

BIBLIOTERAPIA PARA IDOSOS: LEITURA LITERÁRIA TERAPÊUTICA¹

Luiza Gabriella da Silva Reis
Universidade Federal de Mato Grosso/Campus Universitário do Araguaia, Instituto de Ciências Humanas e Sociais, Mato Grosso - Brasil
gabriellaluiza708@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-4309-6076>

Dílson César Devides
Universidade Federal de Mato Grosso, Instituto de Ciências Humanas e Sociais, Campus do Araguaia, Barra do Garças - Brasil
dilson.devides@ufmt.br
<https://orcid.org/0000-0001-8237-672X>

RESUMO: Objetivamos com o presente artigo discutir sobre o conceito de leitura, focando na leitura literária, assim como sua utilização para fins terapêuticos. A natureza deste trabalho é descritiva documental básica e preponderantemente qualitativa. Foram utilizados autores como Cosson (2013) e Petit (2013) para refletir sobre o processo de leitura, e autores como Caldin (2009) e Abreu *et al* (2013) para aclarar a definição da biblioterapia. Além disso, este texto apresenta o desenvolvimento de uma atividade prática de biblioterapia com residentes do Lar da Providência, em Aragarças-GO. Por meio de textos literários e músicas em língua portuguesa, durante seis encontros, buscou-se proporcionar lazer, interação, recreação e amenização de carência afetiva dos idosos. A partir da observação dos participantes e de seus relatos, notou-se a relevância desta prática para este público e como a biblioterapia pode provocar diferentes impactos na vida deste público específico.

PALAVRAS-CHAVE: Leitura literária. Biblioterapia. Idosos. Prática biblioterapêutica.

BIBLIOTHERAPY FOR THE ELDERLY: THERAPEUTIC LITERARY READING

ABSTRACT: This article has the object of discussing the concept of reading, focusing on literary reading as well as its uses for therapeutic purposes. The nature of this work is a basic descriptive documentary and predominantly qualitative. Authors such as Cosson (2013) and Petit (2013) were used to reflect on the reading process, and authors such as Caldin (2009) and Abreu *et al* (2013) were used to clarify the definition of bibliotherapy. This text also presents the process of a practical bibliotherapy activity with residents of *Lar da Providência*, in Aragarças-GO. By using literary texts and Portuguese songs, the goal, during six meetings, was to provide leisure, interaction, recreation and to alleviate the emotional needs of the elderly. Through observing the participants and their feedback, it was noted the relevance of bibliotherapy for this specific group and how it can have different impacts in their lives.

KEYWORDS: Literary reading. Bibliotherapy. Elderly. Bibliotherapeutic practice.

¹ O presente artigo foi o resultado do Trabalho de Conclusão de Curso de Licenciatura em Letras Língua Portuguesa e Literatura, pela Universidade Federal de Mato Grosso.



SOBRE A LEITURA

Antes da criação e disseminação do uso de símbolos escritos, as leituras, em seus variados formatos, já faziam parte de práticas humanas. A partir de registros antigos e atuais percebe-se uma aspiração humana em fazer e usar textos orais, escritos, visuais, sonoros e gestuais para diferentes fins, tais como a expressão de emoções e sentimentos, a comunicação de ideias com outros povos e culturas, a valorização e preservação de histórias, a realização de atividades de recreação, lazer e bem-estar, o aprimoramento de conhecimentos e o desenvolvimento de teorias e métodos científicos, entre outros. Em outras palavras, “o desejo de saber, a exigência poética, a necessidade de relatos e a necessidade de simbolizar nossa experiência constituem a especificidade humana” (Petit, 2013, p. 32).

Visto que as leituras se constituem como atividades tão inerentes ao ser humano, será tratado, a partir deste momento, sobre o que é leitura. Silva (2002) afirma que a leitura é, antes de tudo, compreensão. Para o autor, há três propósitos fundamentais da leitura: “compreender a mensagem, compreender-se na mensagem e compreender-se pela mensagem” (Silva, 2002, p. 45). Primeiro, pode-se entender o compreender a mensagem (sendo que esta mensagem pode ser qualquer material bibliográfico ou não bibliográfico) como o processo de decodificação do texto. Segundo, compreender-se na mensagem trata-se de uma identificação com o conteúdo do material diante de si. Isto implica em qual é a percepção e interpretação de mundo que o leitor tem antes mesmo de apropriar-se do texto. E, por último, compreender-se pela mensagem implica capacidade de, a partir do texto, o leitor compreender-se, ou seja, refletir sobre questões pessoais que provavelmente não faria se não fosse pela leitura.

Considerando que ler é compreender, pode-se afirmar que o ato de compreender não apenas constitui um ato racional. Como aponta Silva (2002), a leitura talvez esteja mais dirigida para um ato emocional. Isso porque as emoções podem influenciar a maneira como o leitor interpreta as informações contidas no texto e a percepção que tem do contexto em que vive. As emoções também podem atribuir significado e relevância a determinadas ideias ou experiências durante a leitura e podem moldar respostas e atitudes em relação a ela.

