dados parciais apontam para impactos positivos significativos na saúde mental, no bem-estar emocional e na construção de um novo conceito de envelhecimento entre os participantes, reforçando a importância da música como estratégia transversal de inclusão, saúde e cidadania no envelhecimento.

Palavras-chaves: Educação Musical; Banda de Música; Prática Coletiva; Saúde e Bem-estar; Envelhecimento Saudável.

¹ Fábio Carmo Plácido, natural de Cruz das Almas (BA), é trombonista, mestre e doutor em Música pela UFBA. Iniciou seus estudos na Sociedade Filarmônica Lira Guarani e atuou em importantes formações musicais, como a OSUFBA e a OSBA. Desde 2013, é professor de trombone e tuba da Universidade do Estado do Amazonas (UEA), onde fundou o LAPEM, coordenando projetos como o TUBONES – Coral e o SEMPEAM. Atualmente, é Pró-reitor de Ensino de Graduação da UEA, destacando-se como instrumentista, pesquisador e educador musical no Amazonas.

² Mauro Joel Vieira Mota é Bacharel, Licenciado e Mestrando em Música pela UEA, com formação em trombone. Natural de Manaus, iniciou sua trajetória em fanfarras em 2007, aprimorando-se na Universidade do Estado do Amazonas. Atuou como trombonista na OSUEA, OEAF e em coros como o Madrigal Amazonas e Tubones Coral. Possui vasta experiência pedagógica em projetos como PROBIJAM e PRATICAMUS. Atualmente é músico-educador e pesquisador no LAPEM/UEA e empreendedor cultural em Manaus com a MJVM Company. Sua pesquisa foca em didática, pedagogia musical, cultura amazônica e metodologias ativas no ensino de metais.

1. Introdução

O envelhecimento populacional é um fenômeno global e irreversível, cujas implicações ultrapassam o campo da saúde pública, alcançando dimensões sociais, culturais e educacionais. Em resposta a esse cenário, iniciativas voltadas ao envelhecimento ativo têm ganhado destaque, especialmente aquelas que integram práticas culturais como a música. O projeto Banda de Música 60+, vinculado ao Laboratório de Pesquisa Prática e Ensino Musical (LAPEM/UEA), representa uma dessas iniciativas inovadoras, promovendo o ensino coletivo de instrumentos musicais de banda para pessoas acima de 60 anos.



Figura 1: Registro da do ensaio da Banda 60+. **Fonte:** Arquivo LAPEM (2025).

Este artigo tem como objetivo apresentar os fundamentos, a metodologia e os impactos iniciais dessa proposta, entendida como uma experiência em andamento de pesquisa-ação que articula extensão universitária, inclusão social e promoção da saúde no contexto amazônico.

2. Prática musical na Banda 60+

Diversos estudos têm evidenciado os benefícios da música no envelhecimento humano, especialmente no que se refere à manutenção das funções cognitivas, à melhoria do humor e à promoção do bem-estar geral (Davidson & Faulkner, 2010; Creech et al., 2013). A participação em atividades musicais coletivas tem se mostrado eficaz na redução de sintomas depressivos, no fortalecimento dos vínculos sociais e na construção de identidades positivas na velhice (Hallam et al., 2014).

Nesse sentido, o conceito de envelhecimento ativo, proposto pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2002), ganha nova densidade ao incorporar práticas culturais como ferramentas de empoderamento e ressignificação da experiência do envelhecer.



Figura 2: Registro da equipe e dos integrantes do projeto. **Fonte:** Arquivo LAPEM (2025).

O projeto Banda de Música 60+ adota uma abordagem metodológica mista, de natureza quali-quantitativa, fundamentada na lógica da pesquisa-ação. A pesquisa-ação, conforme delineada por Thiollent (2011), busca articular prática e teoria em um processo contínuo de intervenção e reflexão crítica a partir da participação ativa dos sujeitos envolvidos.

Os dados estão sendo coletados por meio de **observação participante** realizada durante as aulas, permitindo o acompanhamento direto das interações,

práticas pedagógicas e dinâmicas grupais, de modo a compreender o contexto real em que os participantes estão inseridos.

