

7

Análise dos Dados Coletados

Com a versão definitiva do LeDOS – Music, procedeu-se então a sua aplicação junto a uma determinada amostra, conforme pode ser conferido neste capítulo. São apresentadas a seguir as características dessa amostra e dos respondentes e os dados objetivos e subjetivos obtidos nas 4 partes do instrumento de levantamento de dados.

7.1.

Determinação e Caracterização da Amostra

A amostragem utilizada na coleta de dados foi do tipo não probabilística por acessibilidade ou por conveniência na qual, de acordo com Gil (2010), são selecionados os elementos a que se tem acesso, admitindo que estes possam, de alguma forma, representar o universo estudado. Em algumas situações fez-se uso também da amostragem bola de neve ou por indicação, na qual os respondentes indicam outros respondentes potenciais (HAIR JR. ,et al, 2010), além de indicações eventuais, ocorreu de forma mais específica nas ocasiões em que, ao ser feita a coleta de dados com um músico, aproveitou-se a situação para fazer com outros músicos que tocavam na mesma banda do primeiro ou estavam no mesmo local.

De acordo com Hair Jr. et al. (2010), a amostra por conveniência se torna vantajosa por permitir que uma quantidade maior de respondentes sejam entrevistados em um menor tempo. A amostra bola de neve, por sua vez, é indicada pelo mesmo autor para situações em que a compilação de uma lista completa de unidades amostrais é muito difícil, como é o caso dos sujeitos alvo desta pesquisa. Este tipo de amostragem reduz os esforços de pesquisa em termos de tempo e dinheiro para se encontrar uma quantidade de respondentes suficiente, uma vez que os próprios respondentes indicam os outros. Pelo fato das duas concepções amostrais utilizadas (por conveniência e bola de neve) serem não probabilísticas, tem-se uma limitação na capacidade de generalização dos resultados para os membros da população-alvo. No entanto, esses tipos de amostragens se mostram mais úteis em pesquisas qualitativas,

concepção que norteia os objetivos dessa pesquisa.

Toda a coleta foi realizada com músicos profissionais, amadores e biprofissionais da cidade de Manaus. Num primeiro momento, nos meses de janeiro e fevereiro de 2012 realizou-se uma primeira fase de coleta com 9 amadores, 6 biprofissionais e 1 profissional. Num segundo momento de coleta, no mês de agosto de 2012 a pesquisa foi feita com mais 23 músicos, sendo 18 profissionais e 5 biprofissionais .

7.1.1. Perfil dos Respondentes

No total foram 39 respondentes, sendo 9 músicos amadores, 11 biprofissionais e 19 profissionais (conforme mostrado na figura 36) e todos eles com atividades e experiências bem distintas no meio musical. A aleatoriedade da amostra proporcionou que se obtivesse um grupo bem heterogêneo também com relação ao instrumento principal de cada um, sendo 12 violonistas/guitarristas, 12 percussionistas/bateristas, 6 contrabaixistas, 6 instrumentistas de sopro, 2 que tocam instrumentos de teclado e 1 violinista (conforme o gráfico da figura 37).

As quantidades de indivíduos por grupo (tanto dos tipos de atividade quanto dos instrumentos) foi determinada no processo amostral não probabilístico já descrito (e não previamente) e, conforme afirma Hair Jr et al. (2010), isso se baseia no pressuposto de que os indivíduos “recrutados” dessa maneira são semelhantes à população-alvo geral definida com relação às características estudadas. O mesmo aconteceu com variáveis como idade e sexo. No entanto, cabe salientar que, no processo de análise dos dados, foram consideradas relevantes apenas as diferenças com relação aos tipos de atividades e, por vezes, aos instrumentos tocados, como se pode perceber posteriormente neste capítulo. Sexo e idade não foram priorizados nessas análises, o que não impede que seja feito em pesquisas posteriores, desde que adaptados os instrumentos de coleta e o processo de amostragem de modo a salientar essas variáveis.

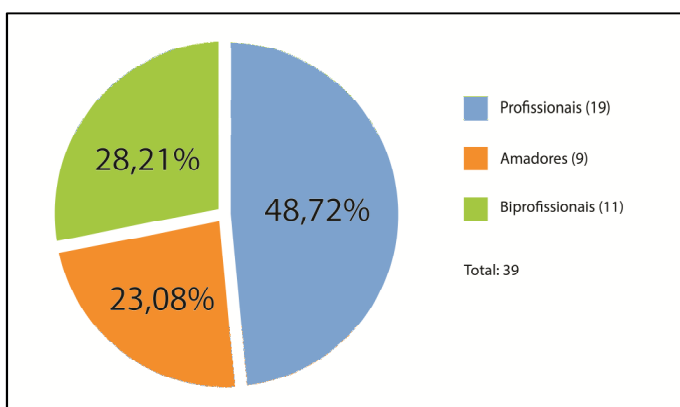


Figura 36- Gráfico representando a porcentagem de músicos profissionais, amadores e bipoissionais.

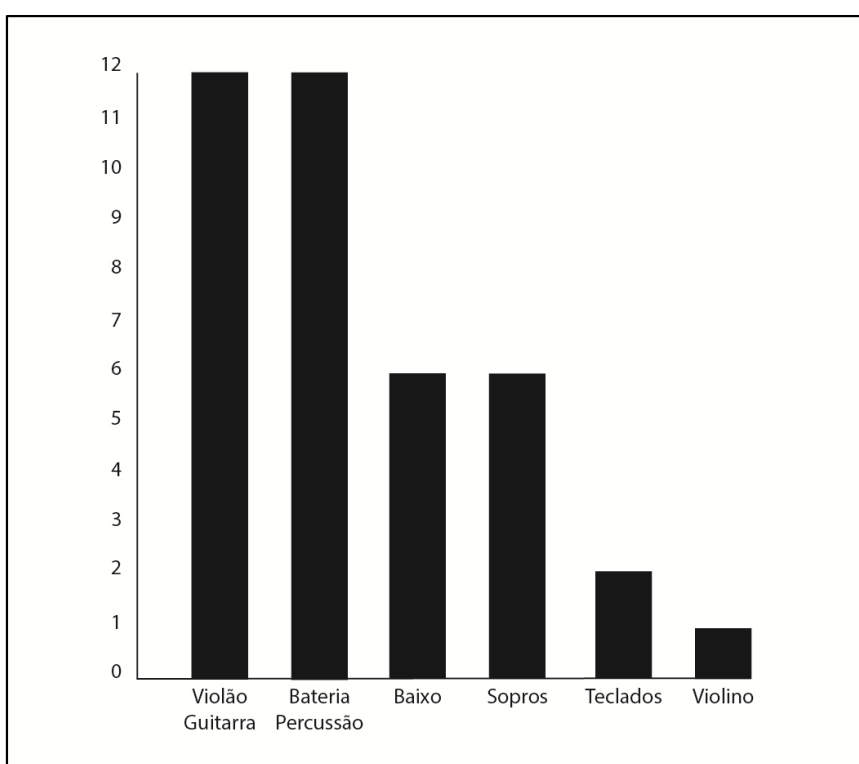


Figura 37- Gráfico representando a quantidade de músicos que toca cada instrumento.

Os respondentes são todos do **sexo** masculino e a **idade** dos mesmos varia de 21 a 47 anos, com uma média de 30,54 anos e desvio padrão de 7,54 anos. Entre os grupos não se apresenta muita diferença de idade. Apenas os amadores têm uma média menor (24 anos), enquanto profissionais e bipoissionais possuem uma média quase igual (32,63 anos e 32,27 anos, respectivamente). Quanto ao **tempo de experiência**, foi perguntado aos respondentes há quanto tempo tocavam o instrumento principal e há quanto tempo eram músicos. Ocorreu que alguns se consideravam músicos desde que

começaram a tocar um instrumento enquanto outros consideravam-se a partir de uma data em que a atividade musical passou a ser desenvolvida de forma mais séria ou regular, além disso há casos de músicos que no decorrer de sua carreira trocam de instrumento principal. Desta forma, em alguns respondentes o tempo como músico era maior que o tempo que toca o instrumento principal e em outros a situação era inversa. Considerou-se, então, sempre o maior valor entre os dois como mensuração da quantidade de anos que a pessoa se dedica a alguma atividade musical. A partir desses dados obteve-se uma média de 16,97 anos de prática musical na amostra, com alguma diferença entre os grupos, conforme mostra a tabela 5, a seguir, onde se percebe menos anos de prática no grupo dos amadores:

Tabela 5- Tempo de prática (anos) dos músicos da amostra

	Amplitude (anos)	Média (anos)	Desvio padrão (anos)
Geral	5 a 36	16,97	7,61
Profissionais	9 a 36	18,05	7,19
Amadores	5 a 15	11,22	3,12
Biprofissionais	9 a 33	19,82	8,43

Se nos anos de prática, não se percebe uma diferença muito grande entre os grupos, na **quantidade de horas semanais** dedicadas às atividades musicais essa diferença se faz mais notável, conforme a tabela 6, diferença esta que deixa claro o quanto é exigido dos profissionais em termos de dedicação de tempo.

Tabela 6- Quantidade de horas semanais dedicadas à atividade musical

	Média (horas semanais)
Profissionais	39,63
Amadores	6,06
Biprofissionais	14,73

Quanto à **formação musical**, ela é bem diversificada e, quando observados os grupos isoladamente, percebe-se, por exemplo, a predominância do ensino superior entre os músicos profissionais e a de escolas de música entre os músicos amadores (conforme tabela 7).

Tabela 7- Formação musical dos músicos da amostra.

	Ensino Superior em Música		Escola de Música		Professor Particular		Autodidata	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Geral	16	41,03%	16	41,03%	7	17,95%	14	35,90%
Profissionais	13	68,42%	6	31,58%	5	26,32%	5	26,32%
Amadores	0	0,00%	8	88,89%	2	22,22%	3	33,33%
Biprofissionais	3	27,27%	2	18,18%	0	0,00%	6	54,55%

Quanto ao **tipo de trabalho** exercido, também há uma diversificação, com exceção dos amadores, onde todos os respondentes tocam exclusivamente com bandas fixas. Já entre os profissionais há um predomínio de atuação em orquestra, tendo também boa representatividade bandas fixas e *freelances*, assim como nos biprofissionais, com a diferença de que neste grupo a maior representatividade se dá pelas bandas fixas (conforme a tabela 8).

Tabela 8- Tipo de trabalho dos músicos da amostra

	Bandas Fixas		Freelancer		Orquestra		Outro	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Geral	27	69,23%	10	25,64%	18	46,15%	4	10,26%
Profissionais	9	47,37%	7	36,84%	16	84,21%	3	15,79%
Amadores	9	100,00%	0	0,00%	0	0,00%	0	0,00%
Biprofissionais	9	81,82%	3	27,27%	2	18,18%	1	9,09%

Outras informações coletadas pelo questionário, como os estilos/gêneros musicais tocados, tempo que passa dirigindo carro e usando computador e atividades de lazer acabaram não sendo relevantes nesse estudo. No entanto, podem ser de maior utilidade em pesquisas feitas com grupos menores de músicos ou até mesmo em estudos sobre um único indivíduo, ou caso a pesquisa seja mais focada nesses tópicos, merecendo uma abordagem mais profunda que a do presente trabalho.

7.2.

Ocorrência de dores e comportamentos relacionados à prática musical

Todos os 39 respondentes responderam que **já sentiram dores ou desconfortos** enquanto estavam tocando ou depois de ter tocado. Ao marcarem as partes do corpo onde já sentiram dor, tanto profissionais quanto amadores e

biprofissionais indicaram, em média, entre 4 e 5 partes. Quanto às partes que indicam, existem certas tendências, de acordo com o instrumento tocado. Por exemplo: guitarristas/violonistas, por exemplo, sentem mais dores no pescoço, ombros, punhos, mãos e nas costas; bateristas/percussionistas sentem mais nos punhos e nas partes média e inferior das costas; e baixistas sentem mais no pescoço e ombros. Pode-se observar melhor esses dados nos gráficos das figuras 38, 39 e 40.