Nesse sentido, Martins (2006) explica que a leitura caracteriza-se como construção de relações entre as experiências que integram a realidade do indivíduo leitor com os conhecimentos adquiridos a partir de narrativas. Assim, pode-se afirmar que o leitor apresenta-se diante do texto com algum conhecimento prévio e sua integralidade é importante neste processo de leitura. Nessa perspectiva holística, além de fatores relacionados à decodificação de signos, à racionalidade e às emoções, pode-se entender que as motivações, crenças, valores, condições sociais e experiências pessoais do sujeito também contribuem essencialmente no momento da leitura e compreensão textual.

Quando feita de maneira individual, a leitura literária pode criar ou manter um espaço íntimo do leitor e, como extensão deste aspecto, “ser um recurso para dar sentido

à experiência de alguém, para dar voz a suas esperanças, as desventuras, a seus desejos” (Petit, 2013, p. 66). Logo, o texto literário convida o leitor a um diálogo, a levar diante da leitura suas memórias e também seus anseios, mediante interpretações pessoais do que se lê. Como indica Bajour (2009, p. 58), “os textos literários nos tocam e nos questionam sobre nossas visões de mundo e nos convidam a nos perguntar como viveríamos o que é representado na ficção”.

Por este ponto de vista, Petit (2013, p. 27) entende que “o leitor não consome passivamente um texto, ele se apropria dele, o interpreta, deturpa seu sentido, desliza sua fantasia, seu desejo, suas angústias entre as linhas e as mescla com as do autor.” Diante disso, vale destacar que a literatura e a arte não têm nenhum compromisso com a realidade e, embora contenham verossimilhanças, não precisam atuar com verdades.

Pode-se compreender que a leitura de literatura ficcional, tanto em sua forma de prosa quanto de poesia, proporciona a criação de um espaço de fantasia a partir de um encontro com mundos e personagens desconhecidos que podem falar de maneira íntima e pessoal com o leitor.

Nessa perspectiva, também é possível perceber que, quando realizada em grupo, a leitura reforça o caráter plural da literatura, pois cada participante apresenta para os outros leitores sua compreensão de mundo e do próprio texto, assim como suas experiências de vida e sensibilidade individual.

Tratando-se da leitura no contexto de grupo de leitura, Cosson (2019, p. 154) conclui que

São espaços sociais nos quais as relações entre textos e leitores, entre leitura e literatura, entre o privado e o coletivo são expostas e os sentidos dados ao mundo são discutidos e reconstruídos. [...] é compartilhar com um grupo de pessoas as interpretações dos textos com os quais construímos nossas identidades e da sociedade em que vivemos.

A leitura, portanto, é também reconstrução de sentidos que os leitores realizam durante e após conhecerem o texto. Ela também acontece nas partilhas, nas trocas e nas perguntas, que muitas vezes não têm respostas tão simples.

Nesse sentido, o leitor, além de transformar o texto, compreendendo e dando novas interpretações por meio de diálogos com outros leitores, também pode ser transformado pelo texto, mediante diferentes formas de compreendê-lo e compreender-se. E como bem aponta Petit (2013, p. 79),

O livro permite recuperar o sentimento da própria continuidade e a capacidade de estabelecer laços com o mundo. Também é um depositário de energia e, como tal, pode nos dar força para passarmos a outra coisa, para irmos a outro lugar, para sairmos da imobilidade.

Tendo em mente a importância e o potencial de transformação que a leitura pode causar nos leitores, clubes do livro enquanto ação social estão cada vez mais comuns. Como por exemplo, o clube do livro da Penitenciária Feminina de Sant’ana, em São

Paulo², que tem o objetivo de proporcionar dignidade, ressocialização e incentivo educacional por meio da cultura e conhecimento pelos livros. Nesse caso, a leitura atua como uma ferramenta que proporciona ao leitor refletir sobre si mesmo, encarar a própria condição de vida e, em consequência, promover desenvolvimento pessoal e causar impactos positivos também na sociedade.

Por intermédio de atividades que incentivam a utilização da literatura e outras artes, nota-se que a leitura pode promover o hábito de mais leituras. Exemplo disso é o projeto de extensão intitulado *Grupo Abracadabra: Contadores de Histórias*, realizado na Universidade Federal de Mato Grosso - Câmpus do Araguaia. Os participantes, sendo a sua maioria professores de educação básica, realizam encontros semanais para ler e ouvir literatura infantil e juvenil, assim como atividades esporádicas em que levam a leitura para outros ambientes fora da universidade. Desta forma, além de serem impactados pela contação de histórias, impactam outros públicos a partir dela. Lima e Silva (2019) apontam que no contexto dos participantes do grupo, há relatos de pessoas que iniciaram o projeto sem muito interesse pela leitura, mas durante os encontros tornaram-se leitores, enquanto outros, que já gostavam de ler, tornaram-se leitores mais assíduos.