Além disso, são utilizados **relatos de experiência e entrevistas semiestruturadas**, que possibilitam aprofundar as percepções individuais e coletivas sobre o processo de ensino e aprendizagem musical, oferecendo um panorama mais sensível das dimensões subjetivas envolvidas.



Figura 3: Apresentando os instrumentos aos participantes. **Fonte:** Arquivo do LAPEM (2025).

Complementarmente, aplica-se um **questionário de autopercepção de bem-estar e saúde mental**, elaborado com base em referenciais de estudos sobre música, qualidade de vida e envelhecimento ativo (Creech et al., 2013; Hallam, 2014). Essa triangulação de instrumentos — observação, entrevistas e questionários — visa assegurar **maior validade e confiabilidade aos dados**, permitindo uma análise integrada que contempla tanto aspectos objetivos das práticas musicais quanto os efeitos subjetivos percebidos pelos participantes.

Os dados preliminares evidenciam que a participação no projeto está promovendo efeitos significativos sobre diferentes dimensões da vida dos idosos envolvidos.

Os participantes relatam sensações de alegria, motivação e superação de estados depressivos ou ansiosos. A atividade musical regular funciona como um catalisador emocional, proporcionando sentimentos de pertencimento e realização.

O aprendizado de instrumentos musicais, aliado à leitura de partituras e à execução rítmica em grupo, tem favorecido a atenção, a memória e a coordenação motora, configurando-se como uma forma de "ginástica mental".

A inserção dos participantes em um processo ativo de aprendizagem musical tem ressignificado suas percepções sobre a velhice. Em vez da associação com perda e inatividade, o envelhecimento começa a ser vivido como fase de descoberta, criatividade e protagonismo social.



Figura 4: Atividade de sonoridade. **Fonte:** Arquivo LAPEM (2025).

Esse deslocamento simbólico aponta para a emergência de um novo paradigma de envelhecimento: ativo, coletivo, artístico e inclusivo. O projeto, portanto,

contribui não apenas para a saúde dos indivíduos, mas para a transformação de narrativas sociais acerca da terceira idade.

3. Considerações Parciais

O projeto Banda de Música 60+ da UEA representa uma experiência pioneira no Brasil que articula extensão universitária, formação musical e promoção da saúde no contexto do envelhecimento. Ainda em seus estágios iniciais, os resultados parciais apontam para impactos transformadores na vida dos participantes, reforçando a potência da música como instrumento de cidadania, saúde mental e emancipação social.

Ao integrar ensino coletivo, pesquisa-ação e protagonismo da pessoa idosa, a proposta oferece não apenas uma atividade recreativa, mas um campo fértil para o desenvolvimento humano, cultural e científico. Recomenda-se a continuidade do projeto, o aprofundamento da análise de dados e a disseminação da experiência como modelo replicável em outras regiões e instituições.

Referências

CREECH, Andrea; HALLAM, Susan; VARVARIGOU, Maria; MCQUEEN, Hilary; GAUNT, Helena. Active music making: a route to enhanced subjective well-being among older people. **Perspectives in Public Health**, v. 133, n. 1, p. 36-43, 2013. DOI: 10.1177/1757913912466950.

BAIRD, Amee; GARRIDO, Sandra; TAMPLIN, Jeanette (ed.). **Music and Dementia: From Cognition to Therapy**. Oxford; New York: Oxford University Press, 2020. ISBN: 978-0190075934.

HALLAM, Susan (ed.). **The Oxford Handbook of Music Psychology**. 2. ed. Oxford: Oxford University Press, 2014. ISBN: 978-0191799617. (Contém o capítulo "Well-being and music-making in later life", de Hallam, Creech & Varvarigou)

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**. Tradução: Suzana Gontijo. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005. 60 p.

THIOLLENT, Michel. **Metodologia da Pesquisa-Ação**. 18. ed. São Paulo: Cortez, 2018. 136 p. ISBN: 978-8524917165.