

6

Métodos e Técnicas – Construção do Instrumento de Levantamento de Dados

Com base nas informações já apresentadas com relação à prática musical, aos constrangimentos em músicos, às emoções e sentimentos e ao estado de *flow*, procedeu-se a elaboração de um instrumento de levantamento de dados que satisfizesse aos objetivos e questões da pesquisa, apresentados no capítulo 1. Este procedimento é descrito a seguir, desde a realização de entrevistas preliminares a fim de entender melhor o tema até a própria construção do instrumento, a aplicação do teste-piloto e as modificações necessárias.

6.1. Entrevistas Preliminares

Na fase inicial da pesquisa foram feitas algumas entrevistas preliminares a fim de conhecer melhor o que os músicos pensam ou o quanto conhecem sobre os possíveis prejuízos à saúde provocados pelas atividades musicais. As informações coletadas nessas entrevistas tinham como objetivo principal ajudar no processo de decisão sobre que caminho seguir na pesquisa uma vez que, nesta fase, a abordagem ainda era extremamente exploratória por conta do pouco conhecimento a respeito do tema.

As entrevistas foram do tipo semiestruturada que, de acordo com Moraes (1992), apresenta um certo grau de estruturação, guiando-se por uma relação de pontos de interesse que o entrevistador vai explorando ao longo do seu curso. Na ocasião, os pontos de interesse da pauta foram estabelecidos por 15 perguntas abertas com uma ordem pré-estabelecida, mas que podiam ser modificadas tanto na redação quanto na ordenação de acordo com o julgamento do entrevistador no decorrer do relato do entrevistado.

Em linhas gerais, as questões abrangiam as características das práticas musicais exercidas pelos entrevistados, o processo inicial de aprendizagem de cada um deles e se foi recebida alguma orientação a respeito de cuidados com o corpo a fim de prevenir dores, lesões e etc., a ocorrência de dores durante a prática musical e o conhecimento de terceiros que tenham tido problemas de

saúde por causa disso e opiniões dos entrevistados sobre a relação entre dor e prática musical. A pauta completa encontra-se no apêndice A.

6.1.1. Resultados das Entrevistas Preliminares

Foram 7 entrevistas, em uma amostra por conveniência³, realizadas com músicos com diferentes experiências mas que, de modo geral tocam apenas por hobby, entre os meses de junho e julho de 2011 nas cidades do Rio de Janeiro e de Manaus. As características da amostragem por conveniência determinou uma aleatoriedade na escolha dos entrevistados, sendo 6 homens e 1 mulher, na faixa etária de 22 a 31 anos, com uma média de 23,86 anos e que possuem de 5 a 15 anos de prática musical. O único requisito estabelecido previamente nesse processo era o de que os entrevistados deveriam ter no mínimo 5 anos de prática.

Todos os entrevistados afirmaram sentir dores/desconfortos durante ou após a prática musical. Entre as partes afetadas, estão: dedos, pulso, trapézio, lombar, ombros, costas e braço. Apesar disso, 2 dos respondentes declarou nunca ter tido nenhum tipo de orientação para evitar essas dores e desconfortos, 1 deles declarou também nunca ter parado para pensar sobre a questão de que a prática musical poderia trazer alguma consequência mais séria para a saúde.

Nesse contexto, apenas 2 dos entrevistados conheciam músicos que já tiveram problemas de saúde por causa de suas atividades e um terceiro mencionou o caso de músicos famosos como o pianista João Carlos Martins. Um dos que não sabia do caso de nenhum músico com problemas de saúde por causa da atividade musical comentou que essas questões devem ter maior importância para os músicos profissionais, justamente pelo fato de eles dependerem dessa atividade como fonte de renda, justificando aí o pouco conhecimento da questão por músicos amadores.

Todos os entrevistados concordaram com a afirmação de que “de alguma forma, a dor faz parte da profissão do músico”, mas consideram que deve-se tentar minimizá-la. Um dos respondentes comparou a atividade musical com os esportes ou a dança, nos quais se faz preciso que o corpo seja condicionado, a mesma relação que é feita com certa frequência na literatura sobre o tema (como em QUARRIER, 1993 e JOUBREL, 2001).