Outro exemplo de projeto universitário que desperta e potencializa a experiência da leitura é o *Laboratório de Leitura (LabLei)*, realizado na Universidade Federal de São Paulo. O projeto foi criado para auxiliar na formação humanística e na humanização de estudantes de medicina. Gallian (2017) explica que este projeto tem causado impactos na formação e vivência ética dos futuros profissionais da saúde, por meio da literatura de clássicos e de encontros para discutir os textos. Além disso, a leitura em grupo tem propiciado a humanização por meio da expansão perceptiva de si e do outro, incentivando-os a expressar suas opiniões e sentimentos acerca dos textos, provocando, também, efeito terapêutico nos participantes.

A leitura envolve um processo de decodificação da mensagem, compreensão de si e percepção de mundo por intermédio dela, podendo estimular os sentidos e as emoções do leitor. Uma vez que cada ser humano possui sua integralidade, a atividade de leitura também envolve os valores, as motivações e as crenças do sujeito. Assim, ao apresentar-se diante do texto, o leitor carrega consigo sua subjetividade e leituras anteriores. Quando realizada com outras pessoas, os participantes são capazes de construir, desconstruir e reconstruir conhecimentos por meio da leitura e dos diálogos com outros sujeitos.

Nesse sentido, a leitura, independentemente de ser realizada em grupo ou individualmente, provoca diferentes impactos em quem consome o texto. O presente trabalho, portanto, discute reflexões sobre o papel e a importância da leitura literária. No próximo tópico, então, é apontado e desenvolvido o efeito terapêutico da leitura.

SOBRE A BIBLIOTERAPIA

A utilização da leitura de materiais bibliográficos e não bibliográficos para fins terapêuticos não é uma prática recente. O homem oriental, por exemplo, utilizava contos

² Disponível em: <http://www.sap.sp.gov.br/noticias/not2154.html>. Acesso em 30 de junho de 2023.

tradicionais como remédio para a saúde da alma e do corpo. Antonello (2013, p. 64) explica que os “povos orientais acreditavam no poder curativo do conto oral. O conto era prescrito e o uso indicado era ouvi-lo e refletir sobre ele. Curava pelo encantamento, reestruturando o equilíbrio emocional que estava na gênese do distúrbio físico”. Nesse mesmo sentido, remontando à Grécia antiga, Caldin (2009) indica que filósofos entendiam que a literatura era capaz de nutrir a alma.

Embora os benefícios da leitura para a saúde emocional, mental e até física sejam reconhecidos há algum tempo, a escolha de um termo e a definição de seu conceito mostra-se recente. Eis a palavra biblioterapia, que é uma junção dos termos em grego *biblion*, livro, e *therapeía*, cuidado com o ser, cura (Caldin, 2001).

Em 1941, um dicionário especializado, Dicionário Médico Ilustrado de Dorland, conceituou a biblioterapia como “o emprego de livros e a leitura deles no tratamento de doenças nervosas” (Ratton, 1975, p. 199). Vale destacar que o termo já havia sido usado em trabalhos anteriores a essa data. Em 1961, o dicionário não especializado, Terceiro Novo Dicionário Internacional de Webster, definiu o termo biblioterapia não apenas como “uso de material de leitura selecionado, como adjuvante terapêutico em medicina e psicologia”, mas também como “guia na solução de problemas pessoais por através da leitura dirigida” (Seitz, 2006, p. 17).

Apesar das primeiras definições para a biblioterapia terem surgido em contexto hospitalar, sua prática tem ganhado outras projeções, apresentando caráter interdisciplinar (Abreu *et al*, 2013). Além de ser aplicada em hospitais, a biblioterapia também está presente em asilos, creches, escolas, presídios, orfanatos, entre outros ambientes. Os mediadores da biblioterapia podem ser profissionais de diferentes áreas, como médicos, assistentes sociais, psicólogos, professores, educadores, bibliotecários, ou, mesmo de maneira informal, pessoas interessadas em utilizar a leitura e outras atividades artísticas e culturais como ferramentas de terapia.

Embora o termo se refira, de maneira literal e simplista, à terapia por meio de livros, a biblioterapia mostra-se multifacetada. Como, então, conceituá-la? Castro e Pinheiro (2005) compreendem a biblioterapia como um processo terapêutico que utiliza a literatura com o objetivo de estimular novas percepções por intermédio da leitura e de atividades lúdicas. Percebe-se que, independentemente da faixa etária dos participantes, a biblioterapia auxilia tanto à prevenção quanto ao enfrentamento de problemas emocionais e psicológicos (Abreu *et al*, 2013).

Nesse sentido, Abreu *et al* (2013, p. 96) explicam que a biblioterapia “tem o propósito de possibilitar uma experiência de recuperação da saúde, ou permitir um contínuo desenvolvimento, em qualquer idade do ciclo vital”. Isso porque a biblioterapia contribui no tratamento de certas condições de saúde mental, assim como ajuda os participantes a lidarem com situações diversas do cotidiano, promovendo bem-estar emocional e desenvolvimento pessoal.