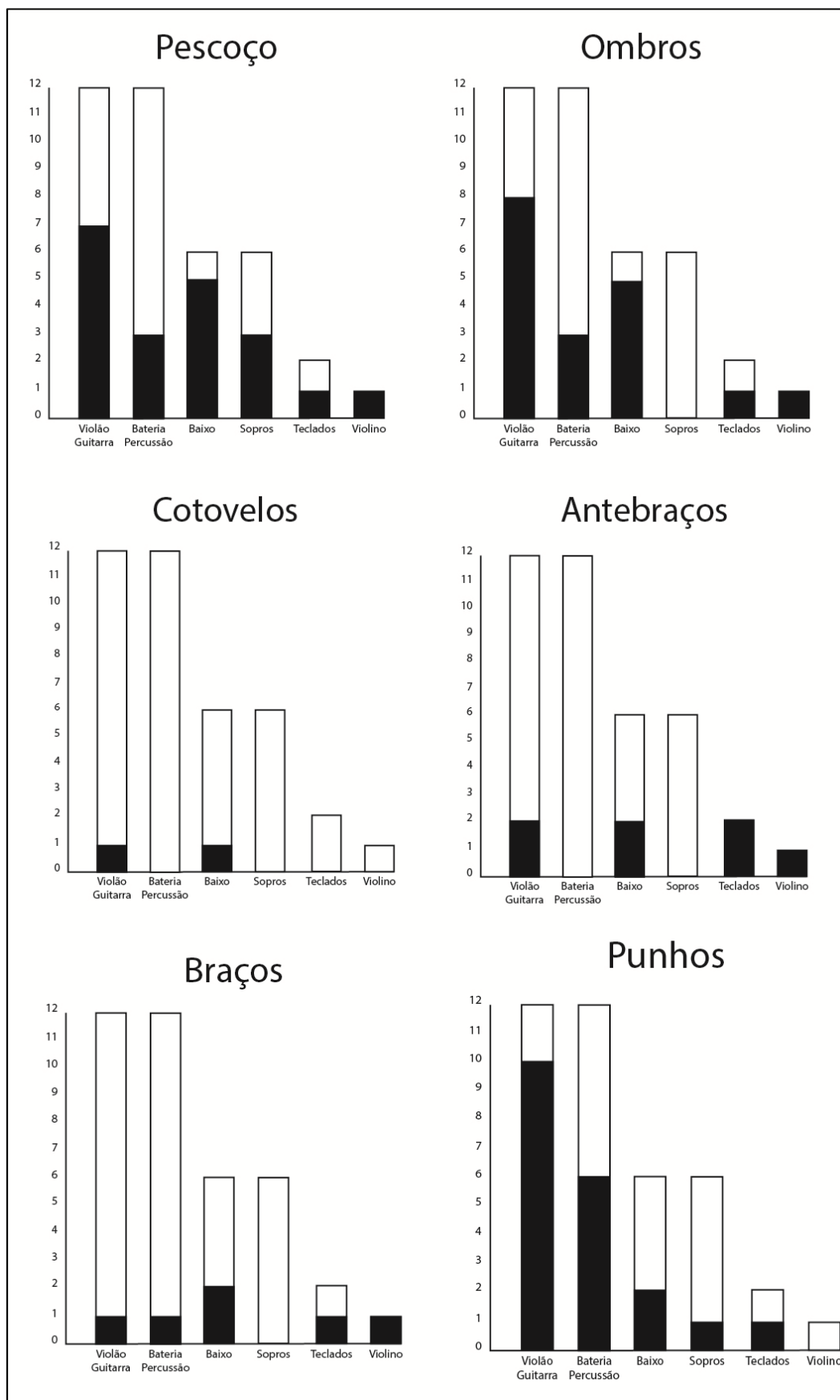


Figura 38- Relação entre partes do corpo afetada por dores e os instrumentos tocados (1/3)

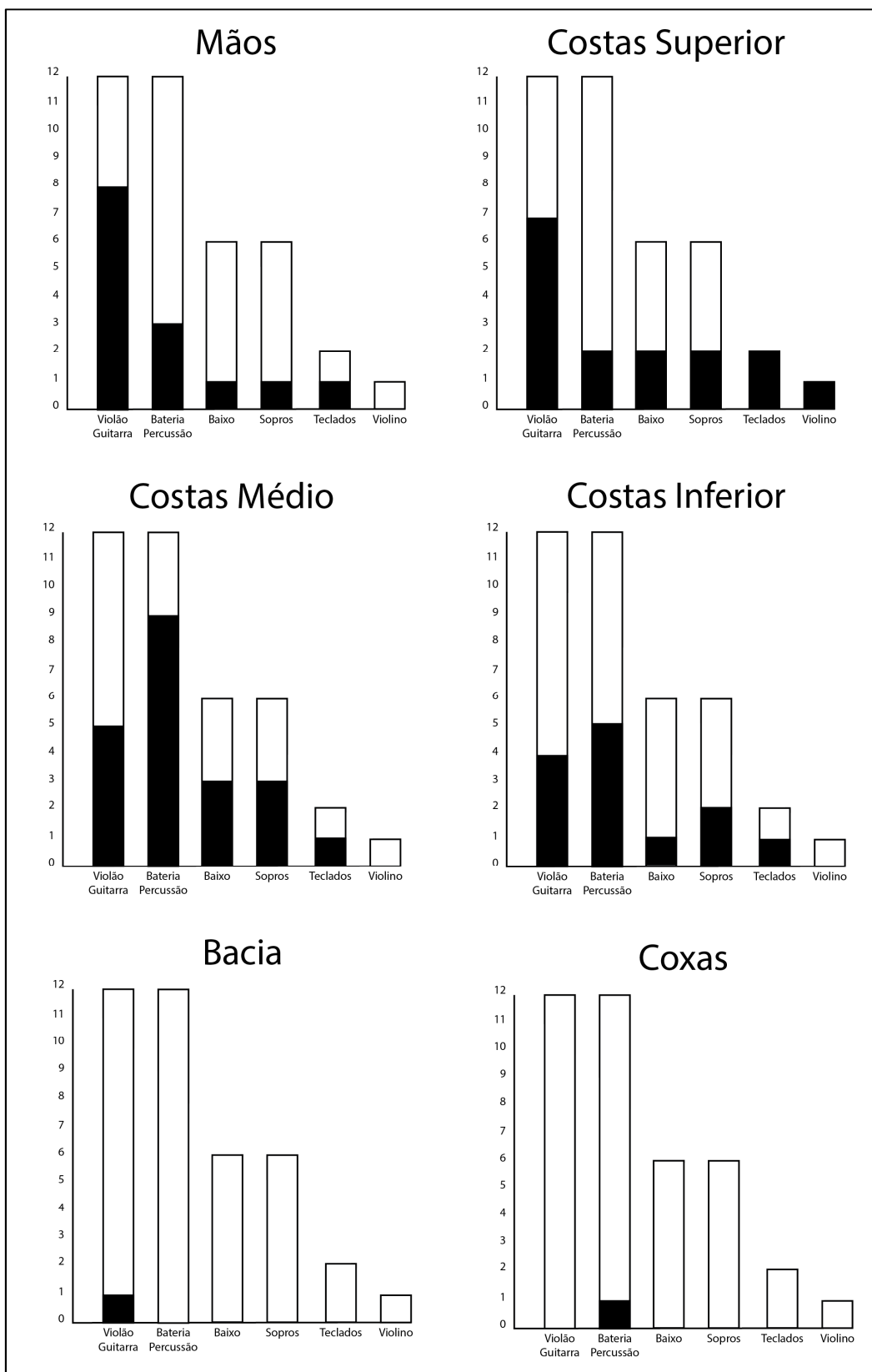


Figura 39- Relação entre partes do corpo afetada por dores e os instrumentos tocados (2/3)

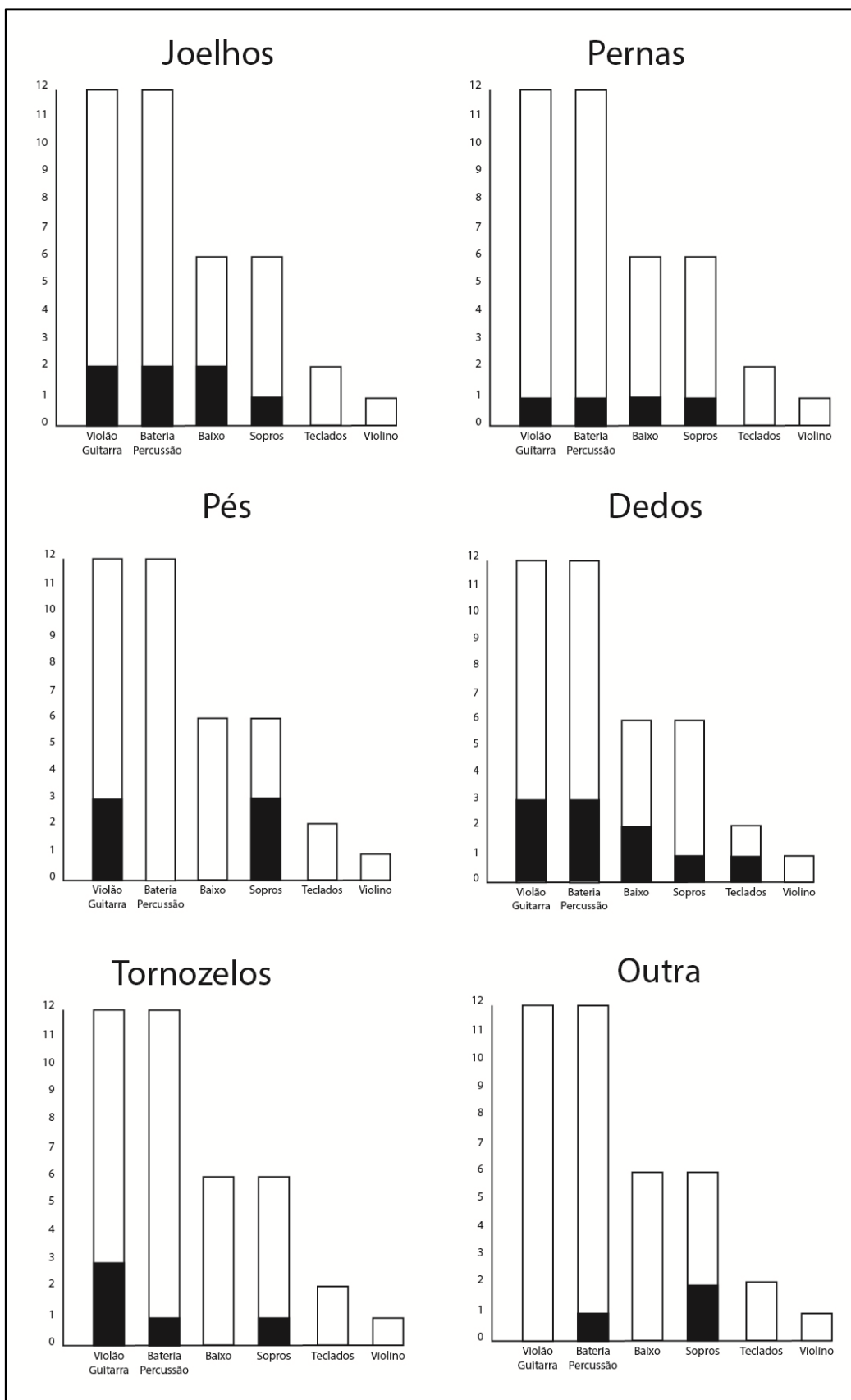


Figura 40- Relação entre partes do corpo afetada por dores e os instrumentos tocados (3/3)

Quanto à **procura de informação** sobre essas dores, 41,03% dos músicos que responderam a pesquisa afirmaram já ter procurado um médico com esta finalidade e 51,28% já consultaram outro músico a respeito disso. De modo geral, esse percentual é mais acentuado entre os profissionais, conforme se pode observar na tabela 9. Dentre os respondentes, 23,08% declararam que já foram **impedidos alguma vez de tocar** por conta de dores ou desconfortos, existindo pouca variação entre os três grupos. Quanto ao conhecimento de outros músicos que já tiveram problemas de saúde por conta da atividade musical, os números são bem maiores, com um percentual de 82,05% e que chega a 94,74% entre os profissionais. Estes dados também podem ser observados na tabela 7 e corroboram o quanto os constrangimentos sofridos por músicos estão presentes na prática musical, ao contrário de serem apenas casos isolados.

Tabela 9- Respostas das questões 14, 15, 16 e 18 do questionário.