³ Amostra por conveniência, de acordo com Gil (2010), é quando são selecionados os elementos a que se tem acesso, admitindo que estes possam, de alguma forma, representar o universo estudado.

Quando questionados sobre estratégias para diminuir esses problemas, os entrevistados sugeriram: execução de alongamentos e aquecimentos; utilização de acessórios e instrumentos de qualidade; moderação nos exercícios, de acordo com o condicionamento do corpo; melhor formação dos instrutores musicais a respeito dos perigos que a prática musical pode trazer e a divulgação do tema por parte das publicações de música, fabricantes de instrumentos e associações de músicos, a fim de promover a conscientização dos músicos.

Um dos pontos mais interessantes foi com relação à questão de dor *versus* prazer na prática musical, cujos alguns trechos são transcritos a seguir:

“...quando o cara tá tocando, pelo menos eu penso que a gente esquece assim se tá doendo, a última coisa que tu vai pensar é se tá doendo... A gente toca, vai tocando, vai, vai, vai, vai, vai... É, só quando, realmente tá esgotada a emoção, não é nem a dor física, é, tá esgotada a emoção que a gente pára” (respondente 5)

“...Porquê cada instrumento que você toca você tem que se doar, existe uma certa (...) união assim, entre o músico e o instrumento. E, assim, todo instrumento vai te trazer algum tipo de dor (...) acho que tá no cotidiano da vida do músico essa ligação com o instrumento vai causar alguma coisa, não sei, algum (...) equilíbrio, não tem só prazer, tem que ter uma balança assim, eu acho” (respondente 3)

“... A última coisa que a gente pensa quando tá tocando é nas consequências. Não sei se isso é in consequência também (...) Mas é que a emoção, ela vai te levando (...) eu acho que eu ia sentir uma frustração, assim, e provavelmente por eu não poder culpar que fez o instrumento eu ia (...) me culpar (...)” (respondente 5)

A partir das informações obtidas nesse contato inicial com os músicos, ainda que amadores de modo geral, percebeu-se a importância dos fatores subjetivos presentes na prática musical já destacado por Costa (2003) ao falar da cultura da dedicação e foi aí que se decidiu por estudar melhor o modo como os músicos percebem a relação existente entre os constrangimentos ergonômicos e o prazer provenientes da prática musical.

6.2. Construção da Ferramenta de Pesquisa de Campo

Partindo-se da definição dos objetivos da pesquisa e das questões a serem estudadas (apresentados no Capítulo 1 e norteados pelas entrevistas preliminares), e com apoio na literatura utilizada até então, montou-se um instrumento para coleta de dados ao qual denominou-se “Instrumento de Levantamento de Dados Objetivos e Subjetivos das Atividades do Músico – LeDOS - Music” e cuja sigla será utilizada daqui em diante para facilitar a

compreensão do texto. O LeDOS - Music encontra-se estruturado da seguinte maneira: Parte 1 – Questionário autoplicado sob orientação do pesquisador (apêndice B); Parte 2 – Uma espécie de *card sorting*⁴ com palavras descrevendo emoções e sentimentos sentidos durante a prática musical (apêndice C); Parte 3 – Escalas de Avaliação também aplicadas em forma de questionário com questões a respeito do estado de flow (CSIKSZENTMIHALYI, 1997) e sobre a cultura da dedicação (COSTA, 2003) (apêndice D); Parte 4 – Entrevista semiestruturada abordando constrangimentos presentes na prática musical e a influência dos fatores emocionais dentro desse contexto (apêndice E). A seguir, cada uma dessas partes é melhor explicitada:

- Parte 1 – Questionário auto-aplicado, em papel, sob orientação do pesquisador, com uma maioria de questões fechadas e algumas abertas abordando (1) aspectos gerais da prática musical como a natureza da prática, a quantidade de horas dedicadas à atividade e há quanto tempo a exercem; (2) aspectos mais específicos, como a incidência de dores decorrentes da prática musical, a execução de alongamentos e aquecimentos, etc. e (3) outras questões como a prática de atividades físicas regulares, uso de computador, etc. Encontra-se também nessa primeira parte uma versão simplificada do diagrama de áreas dolorosas de Corlett & Manenica (apud IIDA, 2005) onde os respondentes devem apenas assinalar as partes do corpo onde sentem dores.