Em uma perspectiva hospitalar, entende-se que a biblioterapia torna a hospitalização menos dolorosa, uma vez que a leitura proporciona momentos de lazer, reduzindo a ansiedade e a angústia inerentes ao processo de doença. Seitz (2006, p. 19) compreende a biblioterapia como “um programa de atividades selecionadas envolvendo materiais e leituras planejadas, conduzidas e controladas como um tratamento, sob a orientação médica para problemas emocionais e de comportamento”. À vista disso, pode-se compreender que o mediador da biblioterapia proporciona ambientes de socialização mediante conversas advindas da leitura dos textos, amenizando a solidão do paciente internado.

Para este trabalho, entende-se a biblioterapia como uma sequência de atividades que busca articular textos literários, assim como outros materiais bibliográficos e até os não bibliográficos, com o processo terapêutico, dando o enfoque da leitura como atividade de promoção de bem-estar, lazer, recreação, socialização, entretenimento, desenvolvimento pessoal e/ou consolo.

Caldin (2001) aponta seis componentes básicos da biblioterapia: 1) catarse, que é a pacificação ou alívio de emoções; 2) identificação, a assimilação que o leitor faz com os personagens ou com enredo; 3) humor, o processo de mudança da angústia ou indiferença para o riso a partir da leitura de textos cômicos e irônicos; 4) introspecção, que é a reflexão interior; 5) introjeção, que é a incorporação de características dos personagens; 6) projeção, que é a transferência de ideias, sentimentos, expectativas e desejos pessoais para a narrativa.

Para Caldin (2009), quando estes componentes são estimulados durante a leitura, então houve terapia, mesmo que não seja uma tarefa fácil mensurar os componentes que são, de fato, ativados. E, uma vez que a leitura literária pode provocar novas sensações e entendimentos, é possível que cada leitor sinta e perceba a leitura em medidas e momentos diferentes. Como exemplo, um leitor poderia realizar uma reflexão interior – um dos componentes básicos da biblioterapia, chamado de introspecção – após a leitura biblioterapêutica, e não necessariamente durante a leitura.

Pode-se compreender, portanto, que a leitura literária de ficção é uma ferramenta eficiente para estimular estes componentes biblioterapêuticos, uma vez que ela é um terreno fértil para a imaginação e criatividade. Entretanto, há controvérsias acerca do material a ser utilizado nas atividades de biblioterapia. Seitz (2006) e Ferreira (2013) entendem que, além de textos literários (como poemas, contos e crônicas), os livros de autoajuda, as revistas e os jornais, por exemplo, são recursos também utilizados e, por vezes, bem aceitos nas práticas biblioterapêuticas. Além disso, Fonseca e Azevedo (2016), Jerônimo *et al* (2012), Caldin (2009) e Castro e Pinheiro (2005) apontam que além de material bibliográfico, é possível utilizar materiais não bibliográficos, por exemplo, diferentes mídias e canais artísticos e culturais, como música, dramatização de peças de teatro, contação de lendas populares, fotografia, dança, filmes, assim como atividades lúdicas e jogos.

À vista disso, percebe-se que não há um tipo ideal de material a ser utilizado nas práticas biblioterapêuticas, sendo necessário avaliar qual o perfil e as necessidades do

público participante. Apesar de não haver um consenso acerca dos materiais usados, é possível afirmar que a escolha não é aleatória, mas deve ter como objetivo proporcionar bem-estar e melhorar as condições de saúde emocional e/ou mental do participante.

Além do material utilizado, os comentários advindos dele também atuam como terapia e são essenciais durante a atividade de biblioterapia em grupo. Como Caldin (2001, p. 37) afirma, “além da leitura, os comentários, os gestos, os sorrisos, os encontros são também terapêuticos à medida que fornecem a garantia de que não estamos sozinhos. O texto une o grupo.” Por este ângulo, pode-se afirmar que a leitura juntamente com as diferentes perspectivas e experiências pessoais dos participantes possibilitam momentos de bem-estar.

A leitura literária realizada em grupo, na perspectiva da biblioterapia, portanto,

consiste não somente em ler o texto escrito, mas também em ouvir o novo texto que foi criado por cada um dos envolvidos na sessão de leitura (narração ou dramatização), quer dizer, significa uma troca de experiências sem perder de vista a individuação do sujeito, ou seja, um diálogo (Caldin, 2009, p. 11).

Por isso, na prática de biblioterapia, a leitura e os comentários realizados a partir do texto são capazes de criar pontes entre as vivências, emoções e sentidos dos sujeitos. Em uma perspectiva parecida a esta, Bajour (2009) aponta que quando os participantes se atentam para o que os outros estão comentando e percebendo sobre um texto, o ato de ler se aproxima com o ato de escutar.