	Consulta a médico	Consulta a colega	Já foi impedido de tocar	Conhece alguém
Profissionais	52,63%	78,95%	21,05%	94,74%
Amadores	22,22%	33,33%	22,22%	55,56%
Biprofissionais	36,36%	18,18%	27,27%	81,82%
Geral (N)	41,03% (16)	51,28% (20)	23,08% (9)	82,05% (32)

Foram apresentados aos respondentes 3 **fatores de risco**, que poderiam ser responsáveis pelas dores e desconfortos em músicos, e pediu-se que eles numerassem de 1 a 3 de acordo com o que achavam que seria o mais influenciador ao menos influenciador. A partir da soma simples dos valores atribuídos pelos músicos aos 3 fatores, percebeu-se que tanto profissionais quanto amadores e biprofissionais, de modo geral, escolheram as “características dos instrumentos e acessórios” como o fator mais influenciador, seguido pelas “deficiências técnicas do instrumentista” e, por último, as “exigências técnicas do repertório”. No entanto, estes questionamentos a respeito da opinião dos músicos sobre os fatores de riscos principais podem ser melhores averiguados em pesquisas futuras onde haja uma maior refinação nos fatores de riscos expostos e das escalas de medida utilizadas.

Quanto a comportamentos relacionados à **prevenção dos constrangimentos**, de acordo com os respondentes, 43,59% fazem **aquecimento** muscular antes de tocar, 56,41% fazem **alongamento** antes de tocar e 23,08% depois de tocar, 69,23% fazem **pausas** enquanto estão

desenvolvendo atividades com o instrumento e 64,10% praticam **atividades físicas** regularmente. A variação entre os grupos pode ser observada na Tabela 10 a seguir:

Tabela 10- Respostas das questões 9, 10, 11, 12 e 19 do questionário.

	Aquecimento muscular	Alongamento antes	Alongamento depois	Pausas/ intervalos	Atividade Física
Profissionais	63,16%	63,16%	36,84%	89,47%	63,16%
Amadores	11,11%	33,33%	0,00%	44,44%	66,67%
Biprofissionais	36,36%	63,64%	18,18%	54,55%	63,64%
Geral (N)	43,59% (17)	56,41% (22)	23,08% (9)	69,23% (27)	64,10% (25)

Pode-se perceber, por exemplo, que, com exceção da prática de atividades físicas regularmente, os músicos amadores são os que menos tomam medidas para evitar os constrangimentos. No outro extremo, de modo geral, os profissionais são os que mais declaram terem esses comportamentos preventivos.

7.3.

Sentimentos/emoções presentes na prática musical

Com relação aos sentimentos e/ou emoções vivenciados pelos respondentes durante o exercício das atividades musicais, a segunda parte da pesquisa, como mostrado no capítulo anterior, pedia que os mesmos identificassem (de uma lista de 24 palavras conceito) quais eles geralmente sentiam durante essas atividades e, a seguir, ordenassem da que sentiam mais para a que sentiam menos.

De posse da lista de cada um dos respondentes, atribuiu-se valores a cada uma das palavras conceito da seguinte forma: a primeira palavra de cada lista recebeu o valor 24, a segunda o valor 23 e assim sucessivamente decrescente até a última palavra da lista. As palavras não escolhidas pelo respondente receberam o valor 0 (zero). Depois se efetuou a soma dos valores que cada palavra recebeu em todas as listas e a seguir dividiu-se essa soma pelo número total de respondentes (39) ou pelo número de respondentes de cada grupo, no caso da análise separada.

A palavra felicidade, por exemplo, recebeu os seguintes valores : 24; 21; 23; 21; 20; 17; 24; 22; 23; 19; 22; 17; 23; 24; 15; 20; 24; 22; 22; 18; 24; 22; 23; 19; 23; 16; 24; 23; 24; 23; 19; 20; 18; 24; 17; 20; 18; 0; 0. A soma destes valores é 778 e dividida por 39 resulta em 19,95.

A partir dos resultados de cada uma das palavras conceito pode-se elaborar uma tabela com a presença relativa de cada uma delas na prática musical de acordo com os próprios músicos. Apesar de não proporcionar uma medida tangível, as diferenças numéricas entre elas permite que se tenha uma noção de como os respondentes caracterizam essa presença de emoções/sentimentos na sua prática.

A tabela 11, a seguir, mostra os valores resultantes de cada palavra de modo geral e também em cada um dos grupos analisados:

Tabela 11- Pontuação dos sentimentos/emoções.

Sentimentos/grupos	Profissionais	Amadores	Biprofissionais	TOTAL
Prazer / Satisfação	20,26	21,11	22,36	21,05
Felicidade	20,05	17,67	21,64	19,95
Excitação / entusiasmo	18,79	18,89	18,91	18,85
Atenção	18,16	17,89	18,46	18,18
Criatividade	17,16	20,44	16,27	17,67
Concentração	17,74	18,67	16,18	17,51
Controle	15,58	13,78	15,27	15,08
Orgulho	13,68	15,44	14,27	14,26
Vigor	11,42	11,67	9,55	10,95
Reflexão	11,53	13,89	7,46	10,92
Relaxamento	8,74	9	8,82	8,82
Ansiedade	8,58	11,11	3,46	7,72
Fadiga	7,84	8,56	6,82	7,72
Tensão	8,74	7	5,46	7,41
Dor	5	4,67	5,91	5,18
Preocupação	6,9	5,89	1,64	5,18
Desconforto	3	3,67	5,18	3,77
Raiva	4	0	2,91	2,77
Tédio	3	2,11	2,09	2,54
Inércia	2,26	2,56	1	1,97
Apatia	2,47	0	1,18	1,54
Hostilidade	1,9	1,11	1,09	1,49
Depressão	1,58	0	0,91	1,03
Confusão	0,53	1,22	0	0,54

De modo geral, pode-se perceber que as emoções/sentimentos que, de acordo com o senso comum, são consideradas **positivas** ocuparam as 11

primeiras posições, enquanto as que são normalmente consideradas **negativas** ocuparam as 13 posições seguintes. No entanto, também se deve considerar que esse julgamento é relativo: “raiva” ou “hostilidade”, por exemplo, apesar de serem normalmente consideradas negativas, podem ser úteis na execução de determinadas músicas que exijam mais agressividade. Da mesma forma, “controle”, por exemplo, pode não ser visto como algo muito positivo, dependendo do objetivo musical.

Vale ressaltar também que os valores mostrados na tabela são resultados coletivos dos grupos. Individualmente nem sempre ocorre essa divisão com as palavras positivas no início e as negativas no final. No respondente 19, por exemplo, tem-se a seguinte sequência, onde emoções/sentimentos negativos aparecem no meio da lista, antes de vários positivos: Prazer/Satisfação; Felicidade; Excitação/Entusiasmo; **Fadiga**; **Dor**; Criatividade; Orgulho; Controle; Concentração; Atenção. Outro exemplo é o respondente 29, cuja lista tem um predomínio de palavras negativas: **Tédio**; **Ansiedade**; **Apatia**; **Preocupação**; Reflexão; Controle; **Inércia**; Atenção; **Depressão**. No entanto, pode-se perceber que, de modo geral, os músicos vêm suas atividades de modo muito positivo. Mesmo que existam emoções/sentimentos negativos, o que ganha mais destaque são os positivos.

Entre os 3 grupos de músicos também podem-se notar algumas diferenças. Os amadores relatam valores mais altos que os outros grupos quando se trata de criatividade, orgulho, reflexão, ansiedade, fadiga, inércia e confusão, possuem valores mais baixos quando se trata de felicidade, controle e dor e não relataram raiva, apatia ou depressão. Os valores dos biprofissionais, por sua vez, indica que eles sentem mais felicidade e prazer/satisfação do que os outros grupos e sentem menos vigor, reflexão, ansiedade, fadiga, tensão, preocupação e inércia, além de não relataram sentir confusão. Apesar disso, também é o grupo que sente mais dor e desconforto. Já os profissionais são os que sentem mais tensão, preocupação, raiva, tédio, apatia, hostilidade e depressão e sentem menos prazer/satisfação que os demais. No entanto, é o grupo que possui o menor valor para desconforto.

Outra análise a ser feita é com relação às emoções/sentimentos presentes no gráfico do *flow* apresentado no Capítulo 5 (CSIKSZENTMIHALYI, 1997), apresentados separadamente na tabela 12, a seguir:

Tabela 12- Pontuação dos sentimentos/emoções relacionados com o estado de *flow* por Csikszentmihalyi (1997)

Sentimentos/grupos	Profissionais	Amadores	Biprofissionais	TOTAL
Excitação / entusiasmo	18,79	18,89	18,91	18,85
Controle	15,58	13,78	15,27	15,08
Relaxamento	8,74	9	8,82	8,82
Ansiedade	8,58	11,11	3,46	7,72
Preocupação	6,9	5,89	1,64	5,18
Tédio	3	2,11	2,09	2,54
Apatia	2,47	0	1,18	1,54

Quando se colocam esses valores no gráfico (apresentado na figura 41), pode-se perceber quanto mais próximo da região do *flow* maiores são os valores e vice-versa, de modo que a apatia, oposta ao *flow*, tem o menor valor (1,54). Isto pode indicar uma tendência de ocorrência do estado de *flow* na prática musical, o que vem sendo sugerido nesta pesquisa como um dos fatores para que os músicos não deem muita atenção às dores e desconfortos provenientes desta prática.

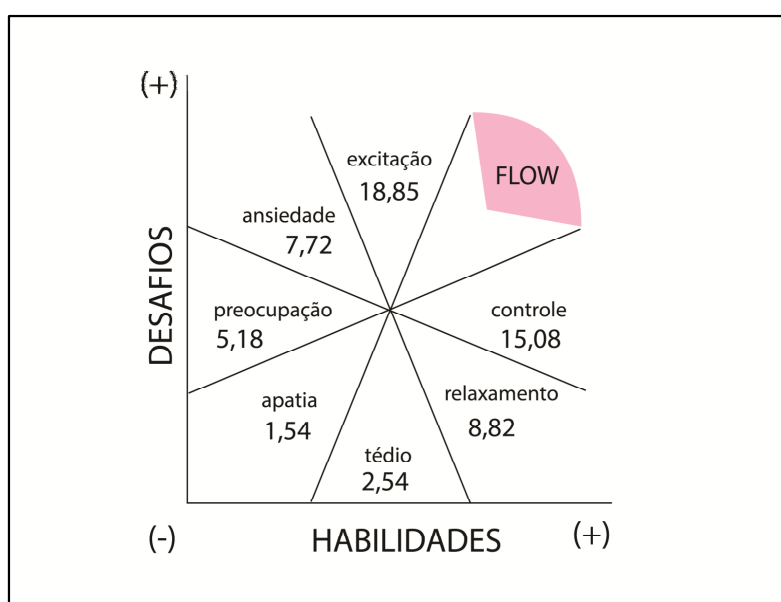


Figura 41- Sobreposição da pontuação dos sentimentos/emoções relacionados com o estado de *flow* sobre o gráfico de Csikszentmihalyi (1997).

7.4. Teoria do *Flow* e Cultura da Dedicção

Na terceira parte do LeDOS - Music, foram dadas 27 afirmativas aos respondentes para que respondessem, numa escala de Likert, o quanto

concordavam ou não com as mesmas. As 22 primeiras questões são relacionadas ao estado de *Flow* e as 5 últimas são relacionadas à cultura da dedicação, conforme já explicado no capítulo anterior. Os resultados obtidos são resumidos a seguir.