- Parte 2 – Conjunto de 24 cartões (figura 34) em cada qual está impressa uma palavra-conceito que descreve uma emoção e/ou sentimento (a mesma palavra pode se referir tanto a um quanto a outro) que possa ser sentida durante a prática musical. Os cartões devem ser entregues ao respondente, que selecionará as palavras que correspondem ao que ele sente durante a prática musical. A seguir, é pedido que ele tente ordenar as palavras selecionadas em

⁴ De acordo com Agner (2009), *card sorting* é uma técnica empregada para gerar modelos mentais dos usuários a respeito dos espaços de informação. O *card sorting* também pode ser chamado de classificação ou categorização de cartões. Classificar/categorizar significa agrupar entidades (objetos, ideias, ações) por semelhança. No caso desta pesquisa, utilizou-se o mesmo princípio pedindo que os instrumentistas classificassem/categorizassem as palavras-conceito (entidades) dadas nos cartões de acordo com o critério da existência delas ou não em suas atividades musicais e a seguir propusessem uma hierarquia com relação à intensidade de cada uma dessas entidades.

relação à maior ou menor frequência com que sente cada uma.



Figura 34- Cartões utilizados na segunda parte do instrumento.

De acordo com Pereira (1986), qualquer palavra tem um significado afetivo que pode variar de acordo com a pessoa, o povo etc. Isso se dá por conta de um sem número de variáveis envolvido na definição que as pessoas dão aos seus espaços semânticos afetivos. Essas variáveis incluem, por exemplo: nacionalidade, localização geográfica, quadro político-social-econômico-religioso de uma cultura, idioma nativo, variações físicas, psicológicas, estados emocionais etc. Para que se reduzam as distorções que possam ser geradas por conta disso, nos cartões também foi inserida uma breve descrição verbal da palavra-conceito em questão, também facilitando a compreensão do respondente. Essas descrições foram retiradas inicialmente do dicionário Miniaurélio Século XXI (FERREIRA, 2001).

A origem das palavras-conceito utilizadas é diversa: algumas foram retiradas do gráfico do estado de *flow* de Csikszentmihalyi (1997), apresentado no capítulo 5 (Preocupação, ansiedade, apatia, excitação/entusiasmo, tédio, controle e relaxamento); outras referem-se a características ou fatos relacionados à prática musical e foram determinadas a partir da experiência pessoal do pesquisador na área e das respostas obtidas nas entrevistas

preliminares (Prazer/satisfação, orgulho, dor, desconforto, felicidade, concentração, atenção, criatividade e reflexão) e para completar a lista foram utilizados os conceitos das escalas da ferramenta *POMS – Profile of Mood States* (MULTI-HEALTH SYSTEMS, 2011): tensão, ansiedade, raiva, hostilidade, fadiga, inércia, depressão, vigor e confusão. Alguns outros conceitos da ferramenta não foram utilizados, pois o significado em português coincidia com outros conceitos da mesma ferramenta. Além disso, o conceito ansiedade também aparece no grupo proveniente do gráfico do *flow*.