Nesse sentido, pode-se entender que a atividade biblioterapêutica também considera as vozes, os gestos e até os silêncios que surgem durante e após a leitura, uma vez que esta prática objetiva respeitar e cuidar do ser na sua integralidade, considerando aspectos do indivíduo como sua identidade, personalidade, cultura, crença, entre outros.

PRÁTICA DE BIBLIOTERAPIA PARA IDOSOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

À luz do que foi apresentado no referencial teórico sobre leitura e biblioterapia, realizou-se uma atividade de biblioterapia com idosos residentes da Associação Beneditina da Providência - Lar da Providência, em Aragarças - GO.

Inicialmente, foi realizada uma visita para conversar com a assistente social do Lar da Providência a fim de: a) saber acerca da constância das práticas de leituras no asilo; b) entender a opinião dos idosos em relação às atividade de leitura; c) apresentar e explicar a proposta de biblioterapia. A partir deste primeiro contato, foi esclarecido que atualmente não há atividades de leitura com os residentes do Lar da Providência e se feita em longa duração de tempo, os idosos poderiam se sentir cansados e entediados.

Com base no que a assistente social da instituição explicou sobre o perfil dos 73 residentes do asilo, ponderou-se que para esta proposta de biblioterapia não seria possível usar como critério de participação a faixa etária dos residentes, devido à discrepância de idade entre aqueles que possuíam condições mentais para participar dos encontros. A partir da orientação da assistente social, utilizou-se como critério a condição física audi-

tiva para garantir que eles conseguissem escutar a leitura, assim como a condição mental para que pudessem entender e comentar. A assistente social convidou dez residentes para participar da atividade.

Esta prática de biblioterapia aconteceu uma vez por semana, nas segundas-feiras, às 15h, com duração média de 50 minutos cada, totalizando seis encontros. Apesar da assistente social ter convidado dez residentes, no decorrer das semanas, por se sentirem indispostos por causa de dores e estarem sob medicação no momento dos encontros, apenas cinco idosos puderam participar com maior frequência das reuniões. Destes cinco participantes, todos eram homens, com idades de 56³, 63, 66, 79 e 91. Enquanto os outros cinco participaram de um ou dois encontros.

Optou-se pelos gêneros literários crônica, conto e poema, por serem textos curtos, além do uso de músicas e dinâmicas. Para a escolha dos textos, pensou-se em “conteúdos da ficção agradáveis de se ler, textos com lacunas a serem preenchidas pela imaginação e emoções dos leitores, ouvintes ou espectadores” (Caldin, 2009, p. 149). Isso porque textos, músicas e dinâmicas de caráter imaginativo e criativo auxiliam o leitor a conectar-se com a história, estimulando, assim, componentes básicos da biblioterapia, como a identificação e a projeção. Além disso, os conteúdos escolhidos tinham como objetivo fomentar conversas entre os participantes, por meio de uma leitura capaz de despertar seus sentidos e a curiosidade.

Para cada encontro, foi escolhida uma temática diferente. As escolhas das temáticas foram organizadas de acordo com os materiais. Além do objetivo principal de proporcionar bem-estar, buscou-se, a partir de cada temática, que os participantes alcançassem alguns objetivos durante cada reunião, estruturando-se da seguinte maneira:

1º encontro: temática infância. Materiais: atividade lúdica com imagens impressas de brinquedos e brincadeiras infantis; poema *Meus oito anos*, de Casimiro de Abreu; e música *Velha infância*, do trio Tribalistas. Objetivos: relembrar a infância, estimular a memória e a imaginação;

2º encontro: temática amor. Materiais: poema *Amor é fogo que arde sem se ver*, de Luís Vaz de Camões e música *Monte castelo*, da banda Legião Urbana. Objetivo: estimular reflexão sobre o sentimento e a ação amor;

3º encontro: temática situação cômica de confusão. Material: crônica *Os bons ladrões*, de Paulo Mendes Campos. Objetivo: estimular o efeito cômico;

4º encontro: temática histórias duvidosas. Material: conto *Cego e seu amigo Gedeão à beira da estrada*, de Moacyr Scliar. Objetivo: estimular o efeito cômico;

5º encontro: temática acerca da natureza e a fragilidade das criaturas. Materiais: poema *As borboletas*, de Vinicius de Moraes e música *As borboletas*, de Gal Costa. Objetivo: refletir sobre a natureza, o meio ambiente e a fragilidade das criaturas;

6º encontro: temática lugares. Material: poema *Cidadezinha qualquer*, de Carlos Drummond de Andrade. Objetivo: exercitar a memória e recordar de onde vieram.

3 De acordo com o Estatuto da Pessoa Idosa (Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003), idosos são pessoas com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos, no entanto, nesta instituição há presença deste residente com idade menor que 60.

Em todos os encontros, a leitura dos poemas, crônica e conto foi realizada em voz alta, visto que a maioria dos participantes tinha problemas físicos, impossibilitando-os de enxergarem bem, além de alguns não serem alfabetizados. As músicas, por sua vez, foram tocadas em uma caixa de som.