Algumas das questões relacionadas ao **flow** tratavam do quão os músicos ficam envolvidos com as suas atividades no momento em que as estão realizando, uma vez que uma das características do *flow* é o profundo envolvimento do indivíduo com a atividade que o leva a esse estado (questões 1; 4; 7; 11; 12 e 16):

- 64,10% dos respondentes (25) concordaram com a afirmação de que quando estão tocando não pensam em nada além da música e do que está acontecendo ao redor. Dentre os profissionais, essa porcentagem é reduzida para 57,89%. Nos amadores chega a 66,67% e nos biprofissionais chega à maior porcentagem de concordância, com 72,73%;

- Também 64,10% dos respondentes (25) concordaram com a afirmação de que quando estão tocando é como se estivessem num mundo próprio, isolado do que acontece fora daquele local. Curiosamente, nesta questão os maiores percentuais foram dos músicos profissionais, com 68,42%, enquanto amadores ficaram com 55,56% e os biprofissionais com 63,64%;

- 71,79% dos respondentes (28) concordaram que quando estão tocando sentem como se estivessem vivendo intensamente. Assim como na primeira questão, a porcentagem dos profissionais é menor (68,42%) e do amadores e biprofissionais maior (77,78% e 72,73% respectivamente);

- 46,15% dos respondentes (18) concordam que quando estão tocando se sentem em completa harmonia com tudo ao redor. Profissionais, amadores e biprofissionais têm média bem parecida nesta questão (47,37%; 44,44% e 45,45% respectivamente);

- A harmonia dentro do próprio indivíduo, por sua vez, alcançou números maiores. 64,10% dos respondentes (25) concordaram com a afirmação de que quando estão tocando sentem como se a mente e o corpo fossem um só. Analisando os grupos separadamente, percebe-se que entre os amadores não houve diferença entre os números desta questão e a anterior (44,44%). Entre os biprofissionais, no entanto, a porcentagem subiu para 54,55% e entre os profissionais chegou a 78,95% de concordância;

- 76,92% dos respondentes (30) concordaram que quando estão tocando sentem-se profundamente envolvidos, como se nada mais importasse. Esse número é mais alto entre profissionais e biprofissionais (78,95% e 81,82%

respectivamente). Já entre os amadores a porcentagem é de 66.67%.

As respostas dadas a essas afirmativas sugerem que os músicos profissionais se vêm de modo muito concentrado e centrado quando estão tocando, no entanto sem deixar se levar tanto pelos sentimentos quanto os músicos amadores, por exemplo, que parecem ser mais arrebatados por esses sentimentos (maior porcentagem de concordância sobre se sentir vivendo intensamente enquanto toca) e terem menor foco objetivo nas questões musicais.

As afirmativas 2 e 3 tratavam de outra característica do *flow*, na qual os indivíduos já sabem o que devem fazer antes de começar a atividade. Em ambas, obteve-se as mesmas porcentagens, tanto de modo geral quanto nos grupos. Desta forma, 97,44% dos respondentes concordaram que antes de tocar uma música (em uma apresentação) já têm definido de forma mais ou menos clara o que devem fazer e que já têm de forma clara na mente a estrutura geral daquela música. Os valores para profissionais, amadores e biprofissionais é de 94,74%; 100% e 100% respectivamente. Essa porcentagem menor para os profissionais pode ser justificado talvez pelos estilos musicais tocados, alguns que exigem maior improvisação que outros e também pelo fato de muitas das vezes os profissionais tocarem com diversas bandas, enquanto amadores e biprofissionais normalmente tocam apenas em uma ou em um número reduzido de bandas, de modo que esses dois últimos grupos estão acostumados a tocar repertórios menores.

A afirmativa 5 trata do *feedback* imediato proporcionado pelo estado de *flow*. 66,67% dos respondentes concordam que quando estão tocando têm uma noção mais ou menos clara do quão boa está sendo a sua performance. A maior porcentagem é entre amadores (77,78%), seguida pelos profissionais (68,42%) e por último os biprofissionais (54,55%).

As afirmativas 9 e 10 tratavam da distorção do tempo, também característica do estado de *flow*. 71,79% dos respondentes (28) concordaram quando estão tocando perdem a noção do tempo. A porcentagem é maior entre os amadores (88,89%) e menor entre profissionais (68,42%) e biprofissionais (63,64%). Com uma porcentagem um pouco menor, 69,23% dos respondentes (27) concordaram que quando estão tocando o tempo parece passar mais depressa. Dos que responderam afirmativamente a questão anterior, apenas 1 não o fez, considerando que existe uma distorção do tempo mas não necessariamente que seja mais depressa. Nesta afirmativa, os percentuais de amadores e biprofissionais permaneceram idênticos ao da anterior e o dos

profissionais reduziu para 63,16%.

No estado de *flow*, não se sente felicidade durante a execução da atividade, uma vez que este sentimento iria tirar o foco do indivíduo. Normalmente a felicidade é sentida posteriormente. Este fato foi abordado nas afirmativas 13 e 14. 82,05% dos respondentes (32) concordaram com a afirmativa de que normalmente se sentem feliz ao final de uma apresentação e 84,62% (33) concordaram que normalmente se sentem feliz nos intervalos entre uma música e outra. Em ambas o percentual dos profissionais foi de 73,68% e dos biprofissionais foi de 90,91%. Entre os amadores, a primeira questão ficou com 88,89% e a segunda com 100%. Percebe-se aqui novamente números que indicam que os profissionais se deixam levar menos pelos sentimentos durante a prática do que amadores e biprofissionais.

As afirmativas 15 e 18 tratavam da integração das atividades musicais com o restante da vida do músico. 84,62% dos respondentes (33) concordaram que tocar é a coisa que mais gostam de fazer. Esse número é maior entre os profissionais (89,47%) e menor entre amadores e biprofissionais (77,78% e 81,82% respectivamente). 79,49% dos respondentes (31) concordaram que sentem como se o trabalho como músico estivesse completamente integrado ao resto de suas vidas. Esse percentual é novamente maior entre profissionais (89,47%) e menor entre amadores e biprofissionais (55,56% e 81,82% respectivamente).

As afirmativas 20, 21 e 22 abordaram o fato do estado de *flow* se caracterizar por altos níveis de desafio e de habilidade. 79,49% dos respondentes (31) concordaram que se sentem mais motivados quando toca uma música que exige mais das suas habilidades (profissionais: 78,95%; amadores:66,67%; biprofissionais: 90,91%). A porcentagem aumenta para 94,87% (37) quando concordam que se sentem mais focados quando a música exige mais de suas habilidades (profissionais: 89,47%; amadores:100%; biprofissionais: 100%).Esses números sugerem que, no contexto da prática musical, o aumento dos desafios proporciona um aumento da motivação e principalmente do foco, essenciais ao estado de *flow*. No entanto, quanto a normalmente usarem o máximo de suas habilidades quando estão tocando, a porcentagem cai para 69,23% (27) e é maior entre os profissionais (profissionais:73,68%; amadores:66.67%; biprofissionais: 63,64%).

Com relação ao estado de *flow* poder diminuir a percepção de algumas dores (afirmativa 17), 51,28% (20) concordaram que sentem mais dores quando terminam uma apresentação do que na hora que estão tocando. 28,21% (11)

discordaram. O índice de concordância foi menor entre os biprofissionais (36,36%). Já profissionais e amadores ficaram com 52,63% e 66,67% respectivamente.

Indo em sentido contrário ao estado de *flow*, 25,64% dos respondentes (10) concordam que algumas vezes se sentem entediados quando estão tocando, sendo um pouco maior o percentual entre profissionais e biprofissionais (profissionais: 26,32%; amadores: 22,22%; biprofissionais: 27,27%). Da mesma forma, 17,95% dos respondentes (7) concordam que se distraem com alguma facilidade quando estão tocando (profissionais: 15,79%; amadores: 11,11%; biprofissionais: 27,27%). No entanto, essas porcentagens baixas são favoráveis ao estado de *flow*.

Por último, na afirmativa 19, ainda tratando do estado de *flow*, 69,23% dos respondentes (27) concordaram que às vezes se sentem insatisfeitos quando têm que tocar alguma música que não gostam. Esse percentual é bem maior entre profissionais e biprofissionais (profissionais: 84,21%; amadores: 33,33%; biprofissionais: 72,73%). Isso indica que, dependendo do repertório que tocam os músicos podem ter emoções podem ficar satisfeitos ou não, o que pode também influenciar sobre a ocorrência do estado de *flow*.

As afirmativas de 23 a 27 tratam da **cultura da dedicação** e foram obtidos os seguintes dados:

- 69,23% dos respondentes (27) concordaram que os instrumentos são como parte deles (dos músicos) e que merecem inteira dedicação. Essa porcentagem é maior entre os profissionais, com 89,47%, e menor entre os amadores, com 33,33%. Biprofissionais ficaram com 63,64%;

- 64,10% dos respondentes (25) concordaram que a música é algo muito sublime e merece todo tipo de sacrifício. Novamente o percentual de concordância é maior entre profissionais (profissionais: 73,68%; amadores: 66,67%; biprofissionais: 45,45%);

- 76,92% dos respondentes (30) concordaram que preferem tocar o seu instrumento sentindo um pouco de dor do que nunca mais ter que tocá-lo. Desta vez os profissionais tiveram uma porcentagem menor de concordância que os outros grupos. (profissionais: 63,16%; amadores: 77,78%; biprofissionais: 100%);

- 69,23% dos respondentes (27) discordaram que quando se sente dor enquanto se estuda ou treina é sinal de que os exercícios estão dando resultado. Essa porcentagem de discordância é um pouco maior entre os biprofissionais (profissionais: 68,42%; amadores: 66,67%; biprofissionais: 72,73%);

- 53,85% dos respondentes (21) discordaram da afirmação de que dor é a

última coisa que importa quando estão tocando. Os números indicam que os profissionais se importam mais com as dores, seguidos dos bi-profissionais, enquanto amadores se importam menos. (profissionais: 68,42%; amadores: 33,33%; bi-profissionais: 45,45%).

Os dados destas últimas questões permitem perceber que a cultura da dedicação entre os músicos abordados na pesquisa existe de alguma forma, como já era esperado. No entanto, ela não é levada ao extremo, como se pode ver, por exemplo, na afirmativa 26 que relacionava as dores a um trabalho bem feito, ou à conhecida frase “*no pain no gain*”, e que teve grande porcentagem de discordância.

- Correlações

Foram analisadas também as correlações existentes entre as 27 afirmativas. Para isso, foi calculado entre cada uma delas o coeficiente de correlação de Pearson, que mede o grau de associação linear entre duas variáveis (HAIR JR. ET AL., 2010) e, a seguir, se fez uso das regras sugeridas por Hair Jr. et al. (2010) para a análise da força das correlações, conforme a tabela 13. Todas as correlações aqui relacionadas foram calculadas através do software Microsoft Excel e tiveram sua significação determinada a partir da tabela ANOVA, através do mesmo software.

Tabela 13- Regras práticas sobre a força dos coeficientes de correlação.

Amplitude do coeficiente	Descrição da força
$\pm 0,81$ a $\pm 1,00$	Muito forte
$\pm 0,61$ a $\pm 0,80$	Forte
$\pm 0,41$ a $\pm 0,60$	Moderado
$\pm 0,21$ a $\pm 0,40$	Fraco
$\pm 0,00$ a $\pm 0,20$	Fraco a sem relação

Fonte: Hair Jr. et al. (2010)

Quando analisada a totalidade dos respondentes, foram encontradas **correlações fortes** (coeficiente R de $\pm 0,61$ a $\pm 0,80$) entre alguns pares de afirmativas bastante similares:

- “Antes de tocar uma música (em uma apresentação) já tenho definido de forma mais ou menos clara o que devo fazer nela” e “Antes de tocar uma música (em uma apresentação), tenho de forma clara em minha mente a estrutura geral dessa música” ($R=0,746$);

- “Quando estou tocando, perco a noção do tempo” e “Quando estou tocando, o tempo parece passar mais depressa” ($R=0,789$);

- “Me sinto mais motivado quando toco uma música que exige mais das minhas habilidades” e “Me sinto mais focado quando toco uma música que exige mais das minhas habilidades” ($R=0,677$);

E também entre pares com afirmativas que tratavam de aspectos diferentes, mas que podem estar relacionados:

- “Normalmente me sinto feliz quando termino uma apresentação” e “Quando estou tocando, sinto-me profundamente envolvido, como se nada mais importasse” ($R=0,616$). Que pode indicar uma relação entre o envolvimento com a atividade e a felicidade posterior dos indivíduos;

- “Me sinto mais focado quando toco uma música que exige mais das minhas habilidades” e “Normalmente me sinto feliz quando termino de tocar uma música (no intervalo entre uma música e outra)” ($R=0,615$). Mais uma vez relacionando foco, exigências/desafio das atividades e felicidade posterior, como ocorre no estado de flow.