Pode-se ver de modo mais objetivo a origem de cada uma das palavras-conceito na tabela 4, a seguir:

Tabela 4 – Origem das palavras utilizadas na parte 2 do LeDOS – Music

Palavra-conceito	Origem
Prazer/ Satisfação	Características/Fatos
Dor	Características/Fatos
Felicidade	Características/Fatos
Atenção	Características/Fatos
Relaxamento	Gráfico do Flow
Preocupação	Gráfico do Flow
Orgulho	Características/Fatos
Desconforto	Características/Fatos
Concentração	Características/Fatos
Ansiedade	Gráfico do Flow / POMS
Apatia	Gráfico do Flow
Excitação/Entusiasmo	Gráfico do Flow
Tédio	Gráfico do Flow
Controle	Gráfico do Flow
Tensão	POMS
Hostilidade	POMS
Inércia	POMS
Vigor	POMS
Criatividade	Características/Fatos
Reflexão	Características/Fatos
Raiva	POMS
Fadiga	POMS
Depressão	POMS
Confusão	POMS

• Parte 3 – Esta parte do instrumento de pesquisa, assim como a primeira, consiste num questionário autoaplicado, em papel, sob orientação do pesquisador, onde é exposto um conjunto de 27 afirmações a serem respondidas de acordo com uma escala de Likert ⁵ na qual os respondentes devem indicar o quanto concordam ou discordam dessas afirmações. Utilizou-se uma escala de 5 pontos, cujos descritores vão do “discordo totalmente” ao “concordo totalmente” passando pelo ponto neutro central “não concordo nem discordo”. Os demais descritores são “discordo em grande parte” e “concordo em grande parte”, conforme exemplo da figura 35. As 22 primeiras questões referem-se a características do estado de *flow* de acordo com o que é descrito por Csikszentmihalyi (1997) e adaptadas às especificidades da prática musical e as 5 questões seguintes tratam de questões relacionadas à cultura da dedicação.

1) Quando estou tocando, não penso em nada além da música e do que está acontecendo ao meu redor () discordo totalmente () discordo em grande parte () não concordo nem discordo () concordo em grande parte () concordo totalmente
2) Antes de tocar uma música (em uma apresentação) já tenho definido de forma mais ou menos clara o que devo fazer nela. () discordo totalmente () discordo em grande parte () não concordo nem discordo () concordo em grande parte () concordo totalmente
3) Antes de tocar uma música (em uma apresentação), tenho de forma clara em minha mente a estrutura geral dessa música. () discordo totalmente () discordo em grande parte () não concordo nem discordo () concordo em grande parte () concordo totalmente
4) Quando estou tocando, é como se estivesse em um mundo próprio, isolado do que acontece fora daquele local. () discordo totalmente () discordo em grande parte () não concordo nem discordo () concordo em grande parte () concordo totalmente
5) Quando estou tocando, tenho uma noção mais ou menos clara do quão boa está sendo minha performance. (feedback imediato) () discordo totalmente () discordo em grande parte () não concordo nem discordo () concordo em grande parte () concordo totalmente
6) Algumas vezes me sinto entediado quando estou tocando () discordo totalmente () discordo em grande parte () não concordo nem discordo () concordo em grande parte () concordo totalmente

Figura 35- Trecho da parte 3 do LeDOS – Music.

• Parte 4 – Entrevista semiestruturada (assim como as entrevistas preliminares) que pretende explorar com mais profundidade, pela sua natureza qualitativa, como os músicos veem as questões abordadas, explicitando alguns pontos da primeira parte do instrumento de coleta e explorando de maneira mais subjetiva a relação entre os constrangimentos e as questões emocionais advindos da prática musical.

⁵ Escala de Likert, segundo Hair Jr. et al. (2010) é aquela que pede que os respondentes indiquem o quanto concordam ou discordam de uma série de afirmações sobre um tema. Em geral, o formato da escala é balanceado entre descritores favoráveis e desfavoráveis.

6.3. Teste Piloto e alterações na Ferramenta de Pesquisa de Campo

A fim de verificar como o LeDOS - Music seria recebido e interpretado pelos músicos e fazer modificações que possibilitassem uma melhor coleta das informações, procedeu-se a aplicação do mesmo com 8 músicos, como teste piloto, a partir do qual puderam ser feitas essas modificações e corrigir eventuais erros de digitação/formatação.