No primeiro encontro, notou-se que o uso da atividade lúdica com as imagens impressas de brinquedos e brincadeiras infantis estimulou os participantes a imaginarem e relembrem suas infâncias, uma vez que alguns descreveram com muitos detalhes suas lembranças.

Após a leitura de *Meus oitos anos*, todos elogiaram o poema, afirmando ser muito bonito. Alguns idosos contaram sobre os laranjais, limoeiros e outros tipos de árvores que tinham em suas casas quando crianças, fazendo paralelo com a descrição do eu-lírico do poema.

Neste caso, pode-se entender que o componente da biblioterapia classificado por Caldin (2001) como identificação evidenciou-se nesta atividade, uma vez que houve uma assimilação do poema com a própria experiência na infância. Antes de ouvir a música, foi orientado que, aqueles que quisessem, poderiam fechar os olhos para poder senti-la e aproveitá-la melhor. Enquanto ouviam *Velha infância*, muitos balançaram o corpo junto com a melodia. Ao final, a maioria elogiou: “que rasqueado bonito!”; “que música linda!”.

No segundo encontro, antes de realizar a leitura e ouvir a música escolhida, foi orientado aos idosos que fechassem os olhos e pensassem em uma imagem para a palavra amor. Após alguns segundos, de olhos abertos, todos disseram, primordialmente, que pensaram em pessoas: filhos, sobrinhos e amigos. Alguns participantes também falaram sobre fé, referindo-se à Nossa Senhora e ao amor de Deus.

Em seguida, foi realizada a leitura do poema *Amor é fogo que arde sem se ver*, de Luís Vaz de Camões. Após a leitura, muitos elogiaram o poema; um idoso ressaltou que sempre gostou de poesia por causa da influência de sua mãe, que foi professora. Tratando-se do poema, um participante comentou que o amor é uma dor que não se cura; mesmo que de maneira inconsciente, este participante criou uma analogia com o verso “é dor que desatina sem doer” do poema de Camões. Para discordar deste idoso, outro participante comentou que o amor é o que cura tudo, ou quase tudo, “menos a dor de cotovelo”, e, naquele instante, todos riram. Após este momento de interação, os idosos ouviram a música *Monte castelo* e disseram ter gostado. Um idoso, inclusive, lembrou que nos anos de 1990 foi ao show da banda Legião Urbana.

No encontro seguinte, antes de iniciar a leitura da crônica *Os bons ladrões*, foi perguntado se lembravam do encontro da semana anterior. Os idosos responderam: “falamos sobre os filhos, os sobrinhos e os diferentes tipos de amor”. Foi curioso perceber que suas respostas estavam mais relacionadas aos sentimentos e às relações interpessoais do que ao material usado.

Embora não se lembrando do poema nem da música utilizados no encontro anterior, foi possível notar que os participantes não se esqueceram das emoções despertadas e das discussões feitas a partir do contato com a leitura biblioterapêutica. A partir desses depoimentos, percebeu-se que os textos alcançaram seu objetivo terapêutico, uma vez que o que importou foram as emoções, os sentimentos e os diálogos provocados por eles.

Durante a leitura da crônica *Os bons ladrões*, os idosos ouviram com muita atenção, demonstrando interesse pela narrativa. Após a leitura, antes mesmo de responderem sobre o que sentiram e acharam do texto, um idoso contou que na semana anterior havia visto no jornal uma notícia de um ladrão que, após ter roubado uma carteira, decidiu devolver para a vítima, mas, diferentemente do que ocorre na crônica, o ladrão do noticiário foi preso.

Em seguida, outro idoso comentou que roubar é errado e os outros participantes começaram a falar sobre ladrões; por fim, um idoso criou um final alternativo para a crônica. Neste encontro, percebeu-se a socialização como outro efeito positivo da biblioterapia, visto que os participantes sentiram-se à vontade entre eles mesmos, fazendo comentários e piadas.

No terceiro encontro, foi lido o conto *Cego e seu amigo Gedeão à beira da estrada*, de Moacyr Scliar. Neste encontro, dois dos idosos que demonstravam maior interesse pelos textos e comentavam com mais entusiasmo, não puderam participar porque estavam indispostos por causa de dores e sob medicação. Com a ausência desses dois idosos, foi possível notar que os participantes tiveram dificuldade em perceber a ironia do conto.

Entretanto, ainda assim, os participantes presentes puderam desfrutar do momento da leitura e da presença dos outros companheiros. Comentários feitos ao final do conto, como “não sei se entendi muito bem o texto, mas fiquei assuntando o papel que você está lendo”, revelaram que o ambiente de leitura estimulou neles a catarse, que Caldin (2001) explica como um alívio de emoções advindos da biblioterapia, o qual permite um distanciamento de problemas pessoais do leitor.