Há também uma série de **correlações moderadas** (coeficiente R de $\pm 0,41$ a $\pm 0,60$) que relacionam, por exemplo:

- Afirmativas sobre o estado de isolamento do músico durante a prática musical, vivendo num mundo próprio, onde seu corpo e mente são um só, está completamente envolvido, onde há pouco espaço para o tédio e resulta em felicidade ao final da atividade (afirmativas 1, 4, 6, 7, 12, 13, 16 e 18);

- O sentimento de isolamento do músico com o emprego máximo de suas habilidades na execução das músicas (afirmativas 4 e 22);

- O feedback imediato com o uso máximo de habilidades e a distração (afirmativas 5, 8 e 22);

- A ocorrência ou não de tédio com a perda de noção do tempo, com a felicidade após e nos intervalos da prática, com a harmonia que se sente e o envolvimento do músico durante as atividades (afirmativas 6, 9, 11, 13, 14 e 16)

- A afirmativa sobre tocar ser a coisa que o indivíduo mais gosta de fazer com o envolvimento dele durante a prática e com o fato da música estar integrado ao resto de sua vida (afirmativas 15, 16 e 18).

No entanto, quando se analisa as respostas de cada um dos grupos separadamente, percebe-se uma maior quantidade de correlações, bem como correlações mais fortes que as encontradas nas respostas de todos os respondentes. Isso evidencia uma maior coerência entre as respostas de um mesmo grupo e também o fato de que cada grupo tenha uma determinada

maneira de perceber e pensar suas atividades enquanto músico, o que já pôde ser percebido na análise inicial das respostas, ainda que essa não seja a percepção individual de cada um dos indivíduos desse grupo. Alguns exemplos:

- Entre os amadores, a correlação entre o tédio com a distorção do tempo e do tédio com a percepção do tempo passar mais depressa é muito forte ($R=0,842$ e $R=0,843$, respectivamente). Também é muito forte a correlação entre o uso máximo de habilidades com o feedback imediato ($R=0,842$), enquanto no geral essa correlação era apenas moderada ($R=0,558$);

- Entre os biprofissionais existe uma correlação muito forte entre a felicidade sentida após uma apresentação e a integração das atividades musicais ao resto da vida do músico ($R=0,830$) e existe uma correlação forte entre as afirmativas de que a música merece qualquer sacrifício com a de que a dor é a última coisa que importa quando se está tocando ($R=0,650$);

- Entre os profissionais a correlação entre saber o que fazer em uma música antes de tocá-la e ter noção da estrutura geral dessa música é muito forte ($R=0,862$), enquanto no geral era forte ($R=0,746$). Também a correlação entre o envolvimento do músico durante as atividades musicais com o fato de tocar ser a coisa que mais se gosta de fazer é forte ($R=0,694$), enquanto no geral é apenas moderada ($R=0,493$).

7.5.

Análise de Conteúdo das Entrevistas

A partir do corpus da entrevista, gerado pelas respostas individuais de cada músico e agrupados por questões, como um corpo único de texto para toda a amostra, foi feita a análise desse conteúdo, de acordo com Bardin (2011). As unidades de contexto para esta análise foram determinadas pelas próprias perguntas feitas para os respondentes, de modo que os registros não se percam dentro do corpus, sem ligação com a situação em que foi dada aquela resposta. Essas unidades de contexto, por sua vez, podem ser agrupadas em 7 categorias, de acordo com os temas abordados, da seguinte maneira:

CATEGORIA 1: DORES/DESCONFORTOS NA PRÁTICA MUSICAL

Unidade de Contexto 1: Presença de dores e/ou desconfortos relacionados à prática musical (questão 1).

CATEGORIA 2: CONHECIMENTO SOBRE O ASSUNTO

Unidade de Contexto 1: Conhecimento a respeito de problemas de saúde em terceiros (questão 2).

Unidade de Contexto 2: Conhecimento a respeito de estratégias para minimizar esses problemas (questão 5).

CATEGORIA 3: OPINIÕES SOBRE O ASSUNTO

Unidade de Contexto 1: A importância que dá para a questão de que a prática musical pode causar algum dano à saúde do músico (questão 3).

Unidade de Contexto 2: Acredita que sentir dor faz parte da atividade musical? (questão 4).

CATEGORIA 4: COMPORTAMENTO MEDIANTE A HIPÓTESE DE IMPEDIMENTO DE TOCAR POR CONTA DE DORES/DESCONFORTOS/LESÕES

Unidade de Contexto 1: O que sentiria se fosse impedido de tocar por conta de um problema de saúde ocasionado pela atividade musical? (questão 6).

CATEGORIA 5: EMOÇÕES/RECOMPENSAS DA PRÁTICA MUSICAL

Unidade de Contexto 1: Porque vale a pena ser músico (questão 7).

Unidade de Contexto 2: Relação entre as Emoções Positivas e a importância que se dá às dores/desconfortos/cansaço durante a prática musical (questão 8).

CATEGORIA 6: COMENTÁRIO EXTRA

Unidade de Contexto 1: Comentário extra ao final da entrevista. (questão 9).

CATEGORIA 7 (EXTRA): COMENTÁRIOS A RESPEITO DOS REGISTROS EM VÍDEO DA PRÁTICA, APLICADO A SOMENTE 12 ENTREVISTADOS.

Unidade de Contexto 1: Comentários a respeito dos comportamentos e posturas adotados pelos próprios músicos, de acordo com o observado nos registros. (questão extra).

Dentro de cada uma dessas unidades de contexto, encontra-se os registros das respostas dos músicos e as unidades de significação adotados no processo de análise, ou as unidades de registro, seguem um recorte em nível semântico. Desta forma, para que haja um determinado registro, não se faz necessário que haja na resposta uma palavra ou expressão específica, mas sim que um determinado tema seja abordado pelo respondente.

Para fins de codificação: o número inicial indica a categoria a que se refere; UC indica unidade de contexto; UR indica unidade de registro; os números finais indicam a que unidade de contexto ou registro se refere. Assim, por exemplo, 5UC2 se refere à segunda unidade de contexto da categoria 5 e

2UR1.3 se refere à unidade de registro número 3 da primeira unidade de contexto da categoria 2.

Categoria 1 – unidade de contexto 1 (questão 1) – *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)*

Como já dito no capítulo anterior, esta questão foi inserida na entrevista como uma maneira de deixar o respondente mais à vontade para começar a dar suas opiniões, de modo que não se comesse a parte gravada do instrumento de coleta com uma pergunta mais complicada. No questionário inicial já havia sido feita essa pergunta, porém como questão fechada, para que o respondente marcasse apenas sim ou não, assim como as questões também fechadas a respeito de impedimentos de tocar por conta de dores, consulta a médicos etc.. No entanto, inserida na entrevista, essa pergunta gerou respostas mais detalhadas que a simples ocorrência ou não ocorrência coletada através do questionário. É notável que, conforme as diferentes experiências dos indivíduos com relação à dor na prática musical, houveram entrevistas nas quais o assunto foi bem mais estendido que em outras, como, por exemplo, nos casos em que o músico relatava já ter sofrido alguma lesão.

Assim como no questionário, todos os 39 respondentes afirmaram já ter sentido dores ou algum outro desconforto físico quando estavam tocando ou depois de ter tocado. Destes 39, 10 afirmaram que sentem durante a prática e 18 que sentem depois ou em outros momentos do dia em que não estão tocando. Nove (9) declararam que a dor que sentem passam rápido e doze (12) que ela persiste por um tempo, alguns dizem inclusive que a dor persiste no dia seguinte à atividade.

Alguns respondentes elencaram algumas possíveis causas para as dores que sentem. Quinze (15) falaram das posturas necessárias para tocar os instrumentos e da regulação dos mesmos. Dez (10) destacaram a longa duração de ensaios e apresentações. Oito (8) citaram o peso do instrumento como possível causa. Cinco (5) falaram do esforço físico necessário para tocar. Cinco (5) falaram da falta de preparo (treino, condicionamento físico, alongamentos/aquecimentos). Cinco (5) falaram que algumas obras/músicas exigem muito do músico e que isso provoca dores. Outras causas relacionadas podem ser vistas na tabela 14, a seguir.

Os amadores falam mais do desconforto provocado pelas cordas ou por outras interfaces dos instrumentos e do esforço físico necessário para tocar.

Profissionais e amadores fazem mais considerações com relação às posturas adotadas e regulagem dos instrumentos. Profissionais e bipoissionais falam mais sobre a longa duração de ensaios e apresentações, sobre o peso dos instrumentos, a necessidade de carregar e montar equipamentos e a falta de preparo físico dos músicos. O alto grau de exigência de algumas obras e a má qualidade de alguns equipamentos de som foram citados apenas por profissionais.

Tabela 14- Registros da 1UC1. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Bipoissionais)

1UC1	Presença de dores e/ou desconfortos relacionados à prática musical (questão 1).	P + A + Bi= Total
1UR1.1	Sente durante	6 + 0 + 4 = 10
1UR1.2	Sente depois ou em outros momentos	11 + 2 + 5 = 18
1UR1.3	Passa rápido	5 + 1 + 3 = 9
1UR1.4	Persiste por um tempo	8 + 2 + 2 = 12
1UR1.5	Relata alguma lesão relacionada à atividade musical	4 + 0 + 3 = 7
1UR1.6	Relata perda da qualidade musical por conta das dores/desconfortos	1 + 1 + 0 = 2
1UR1.7	Causa: Apresentações/ensaios longas	6 + 0 + 4 = 10
1UR1.8	Causa: Peso do instrumento	5 + 0 + 3 = 8
1UR1.9	Causa: Cordas/ outras interfaces	1 + 2 + 1 = 4
1UR1.10	Causa: Postura e regulagem do instrumento	9 + 5 + 1 = 15
1UR1.11	Causa: Movimentos “desnecessários”	0 + 0 + 1 = 1
1UR1.12	Causa: Esforço físico necessário (esforço repetitivo, por exemplo)	0 + 4 + 1 = 5
1UR1.13	Causa: Carregar e montar equipamentos	1 + 0 + 3 = 4
1UR1.14	Causa: Falta de preparo (treino, condicionamento físico, alongamentos/aquecimentos)	3 + 0 + 2 = 5
1UR1.15	Causa: Uma obra/música/repertório que exige muito	5 + 0 + 0 = 5
1UR1.16	Causa: Equipamento de som ruim	2 + 0 + 0 = 2

Além das dores e dos prejuízos à saúde, 2 músicos (1 amador e 1 profissional) relataram perda de qualidade musical por conta das dores e desconfortos durante a prática.

Sete (7) dos respondentes, sendo 4 profissionais e 3 bipoissionais, relataram alguma lesão ocasionada pela prática musical. Dentre os amadores houve o relato de apenas uma lesão, mas que teve outra causa e que isso o fazia sentir dor quando tocava o instrumento. Desses relatos de lesões já se

pode perceber um pouco do comportamento dos músicos com relação aos problemas de saúde ocasionados pela atividade musical, como nos seguintes trechos:

Teoricamente, eu ganhei, entre aspas, essas hérnias (...) tocando, né? Assim, carregando equipamento, carregando de forma errada e tudo mais, e acabou gerando isso. (...) Primeiro ano eu tive que usar uma cinta, com uns ferrinhos assim na coluna pra ficar com a postura ereta e tomar medicação, fazer aquecimento, alongamento, mas eu nunca fazia. Era pra fazer, mas eu não fazia. (entrevistador: E hoje em dia tu faz?) Pouco! Quando eu lembro, assim. Geralmente quando eu chego no ensaio ou no show, que eu já tô com dor aí eu faço (respondente 16);

foi horrível, cara, foi a pior época da minha vida, foi a pior coisa que aconteceu na minha vida, eu tive que parar de estudar, é... uma coisa horrível mesmo, um negócio assim... Aí parei de estudar e fiquei só tocando em torno de 4 horas por semana (...) Eu não dava, assim, a mínima pra isso: Tá doendo mas eu tô tocando, entendeu? Como eu anotei lá pra ti, a dor tanto faz, contanto que eu toque, mas teve uma hora assim que a dor foi muito grande que não dava nem pra eu segurar um copo direito assim (respondente 35).

Categoria 2 – unidade de contexto 1 (questão 2) – conhece alguém que já tenha tido problema de saúde por causa da atividade musical?(o que tocava/que problema)

A segunda questão, além de também fazer parte do processo de deixar o entrevistado mais à vontade para expor suas opiniões, buscava averiguar os conhecimentos dos mesmos a respeito de problemas de saúde em outros músicos, complementando a informação obtida no questionário de que 32 dos 39 respondentes conheciam alguém que já tinha tido algum problema desse tipo por conta da atividade musical. Nas entrevistas, esse número subiu para 33 (84,62%), sendo que, entre os profissionais, apenas disse não conhecer ninguém que teve problema, entre os biprofissionais são 2 e, entre os amadores, 3. Além disso, 2 amadores declararam conhecer somente casos de músicos famosos que tiveram algum problema. 2 amadores também disseram que conhecem pessoas que têm dores mas que não se trata de problemas sérios.