No questionário que constitui a **primeira parte** do instrumento de coleta de dados, houveram as seguintes alterações:

- Na pergunta de múltipla escolha sobre a natureza da prática musical desempenhada pelo respondente, onde ele deveria escolher entre “profissional”, “amador” e “biprofissional”, este último termo foi substituído por “sou profissional, mas tenho uma segunda profissão”, a fim de facilitar a compreensão uma vez que o termo é pouco utilizado;

- Inclusão da pergunta: “Quais estilos/gêneros musicais geralmente toca?” a ser respondida abertamente;

- Inclusão da pergunta: “Já chegou a consultar um outro músico sobre o assunto?” logo após a pergunta sobre a consulta com médicos;

- A pergunta “Quais aspectos da prática musical você acha que podem ser responsáveis por dores e desconfortos em músicos?” que na versão inicial era aberta, foi transformada em uma pergunta fechada onde se pedia para que enumerassem de 1 a 3, de acordo com a importância, 3 fatores que foram definidos a partir das respostas dadas abertamente e dos dados recolhidos pela pesquisa até então;

- Acréscimo do campo para preenchimento do endereço de e-mail para futuros contatos;

- Melhoramento do desenho do diagrama de dores, a fim de facilitar a compreensão de onde deveria ser assinalado.

- Redução no número de páginas de 2 para 1, a partir de uma melhor diagramação.

Na **segunda parte**, a única modificação foi a substituição do significado da palavra “tédio”, por um que a explicava melhor, a partir do original em inglês “boredom” de acordo com o dicionário *Oxford advanced learner’s dictionary* (HORNBY, 2005). Além disso, percebeu-se que quando se pedia para que os respondentes fizessem uma “sequência” ou uma “ordem” de palavras das que mais sentia para as que menos sentia, muitos entendiam que deveriam colocar

em uma ordem cronológica de quando sentiam no decorrer das atividades musicais. Isso fazia com que se perdesse muito tempo até que o respondente entendesse o que realmente deveria ser feito e, então passou-se a pedir que eles fizessem uma “lista” com as palavras, o que evitava essa falha de comunicação e poupava tempo.

Na **terceira parte**, das escalas de avaliação a respeito do estado de *flow* e cultura da dedicação, apesar de algumas questões apresentarem um número considerável de respostas nulas, após verificada a redação das mesmas optou-se por mantê-las inalteradas a fim de observar a resposta às mesmas junto a um número maior de respondentes. As únicas alterações foram com relação à ortografia. Houve também uma rediagramação dessa parte que reduziu o número de páginas de 3 para 2.

Na **quarta** e última **parte**, a entrevista, percebeu-se que as perguntas iniciais eram expostas de maneira muito repentinas após o questionário, além de haver uma quebra no tema da terceira parte (estado de *flow* e cultura da dedicação) para o tema do início da entrevista que trata dos constrangimentos de um modo geral, o que fazia com que os entrevistados não respondessem com naturalidade. Optou-se, então, por acrescentar duas perguntas iniciais a fim de explicitar melhor dois pontos já abordados na primeira parte e, ao mesmo tempo, contextualizar o tema da entrevista e deixar o entrevistado mais à vontade para responder às questões seguintes. As perguntas adicionadas foram: “Você alguma vez já sentiu algum tipo de dor ou desconforto físico durante tocar ou depois que tocou? (onde e que tipo de dor/desconforto)” e “E conhece alguém que já tenha tido problema de saúde por causa da atividade musical? (o que tocava/ que problema)”.

Além de consertar os erros existentes e melhorar algumas questões, a reformulação do LeDOS - Music fez com que as partes a serem preenchidas pelos músicos fossem reduzidas de 5 para 3 páginas, o que é favorável para que o respondente não ache a pesquisa cansativa antes mesmo de começar a respondê-la.

Após essa reformulação, o instrumento de levantamento de dados definitivo foi elaborado (conforme apresentado nos apêndices B, C, D e E) e pôde-se dar seguimento à pesquisa, aplicando-o junto a uma amostra de músicos instrumentistas, processo descrito no capítulo seguinte.