Dessa forma, observou-se que para alguns idosos o sentido da biblioterapia deu-se, essencialmente, pela presença do grupo reunido e pelos diálogos com os companheiros. Nesse sentido, percebe-se que a biblioterapia pode impactar os participantes de maneiras diferentes, uma vez que para os idosos mais interessados pela literatura, música e arte, o impacto estava essencialmente no texto, enquanto para os outros, o impacto estava, principalmente, no processo de socialização ao redor do texto.

No encontro seguinte, antes de realizar a leitura do poema *As borboletas*, de Vinícius de Moraes, foi perguntado se eles gostavam ou tinham medo de borboleta, a fim de introduzir a temática natureza e a fragilidade dos seres. Os participantes enfatizaram que as borboletas são bonitas e coloridas, mas também explicaram que elas podem causar cegueira nas pessoas.

Durante a leitura do poema, os idosos ouviram com muita atenção. Na última estrofe: “e as pretas então, oh, que escuridão!”, um dos idosos riu, provocando risos nos

outros. Então ele explicou-se: “ri porque gostei muito da rima de todo o texto, mas em especial desse final”. Então, um dos participantes comentou sobre a descrição das borboletas do poema, e que apesar delas terem várias cores, “Deus considera todas as borboletas iguais”, provocando reflexões sobre as borboletas e os seres humanos.

Por fim, foi ouvida a música *As borboletas*, interpretada por Gal Costa. Os idosos teceram vários comentários positivos e disseram que se sentiram muito bem ao ouvir a música.

No último encontro, o objetivo era ouvir o que os idosos sentiram e perceberam a partir desses encontros de biblioterapia. Antes disso, foi lido o poema *Cidadezinha qualquer*, de Carlos Drummond de Andrade; para comentar sobre o poema, um dos participantes contou que em cidades pequenas “a vida parece andar muito devagar”, assim como o poema retrata, e que a partir do texto, lembrou-se de sua cidade e sentiu saudades. Os outros participantes quiseram contar sobre o que sentiram a partir dos encontros anteriores, relatando que estas atividades despertaram neles alegria, recordações e bem-estar.

Os resultados desta prática de biblioterapia mostraram-se surpreendentes, porque, inicialmente, houve uma preocupação de que os participantes poderiam sentir-se facilmente entediados com as leituras, uma vez que a maioria tinha nenhum ou pouco contato com a leitura literária. Entretanto, a partir de seus comentários durante as reuniões e de seus agradecimentos ao final de cada encontro, notou-se grande interesse e estima dos participantes por esta atividade.

As leituras, músicas, atividades lúdicas e os diálogos proporcionaram momentos de vulnerabilidade, para as duas partes. Tanto para os participantes, que confiaram suas histórias, memórias, perspectivas de vida e vivências do cotidiano e estiveram dispostos a participar dos encontros, quanto para quem mediou esta atividade, que ofereceu ouvidos e sentiu junto com os idosos saudades da família e dos amigos, como também de momentos de alegria, despertados pelos comentários advindos dos materiais escolhidos e das interações entre os idosos.

Portanto, ao selecionar os textos, é importante considerar se, para um público de residentes de asilo, é necessário evitar ou não textos que retratam temáticas como amores, morte e família, porque poderão surgir comentários que causarão melancolia, medo e nostalgia, e o mediador, por sua vez, precisa estar predisposto para conversar sobre tais assuntos.

Além disso, a partir desta pesquisa, percebeu-se que para realizar uma atividade de biblioterapia, independentemente da faixa etária dos participantes, o mediador precisa abandonar seus preconceitos e ouvir os participantes com atenção. No caso de participantes idosos, é importante não os considerar ingênuos e/ou tolos, mas pessoas que envelheceram. Ademais, é preciso compreender e respeitar suas limitações físicas e mentais, assim como a maneira como estas pessoas enxergam o mundo a sua volta, uma vez que viveram em outros períodos históricos e sociais.

Por fim, pensando na leitura como um instrumento de acesso à cultura e de aquisição de experiências, por vezes, para o idoso que já não tem condições físicas para ler um texto, ou o que não foi alfabetizado, fica vedada a possibilidade de fruição dos bens culturais que constituem o patrimônio literário da sociedade. Nesse sentido, observou-se a importância da leitura em voz alta para estes residentes do Lar da Providência.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Lê-se não apenas decodificando o texto, mas compreendendo-o, emocionando-se, dialogando com o texto e, no meio desse processo, conhecendo a si mesmo e o mundo em que se vive. Quando realizada de maneira individual, a leitura proporciona ao leitor momentos de fantasia e de experiências íntimas de construção de sentidos. Por outro lado, quando realizada em grupo, os leitores são capazes de construir, desconstruir e reconstruir novos sentidos para o texto, isso porque o ato de ler também envolve o ato de ouvir o outro.