Seis (6) respondentes, sendo 2 profissionais e 4 biprofissionais, acham que esses problemas são muitos comuns na prática musical ou que conhecem muitos músicos que os têm. Além disso, 21 músicos, na descrição do problema de terceiros fizeram uso de termos técnicos para as doenças destes, demonstrando algum conhecimento sobre o assunto. Destes, 10 são profissionais, 4 são amadores e 7 são biprofissionais.

De modo geral, percebe-se que profissionais e biprofissionais têm um maior conhecimento a respeito do tema, enquanto os amadores têm um conhecimento um pouco menor, o que já era esperado até devido ao maior

conhecimento de outros músicos e maior tempo dedicado à prática por parte dos músicos que exercem a atividade musical como profissão. Pode-se ver mais sistematicamente as respostas desta questão na tabela 15, a seguir:

Tabela 15- Registros da 2UC1. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)

2UC1	Conhecimento a respeito de problemas de saúde em terceiros (questão 2).	P + A+ Bi = Total
2UR1.1	Só conhece casos de pessoas famosas que tiveram problema	0 + 2 + 0 = 2
2UR1.2	Tem conhecidos que tem problema	18 + 6 + 9 = 33
2UR1.3	Acha que esses problemas são muito comuns na prática musical/conhece muitas pessoas que tem problemas	2 + 0 + 4 = 6
2UR1.4	Não conhece ninguém	1 + 3 + 2 = 6
2UR1.5	As pessoas que conhecem sentem dores mas não tem um problema mais crítico / o problema não é sério	0 + 2 + 0 = 2
2UR1.6	Conhecimento de termos e nome de doenças	10 + 4 + 7 = 21

Dentre esses depoimentos, foram retirados dois trechos que também ilustram um pouco do comportamento dos músicos com relação a esses problemas. O primeiro relato trata-se da falta de informação de um músico que, mesmo sendo profissional, não tem conhecimentos a respeito de outros músicos com problemas de saúde, provavelmente pela cultura do silêncio que por vezes se faz presente na profissão:

Não, não conheço, não conheço nenhum músico assim que, pelo menos eu não perguntei, essa é uma pergunta nova assim, eu acho que se eu... hoje eu já faria essa pergunta pra eles, pros músicos com que eu trabalho, pra saber realmente se eles sentem dor (Respondente 20).

O segundo relato é sobre a dificuldade em achar tempo na rotina atarefada do músico para que seja feito um tratamento adequado:

Eu tenho um amigo que ele fala que não tem como se livrar da tendinite, (...) um percussionista, não tem tempo de parar, é um cara que ganha grana com isso e ele viaja o mundo todo e ele fala assim, bicho: 'faz anos que eu tenho a tendinite, não tem como...' Por que eu já fui no médico e a tendinite o cara tem que parar, fazer fisioterapia e tomar um anti-inflamatório lá, uma medicação, (...) pra amenizar e fisioterapia e às vezes a gente não quer ter esse tempo, né, não quer... não abre mão de tocar pra cuidar da saúde, o que até uma coisa errada, né, que a gente pensa, lógico, mas às vezes é o que acontece, a gente vai, vai tocar, na hora de tocar esquece às vezes, às vezes não tem essa dor, vem um pouco depois (Respondente 30).

Categoria 2 – unidade de contexto 2 (questão 5) – *Você conhece alguma estratégia que minimize esses problemas de dores/desconfortos/lesões?*

Esta questão buscou saber se existe, entre os músicos entrevistados, o conhecimento a respeito de estratégias que reduzam os problemas relacionados

a dores, lesões e desconfortos provenientes da prática musical. Essas estratégias podem se referir tanto a questões preventivas quanto à diminuição de dores já existentes, ficando isso a cargo das experiências de cada entrevistado. Da mesma forma, algumas das estratégias citadas referem-se a procedimentos adotados pelo músico ou apenas que ele tenha conhecimento por terceiros ou que imagine que possa surtir algum efeito.

Dentre as estratégias mais mencionadas, encontram-se algumas que estavam presentes na primeira parte do questionário (alongamento, atividades físicas, pausas/descanso e aquecimento) o que poderia levar a crer que os entrevistados as mencionaram apenas porque foram sugeridas a isso.

No entanto, apesar de que possa ter servido como um lembrete, a discrepância entre os itens, por exemplo, de 24 registros para alongamento e apenas 8 para aquecimento, evidenciam que as respostas foram dadas não como reflexo do questionário aplicado previamente mas sim do conhecimento e/ou prática dos entrevistados. Da mesma forma, outro item citado na primeira parte, a orientação médica, foi citado por apenas 1 entrevistado. A seguir os registros dessa questão, na tabela 16:

Tabela 16- Registros da 2UC2. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)

2UC2	Conhecimento a respeito de estratégias para minimizar esses problemas (questão 5).	P + A+ Bi = Total
2UR2.1	Alongamento	13 + 5 + 6 = 24
2UR2.2	Atividades físicas e de fortalecimento	8 + 2 + 5 = 15
2UR2.3	Pausas/Descanso/Controle de Carga Horária	5 + 1 + 4 = 10
2UR2.4	Aquecimento	5 + 3 + 0 = 8
2UR2.5	Postura correta	4 + 3 + 1 = 8
2UR2.6	Estudo da técnica (correta)/ estudar, ler mais	5 + 1 + 0 = 6
2UR2.7	Uso de acessórios	1 + 4 + 0 = 5
2UR2.8	Alimentação Saudável/balanceada	0 + 0 + 2 = 2
2UR2.9	Consciência Corporal	0 + 2 + 0 = 2
2UR2.10	Modificar a postura sempre que puder	1 + 1 + 0 = 2
2UR2.11	Reduzir os esforços enquanto toca/controlar a performance	0 + 0 + 1 = 1
2UR2.12	Regulagem dos instrumentos	0 + 1 + 0 = 1
2UR2.13	A experiência diminui as dores	0 + 1 + 0 = 1
2UR2.14	Evitar o uso de drogas	1 + 0 + 0 = 1
2UR2.15	Uso de Remédios	1 + 0 + 0 = 1
2UR2.16	Ajuda médica	1 + 0 + 0 = 1
2UR2.17	Se entrosar mais com o que você faz e gostar do que se faz/tocar o que gosta	1 + 0 + 0 = 1
2UR2.18	Contratar <i>roadies</i> para montar o equipamento	1 + 0 + 0 = 1
2UR2.19	Compressas	1 + 0 + 0 = 1

As respostas recebidas demonstram que, de modo geral, os entrevistados sabem o que fazer a fim de evitar dores e desconfortos provenientes da prática musical. Isso, no entanto, não implica que eles utilizem essas estratégias.

Categoria 3 – unidade de contexto 1 (questão 3) – *Que importância você dá a essa questão de que a prática musical pode causar algum dano à saúde do músico?*

Após as perguntas iniciais, perguntou-se aos entrevistados que importância que eles davam ao assunto abordado. Nove (9) deles disseram dar importância e outros 10 disseram dar muita importância ou ver com muita preocupação o tema. Nesse segundo grupo percebe-se um predomínio de profissionais (conforme pode ser visto na tabela 17) preocupados em ter suas atividades laborais prejudicadas por algum problema de saúde. Da mesma

forma, 1 profissional e 3 bipoissionais declararam que esse tema deve ser de maior importância para aqueles que têm a atividade musical como profissão, que dependem dela para o sustento e que também se dedicam mais horas a ela.

Três (3) respondentes disseram não achar muito importante ou não se importar e outros 3 disseram que deviam dar mais importância, como no caso do relato do respondente 1:

É... não considero muito importante assim não. A gente para pra pensar depois que acontece, normalmente, entendeu? É uma coisa que, na minha cabeça, ainda não, eu não paro pra ajeitar minha postura, eu não paro pra me preocupar com essas coisas, mas eu sei que, daqui a alguns anos, quando eu já tiver sofrendo o suficiente, eu vou pensar bastante.

Antecipando o assunto da questão 5, vários músicos citaram cuidados a serem tomados para evitar dores e lesões. Dentre os mais citados estão: a preocupação com o condicionamento físico do músico, a preocupação com as posturas adotadas, a necessidade de fazer alongamentos, a importância de treinos constantes com o instrumento e de procurar profissionais da saúde de vez em quando.

Dois (2) declararam dar importância a pesquisas/estudos sobre o assunto e apenas 5 (2 amadores e 3 bipoissionais) confessaram não tomar os cuidados necessários. Quatro (4) (3 profissionais e 1 bipoissional) disseram não saber o que fazer para evitar esses problemas ou falaram da dificuldade de gerenciar as demandas da atividade musical e o cuidado com a saúde.

Oito (8) dos entrevistados fizeram a consideração de o assunto das dores é importante assim como em qualquer outra atividade/exercício, uma vez que praticamente todas as atividades podem gerar problemas de saúde. Isto pode ser visto, por exemplo, na fala do respondente 23:

Eu acho que todas atividades geram algum tipo de dano, né? A nossa, pelo fato de ter holofotes e ter aquela coisa do teatro e, parece que nós vivemos num grande mundo encantado, né? Mas não, isso é uma realidade, né, em qualquer lugar, em qualquer trabalho, né?

Quatro (4) respondentes (1 profissional e 3 amadores), antecipando o assunto da questão 8, destacaram o papel das emoções na prática musical, que muitas das vezes fazem com que se dê pouca importância às dores. Um outro ainda ponderou sobre a importância de evitar as dores na prática musical para que ela continue sendo prazerosa:

É importante por que se você começa, se você sentir muita dor tocando, então, significa que você não tá sentindo mais prazer. E aí você acaba criando uma resistência ao instrumento. Você vai acabar deixando de toca-lo por que tocar já não é mais divertido, é uma atividade dolorida (respondente 19).

Os registros podem ser conferidos de forma mais detalhada na tabela 17, a seguir:

Tabela 17- Registros da 3UC1. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)

3UC1	A importância que dá para a questão de que a prática musical pode causar algum dano à saúde do músico (questão 3).	P + A+ Bi = Total
3UR1.1	Não acha muito importante / Não se importa	1 + 1+ 1= 3
3UR1.2	Dá importância a qualquer estudo sobre o assunto	1 + 1 + 0 = 2
3UR1.3	Devia dar mais atenção/ importância	0 + 3 + 0 = 3
3UR1.4	Dá muita importância/ vê com muita preocupação	7 + 1 + 2 = 10
3UR1.5	Dá importância	4 + 2 + 3 = 9
3UR1.6	Não toma os cuidados necessários	0 + 2 + 3 = 5
3UR1.7	Acha que é importante para os músicos profissionais, que dependem da atividade p o sustento e tocam mais horas.	1+ 0 + 3 = 4
3UR1.8	Deve haver uma preocupação com o condicionamento físico, como um atleta/ fazer esporte	6 + 0 + 1 = 7
3UR1.9	Deve haver uma preocupação com as posturas	3+ 1+ 3 = 7
3UR1.10	Deve haver preocupação com uma técnica adequada	0 + 1 + 0 = 1
3UR1.11	Necessidade de aquecimento	1 + 0 + 0 = 1
3UR1.12	Necessidade de alongamentos	4 + 0 + 1 = 5
3UR1.13	Necessidade de descansos/intervalos	1 + 0 + 0 = 1
3UR1.14	Importância de usar uma técnica correta	1 + 0 + 0 = 1
3UR1.15	Importância de treinos constantes com o instrumento	2 + 0 + 1 = 3
3UR1.16	Importância de consultar um profissional (da área da saúde)	3 + 0 + 0 = 3
3UR1.17	Não sabe o q fazer para evitar/dificuldade em gerenciar esses problemas com as demandas da atividade musical.	3 + 0 + 1 = 4
3UR1.18	Destacam o papel das emoções, que muitas das vezes fazem com que se dê pouca importância às dores	1 + 3+ 0 = 4
3UR1.19	Consideração de que é importante assim como em qualquer outra atividade/exercício, que podem causar problemas	4 + 2 + 2= 8
3UR1.20	Consideração de que a profissão musical é muito menos perigosa do que outras profissões	0 + 0 + 1 = 1
3UR1.21	Nunca tinha pensado muito nisso	1 + 0 + 0 = 1

Três (3) trechos dos depoimentos coletados com essa questão resumem bem essa questão da importância atribuída:

Grande, cara, grande por que geralmente músico não se preocupa, né, nenhum pouco com as questões de alongamento, assim, de levar a sério mesmo a saúde

antes de tocar. Eu tiro por mim, eu tenho problema, tenho 2 hérnias de disco e não faço nenhum tipo de alongamento, fora da vida musical, assim, bandística(sic.), eu não me exercito, não faço absolutamente nada, meu trabalho é extremamente monótono, sentado o dia inteiro, na frente do computador, então...(respondente 16);

Olha, eu não ligo muito não. Eu tô mais interessado em tocar e quando acontece alguma coisa desse tipo eu espero passar, passo um reparil, tomo um dorflex, alguma coisa assim, assim do gênero (respondente 27);

Se eu soubesse que ia ficar assim, cara, eu teria me cuidado na hora, quando eu tivesse sentindo a dor, já tinha ido pro médico, já tinha me cuidado, já tinha melhorado, já tinha, ia tá fazendo os alongamentos, por que é uma coisa horrível mesmo, cara, horrível o cara querer estudar, ter tempo pra estudar, quer se dedicar e não pode por que tem problema, que é o problema da dor, entendeu? (respondente 35).

Categoria 3 – unidade de contexto 2 (questão 4) – *Você acredita que sentir dor faz parte da atividade de ser músico? (Como/ De que maneira?).*

A quarta questão aborda a cultura da dedicação, na qual o músico acredita que sentir dor é normal e faz parte do processo de evolução dentro da atividade artística. Dentre os entrevistados, 20 foram de acordo com essa visão, dizendo que a dor, de alguma forma, faz parte da atividade musical. Outros 11 disseram que a dor não faz ou não precisa fazer parte, que se pode ser músico sem sentir dor. Em ambas as respostas percebe-se um equilíbrio entre profissionais, amadores e biprofissionais (conforme a tabela 18).

Sete (7) respondentes disseram que a dor não deveria fazer parte da atividade musical, 11 declararam que a dor só faz parte da atividade musical porque não se toma os devidos cuidados e

Há também aqueles que acreditam que sentir pequenas dores ou desconfortos é normal, e que quando se tem algo mais grave é se está saindo da normalidade, como pode ser percebido na resposta do respondente 30:

Eu acho que sim, eu acho que sim...dependendo do instrumento, às vezes a gente carrega alguma coisa, aperta um parafuso, faz um...no próprio estudo também, às vezes tu extrapola, ou estuda uma parte errada, ou não aqueceu...de certa forma, eu acho que faz parte porque é como um todo, né? Tem gente que pode não sentir dor, pode conseguir esse feito, mas acho que dependendo do instrumento faz parte sentir dor, não uma dor crônica, não uma dor que te tire a concentração, mas uma dorzinha aqui outra ali é sempre normal. Às vezes a gente toca uma música que é algum andamento, a dinâmica que pede um pouco mais, tu acaba sentindo, acaba que faz parte.

Dois (2) músicos disseram que as dores fazem parte da atividade musical assim como fazem parte dos esportes e outros 11 declararam que toda atividade física e/ou repetitiva acaba gerando esses problemas, como sintetiza o respondente 23:

Sentir dor faz parte da vida, se você nascer...quando você nasceu, tava doendo quando você nasceu...então é normal, você tem que saber lidar com a dor, seja qual for a natureza dela.

Tabela 18- Registros da 3UC2. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)

3UC2	Acredita que sentir dor faz parte da atividade musical? (questão 4).	P + A + Bi = Total
3UR2.1	Faz parte	10 + 5 + 5 = 20
3UR2.2	Não faz parte, pode ser músico sem sentir dor	6 + 2 + 3 = 11
3UR2.3	Toda atividade repetitiva/ física dá esses problemas/ todo exercício mecanismo provoca desgaste	4 + 0 + 2 = 6
3UR2.4	Faz parte/acontece porque não se toma os devidos cuidados/toca de maneira prejudicial	5 + 3 + 3 = 11
3UR2.5	Acaba acontecendo porque o músico desempenha muitas atividades além da musical	0 + 0 + 1 = 1
3UR2.6	Dores pequenas e desconfortos são normais, mas coisas mais graves não são normais e devem ser controladas	1 + 2 + 1 = 4
3UR2.7	Faz parte, assim como nos esportes	1 + 1 + 0 = 2
3UR2.8	Não deveria/deve fazer parte	3 + 1 + 3 = 7

A seguir, outros trechos extraídos dos depoimentos que ilustram algumas das opiniões dos músicos a respeito dessa questão:

Não, acho que qualquer atividade você...deve ser prazerosa, você não necessariamente tem que sentir dor, né?! Acho que a dor ela é causada pelo desconforto, a gente não aprende literalmente, na universidade, até muito poucas pessoas te orientam, eu só fui ter orientação quanto a alongamento dos dedos, das mãos, muitos anos depois de ser músico, muitos anos mesmo...então eu passei grande parte do tempo tocando, ensaiando, sem fazer nenhum tipo de alongamento antes...(respondente 26);

Faz, faz...infelizmente é e eu acho isso e eu já li isso, casos de outros contra-baixistas me falaram isso e infelizmente a vida tá ligada à dor. É inevitável, ele fala isso: é inevitável. (entrevistador: mas tu acredita nisso? Que não tem como excluir a dor da atividade musical) Não, não...não tem como excluir, eu acredito que não. Sempre vai ter uma dor aqui outra ali (respondente 25);

Não, não, de forma alguma, eu acho que quando começa a sentir dor é porque alguma coisa tá errada, tá praticando de forma errada, não é comum, não é normal, não (respondente 29);

Não é pra fazer, mas faz. Todos os instrumentistas que eu conheço tem desconforto, todos ! não tem nenhum que fale “não, vivo minha vida feliz, não tenho desconforto não”. Todo tens um desconforto, não sei onde, mas tem. Esse desconforto, não uma dor intermitente , que faz parte, infelizmente, da vida do instrumentista (respondente 35).

Categoria 4 – unidade de contexto 1 (questão 6) – *O que você sentiria se fosse impedido de tocar por conta de um problema desses ocasionado pela atividade musical? Ou o que você sentiu quando foi impedido de tocar por conta dessas dores/lesões?*

Apenas 3 dos músicos, que tiveram que parar de tocar por um tempo maior, relataram o que sentiram ou fizeram. Outros que tiveram que parar mas que não foi um caso muito grave, relataram também de forma hipotética como seria se tivessem algo mais sério. Os registros das situações hipotéticas estão relacionados na tabela 19 abaixo e em seguida são reproduzidos os depoimentos dos 3 que já passaram pela situação.

Onze (11) dos respondentes disseram que seria algo triste ou muito triste, sendo principalmente profissionais. Nove (9) registros (sendo 5 de amadores) indicam que o músico ia se sentir frustrado. Quatro (4) profissionais declararam que iam ficar depressivos. Três (3) dos respondentes disseram que seria muito ruim e 3 amadores disseram que iam se sentir arrependidos ou culpados por não terem tomado os devidos cuidados, como é o caso do relato do respondente 15:

Frustração, irresponsabilidade, né? Você ficar doente por conta disso é porque você pratica muito, se você praticou tanto tempo sem tocar conta disso é frustração de irresponsabilidade porque 1: é não poder fazer uma coisa que eu quero e 2: é fruto de um não cuidado

Há ainda o registro de outros sentimentos como incapacidade, raiva, chateação e ansiedade.

Quatro (4) músicos disseram que a música faz parte da vida deles de tal forma que seria como se perdesse uma parte de si mesmo. Dois (2) disseram não conseguir se imaginar tendo que parar de tocar. Todos esses 6 registros foram de profissionais ou biprofissionais.

Quanto ao que fariam, 11 dos respondentes disseram que procurariam melhorar, através de tratamento médico, para voltar a tocar. Outros 10 (7 profissionais e 3 biprofissionais) declararam que arranjariam outra forma de continuar trabalhando com música, seja tocando outro instrumento, trabalhando com produção musical etc., o que mostra a preocupação dos músicos que têm a música como profissão em continuar tendo o sustento com uma coisa que gostam de fazer. Num caminho oposto, 6 profissionais disseram que se dedicariam a outra atividade.

Quanto à questão financeira, alguns profissionais, mesmo quando questionados, evitam comentar ou entrar em detalhes. Quanto a isso, houveram 5 registros de que haveriam algum problema financeiro e 4 registros de que ia

haver um grande prejuízo financeiro, com a renda caindo muito ou até chegando a zero. Os registros dessa questão estão detalhados na tabela 19:

Tabela 19- Registros da 4UC1. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)

4UC1	O que sentiria se fosse impedido de tocar por conta de um problema de saúde ocasionado pela atividade musical? (questão 6).	P + A + Bi = Total
4UR1.1	la ficar depressivo	$4 + 0 + 0 = 4$
4UR1.2	la ser muito ruim	$0 + 2 + 1 = 3$
4UR1.3	la sentir frustração	$2 + 5 + 2 = 9$
4UR1.4	Sentir-se Arrependido/ irresponsabilidade	$0 + 3 + 0 = 3$
4UR1.5	Triste / muito triste	$7 + 2 + 2 = 11$
4UR1.6	Não consigo imaginar/ Não me vejo parando de tocar	$1 + 0 + 1 = 2$
4UR1.7	Faz parte da minha vida/ como se perdesse uma parte de mim/ música é a minha vida	$2 + 0 + 2 = 4$
4UR1.8	Procuraria melhorar para voltar a tocar/ tratamento/ médico	$4 + 3 + 4 = 11$
4UR1.9	Buscaria alternativas para tocar de maneira mais saudável (acessório/ exercícios)	$0 + 2 + 0 = 2$
4UR1.10	Se fosse realmente preciso, para preservar a saúde, pararia de tocar	$1 + 1 + 0 = 2$
4UR1.11	Arranjar alternativa/ outro instrumento, por exemplo/ outras atividades musicais	$7 + 0 + 3 = 10$
4UR1.12	Teria algum problema financeiro	$5 + 0 + 0 = 5$
4UR1.13	A renda ia cair muito/ ia prejudicar bastante	$4 + 0 + 0 = 4$
4UR1.14	Se dedicaria a outra atividade	$6 + 0 + 0 = 6$

Outros dois trechos que permitem ter uma noção da opinião dos músicos a respeito dessa questão:

Então, eu vou porque é aquela onda: quem trabalha de manhã e tem um porto seguro, deixa de tocar, mas quem vive só disso ele tem que ser dividido entre prazer, vontade e o cara tem aquela onda, não pode abdicar. Tu tem que ter alegria e vontade de tocar, mas tu tem obrigação porque tu tem que pagar tuas paradas. Hoje a gente tava num PAC ali, ninguém tem PIS, pô! Ninguém teve carteira assinada nunca, pô. Todo mundo viveu de música até agora, a gente só vive de música, então essa parada às vezes é muito mais obrigação financeira do que vontade espiritual de realização. (entrevistador: mas o que tu sentirias no caso?) eu faria com dor (entrevistador: mas se de jeito nenhum desse pra fazer?) ah, aí o cara cancela e vai tratar, né? Em último caso (respondente 17).

O sentimento é de frustração, né?! Ia pirar, ia procurar ver se tem tratamento possível, mas a gente que vive de música, é a nossa vida, né? É minha religião, é meu prazer, meu trabalho, nas horas vagas eu toco e ouço música o dia inteiro, é meu lazer, tô me divertindo, por isso eu gosto de tocar uma coisa que eu tô gostando mesmo porque senão não vai fluir, não fica um clima legal, senão vira um trabalho burocrático, que você tá de saco cheio. Isso acontece na música, acontece em orquestra, acontece em grupo de música instrumental, acontece acompanhando cantor, instrumentista, isso acontece, mas vai disso que a gente tá falando, de tu tentar fazer o mais prazeroso possível, então isso tudo tá envolvido, se o cara parar de tocar tá morto. Então... logico que a gente pode fazer outras coisas da vida, mas o sentimento seria de frustração, de incapacidade total das coisas (entrevistador: e as consequências do ponto de vista econômico?) ah ia ser.... (omitido), que eu vivo disso, se eu fosse para de tocar ia ser renda zero...ia zerar, ia vender picolé (respondente 30).