A prática da leitura para fins terapêuticos esteve presente há séculos na história da humanidade, embora o termo biblioterapia tenha sido cunhado em um dicionário médico especializado apenas no século XX. A biblioterapia revela-se uma abordagem interdisciplinar e multifacetada, e está presente em diferentes ambientes, tais como asilos, hospitais, escolas, presídios e empresas. Sua prática busca potencializar a experiência da leitura, promovendo bem-estar emocional, lazer, recreação, socialização, entretenimento, desenvolvimento pessoal e/ou consolo, por meio de materiais bibliográficos e/ou não bibliográficos. Entende-se que a escolha do material deve ser pensada de acordo com o público, levando em consideração as particularidades dos participantes.

A partir da prática de biblioterapia para residentes do Lar da Providência, durante seis encontros, evidenciou-se que as atividades de leitura literária, música, dinâmica e diálogos proporcionaram momentos terapêuticos. Foi possível perceber que alguns participantes se beneficiaram dos encontros principalmente pela socialização realizada ao redor do texto. Em todas as reuniões, observou-se que enquanto um participante expressava sua opinião, os outros ouviam com atenção, sem interromper o companheiro, demonstrando, assim, uma escuta ativa, sendo este um aspecto valioso da leitura biblioterapêutica.

Esta atividade biblioterapêutica apresentou pontos positivos para os participantes, tais como as recordações de suas infâncias, os risos, o uso da imaginação e a interação com o grupo através do material escolhido. Diante disso, os participantes declararam disposição em continuar com as atividades, e, embora o foco não estivesse em despertar a formação de leitores e o interesse pela leitura, a biblioterapia possibilitou o contato com a leitura literária de crônica, conto e poemas de língua portuguesa aos residentes, além de músicas. Por isso, o estudo desta temática mostra-se relevante para que mais pessoas se beneficiem de leituras terapêuticas.

REFERÊNCIAS

- ABREU, A. C.; ZULUETA, M. A.; HENRIQUES, A. B. Biblioterapia: estado em questão. **Cadernos BAD**, Portugal, vol. 1, p. 95-110, 2013.
- ANTONELLO, I. C. F. Contar histórias e seu valor terapêutico. In: KETZER, S. M., AMODEO, M. T. e SISTO, C. **No mundo hospitalar, história também tem lugar**. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2013, p. 63-70.
- BAJOUR, C. *Oír entre líneas: el valor de la escucha en las prácticas de lectura*. **Revista Quaestio**, Sorocaba/São Paulo, Brasil, vol. 11, n. 2, p. 53-68, 2009.
- CALDIN, C. F. A leitura como função terapêutica: biblioterapia. **Encontros Bibli: revista eletrônica de biblioteconomia e ciência da informação**, Florianópolis/Santa Catarina, Brasil, vol. 6, n. 12, p. 32-44, 2001.
- CALDIN, C. F. **Leitura e terapia**. Tese de Doutorado, Programa de Pós-Graduação em Literatura da Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2009.
- CASTRO, R. B.; PINHEIRO, E. G. Biblioterapia para idosos: o que fica e o que significa. **Biblionline**, João Pessoa/Paraíba, Brasil, vol. 1, n. 2, 2005.
- COSSON, R. **Círculos de leitura e letramento literário**. São Paulo (SP): Contexto, 2019.
- FERREIRA, C. Z. H. S. **Biblioterapia aplicada a idosos: um novo desafio para as bibliotecas públicas portuguesas**. Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-Graduação em Ciências Documentais da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa, Portugal, 2013.
- FONSECA, K. H. O.; AZEVEDO, F. Biblioterapia: relato de uma experiência no lar de idosos em Braga - Portugal. **Revista ACB**, vol. 21, p. 381-389. 2016.
- GALLIAN, D. **A literatura como remédio: os clássicos e a saúde da alma**. São Paulo (SP): Martin Claret, 2017.
- JERÔNIMO, V. *et al.* Biblioterapia na melhor idade. **Revista ACB: Biblioteconomia em Santa Catarina**, Florianópolis, vol. 17, n. 2, p. 460-471, 2012.
- LIMA, W. C. O.; SILVA, M. C. O desenvolvimento da linguagem, leitura e letramento por meio da contação de histórias concepções de participantes do projeto de extensão “grupo abracadabra”. **Revista Panorâmica**. Edição Especial, p. 222-248, 2019.
- MARTINS, M. H. **O que é leitura?** São Paulo (SP): Brasiliense. 2006.
- PETIT, M. **Leituras: do espaço íntimo ao espaço público**. Tradução de Celina Olga de Souza. 1ª edição, São Paulo: Editora 34, 2013.
- RATTON, Â. M. L. Biblioterapia. **Revista Escola de Biblioteconomia da UFMG**, Belo Horizonte, vol. 4, n. 2, p. 198-24, 1975.
- SEITZ, E. M. **Biblioterapia: uma experiência com pacientes internados em clinica medica**. Florianópolis (SC): ACB, 2006.
- SILVA, E. T. **O ato de ler: fundamentos psicológicos para uma nova pedagogia da leitura**. São Paulo (SP): Cortez, 2002.