E os 3 relatos de experiências já vividas por músicos que tiveram que parar de tocar por problemas mais sérios de saúde:

Pô, depressão total, vem todos esses sentimentos de raiva, depressão, tristeza, foi horrível, horrível mesmo, um negócio monstruoso de horrível, muito sério (entrevistador: e tu falou que tu teve tempo livre, começou a estudar outras coisas, como é que foi isso) é, eu fui estudar teclado, que não força tanto a mão pra continuar meu estudo de harmonia, comecei a estudar o ouvido absoluto, a questão dos sons dos instrumentos, comecei a tentar fazer o estudo de relacionar com o som, a sensação que a música traz pra mim, a sensação quando eu for compor, de sequência harmônica, comecei a estudar música com outros... de outra forma, sem ser só a parte técnica (entrevistador: e as consequência do ponto de vista econômico?) Pô, aí foi difícil também, tive que parar de...não aceitar algumas propostas que eu via que ia ter muito esforço meu na parte técnica, aí eu não aceitava e com isso eu perdia dinheiro. Na verdade caiu praticamente a metade do orçamento mensal (entrevistador: nesses 8 meses mais ou menos?) uhum (respondente 35).

Eu me senti muito mal psicologicamente, que a musica faz parte da minha vida e chegar um medico e dizer 'você vai ter que ficar 4 meses afastado do instrumento'... e... a gente gosta, o artista é muito envolvido com essa profissão, com a arte, gosta de fazer, faz com carinho com amor. E tem a questão financeira também, que a gente vive de musica (entrevistador: e como foram as consequências financeiras?) Foi um pouco ruim, ainda bem que eu tinha o INSS, aí eu fico recebendo pelo INSS, eu tenho carteira assinada na orquestra...mas somente no trabalho, aí os freelances já cai a remuneração (entrevistador: e se tu tivesse outro problema desse, como tu agiria?) Eu ia primeiro procurar um tratamento, porque acho que o importante é cuidar da saúde, pra tentar melhorar, vê se ia conseguir melhorar como eu fiz, o medico falou que eu tinha que ficar 4 meses sem tocar então eu procurei respeitar o que ele disse e cuidar direitinho. (respondente 37)

É, eu já tive essa sensação, eu já passei por isso porque teve um tempo que eu fiquei muito ruim mesmo e o médico me aconselhou que eu não poderia trabalhar, muito menos dirigir, tocar, carregar peso e eu fiquei um tempo afastado e voltei a estudar, me afastei e voltei ao trabalho depois de 8 meses. (entrevistador: teve que para de tocar por esses 8 meses?) Sim, sim, eu fiquei uns 8 meses sem trabalhar e tal... (entrevistador: e o que tu sentiu nessa situação) Não, passa muita coisa na cabeça da gente, músico há muito tempo, 25 anos, acho que tá no tempo de aproveitar a profissão, a carreira, de aprender mais, de vivenciar isso aí... hoje minha situação financeira tá bem melhor que um tempo atrás, poder aproveitar isso com mais prazer, com mais vigor, então eu me afastei sempre pensando 'pô, será que eu ainda vou poder voltar? Depois que eu voltar ainda vai ter dor de

novo?’ Aí o que eu fiz foi dividir a minha profissão em duas, voltei a estudar pra ter uma outra profissão e voltar a tocar pra balancear isso e não ter que ficar trabalhando só como músico, então dividi a profissão e tô trabalhando bem menos com música do que há 5, 10 anos atrás (entrevistador: e nesse tempo que tu teve que parar, quais foram as consequências do ponto de vista econômico?) Assim, eu sempre tive outra profissão, uma profissão de apoio, desde o início quando eu comecei a trabalhar como músico, sempre tive uma profissão paralela justamente por conta disso, sempre tive muito medo de não conseguir me manter, constituí família muito cedo, aí eu sempre tive essa preocupação (respondente 38).

Categoria 5 – unidade de contexto 1 (questão 7) – *Porque você acha que, apesar dessas possibilidades de vale a pena ser músico?*

A questão de número 7 buscava saber por que vale a pena ser músico, ainda que haja essas possibilidades de se ter problemas de saúde por conta da atividade. Os registros (tabela 20) mostram que 15 músicos, com destaque numérico para os amadores, disseram valer a pena por conta do prazer/satisfação trazidos pela atividade musical. Outros 6 registros referem-se ao fato de que os entrevistados se sentem bem ao tocar ou desempenhar outra atividade relacionada à música.

Quatro (4) dos respondentes (2 profissionais e 2 biprofissionais) colocam a música como um vício, que não se consegue parar. Outros 2 (1 profissional e 1 biprofissional) dizem que não conseguiriam viver sem a música e 4 (3 amadores e 1 biprofissional) dizem que vale a pena por causa do amor e dedicação que se tem pela música.

Outras respostas trataram da relação dos músicos com os outros. Oito (8) registros tratam de que vale a pena ser músico por conta do retorno positivo dado pelo público e 2 (1 profissional e 1 biprofissional) falam sobre a forma como você é visto pelos outros como músico.

Foram citadas ainda questões como o fato da atividade musical servir como uma válvula de escape para os problemas e de ser uma necessidade espiritual do músico. Esses e os outros registros desta questão podem ser acompanhados com mais detalhes na tabela 20, a seguir:

Tabela 20- Registros da 5UC1. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)

5UC1	Porque vale a pena ser músico (questão 7).	P + A + Bi = Total
5UR1,1	Você sente prazer/satisfação	7+ 6 + 2 = 15
5UR1,2	Por causa do público e do retorno que ele dá	4+ 2 + 2 = 8
5UR1,3	Se sente bem tocando ou fazendo outra atividade relacionada à música	3+ 1 +2 = 6
5UR1,4	Pelo amor/dedicação que se tem pela música	0 + 3 + 1 = 4
5UR1,5	A música é um como um vício/ você não consegue parar	2 + 0 + 2 = 4
5UR1,6	Essa questão das dores/lesões não é muito grave e trata-se de uma possibilidade, não uma certeza.	0 + 1+ 3 = 4
5UR1,7	Precisa-se saber avaliar a situação e tentar corrigi-la, em vez de simplesmente abdicar da saúde	2+ 1+ 1 = 4
5UR1,8	Não se deve deixar de fazer uma coisa que gosta/ acredita por conta dessas possibilidades	2+ 2+ 0 = 4
5UR1,9	Toda profissão/atividade gera problemas, envolve perdas e ganhos/ tudo tem seu preço	2+ 2 + 0 = 4
5UR1,10	Você se esquece dos problemas quando está tocando/ válvula de escape	0 + 1 + 2 = 3
5UR1,11	A música é uma atividade da alma/necessidade espiritual/conforto espiritual	2 + 0 + 1 = 3
5UR1,12	A música toma conta da tua vida/ A maior parte da minha vida é voltada pra música	2+ 0 + 1 = 3
5UR1,13	A música proporciona prazeres que as outras atividades não proporcionam	1 + 1+ 1 = 3
5UR1,14	Eu não viveria sem a música	1+ 0 + 1 = 2
5UR1,15	A forma como você é visto como músico	1 + 0 + 1 =2
5UR1,16	A música te dá aprendizado pra tua vida/ te faz ser uma pessoa melhor	1 + 0 + 1 = 2
5UR1,17	Gera o sustento/você é pago por isso	2+ 0+ 0 = 2
5UR1,18	Por causa do dom	2+ 0+ 0 = 2
5UR1,19	A música, como todo trabalho, é importante e precisa ser feito	2+ 0+ 0 = 2
5UR1,20	É o que eu faço de melhor/ é a única coisa que eu sei fazer	2+ 0+ 0 = 2

Merecem destaque também alguns registros de respostas dadas apenas por profissionais, segundo os quais vale a pena ser músico porque: (1) você é pago para tocar e isso gera o seu sustento; (2) a sua habilidade é uma espécie

de dom; (3) é um trabalho que, assim como os outros, é importante e precisa ser feito, apesar dos perigos e (4) é a única coisa que sabe fazer ou o que faz de melhor. Para exemplificar este último registro, pode-se pegar um trecho do respondente 35:

(...) é igual tu pegar um pássaro e (...) falar pra ele: “Qual a finalidade assim de tu voar, continuar voando, passarinho?” tipo assim, entendeu? É, vai com dor, né, e tal, “Tem um lado bom do voo?”, “Ah, eu só sei fazer isso, eu só sei voar” não tem outra coisa pra fazer, entendeu? É, a vida, a minha vida é essa, a única coisa que eu sei fazer. Poderia fazer outras coisas, mas não tem como, entendeu? Por que é como se tomasse conta mesmo da vida do... Quando a pessoa realmente é músico, trabalha com arte, é assim, entendeu? Então não tem um lado bom, assim, tem sim um lado de viver.

Categoria 5 – unidade de contexto 2 (questão 8) – *Você acha que as emoções positivas que você sente durante a prática musical podem diminuir a importância das dores, desconfortos, cansaço ?*

A pergunta 8 questionava aos entrevistados se as emoções positivas ajudam a diminuir a importância das dores ou a percepção das mesmas, o que é defendido neste trabalho como sendo um dos motivos pelos quais muitas das vezes os músicos nem se dão conta que estão sentindo dor ou, mesmo sentindo dor, acharem pouco importante.

Houve 34 registros de músicos que acreditam que isto ocorra, enquanto 3 acham que não. Outros 2 acham que essa emoções positivas ajudam a continuar tocando com dor, mas que não elimina ou camufla a dor. Cinco (5) acreditam que, por conta dessas emoções, só se sentem dores mais fortes, dores leves passam despercebidas. E 9 acreditam que as dores não são sentidas apenas no momento em que se está tocando, mas aparece nos intervalos ou depois.

A seguir, 3 relatos de músicos que acreditam que acontece essa camuflagem por conta das emoções:

Com certeza (...) você esquece quando você tá empolgado, quando você tá feliz naquele momento ali, você quer animar o público, você quer fazer o seu show, não importa se tacaram uma pedra em você, se seu dedo tá sangrando, quê que foi que aconteceu que, enfim, a pessoa dá um jeito de fazer o show dele. Tanto é que uma vez eu caí do palco e eu tentei continuar tocando (respondente 1);

Na verdade esse é o único motivo de você continuar tocando, sentir um prazer tão grande que você continua... Eu acho que é a mesma coisa que é a mesma coisa que usar droga, tu tá usando tu sabe que tá te prejudicando, tu sabe que tua saúde tá indo pro saco, mas aquilo te dá um prazer tão grande que 'ok, é assim mesmo'(respondente 19);

Sim, com certeza, com certeza. Muitas vezes aconteceu isso comigo, de eu estar gripado, doente, rouco, com virose, geralmente eu fico com virose, então toda vez que eu subia no palco, que eu recebia a energia, amenizava total a dor, tu só

sente em casa, depois que teu sangue esfriou, então eu acho que tem essa questão sim de amenizar tudo (respondente 20).

Cinco (5) dos músicos dizem que isto acontece pelo fato de que, no momento em que está tocando, você fica concentrado/entretido em outras coisas, aplicando a atenção em outros assunto, de modo que não se perceba a dor, o que vai de encontro à teoria do estado de *flow*. Quatro (4) citam também substâncias liberadas durante a atividade como sendo responsáveis por isso, como adrenalina e endorfina. Três (3) registros apontam também uma comparação com os esportes, onde, por vezes, o atleta mesmo sentindo dor ou lesionado continua jogando.

Outros 3 registros apontam que este comportamento ocorre principalmente quando você está tocando algo que você goste, que seja de um compositor que você admire etc. E 2 registros destacam também o papel do público nessa questão, de modo que a interação com os espetadores também ajudaria a não perceber as dores.

Os registros dessa questão estão relacionados na tabela 21, a seguir:

Tabela 21- Registros da 5UC2. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)

5UC2	Relação entre as Emoções Positivas e a importância que se dá às dores/desconfortos/cansaço durante a prática musical (questão 8).	P + A + Bi = Total
5UR2.1	Sim	16 + 9 + 9 = 34
5UR2.2	Não	1 + 0 + 2 = 3
5UR2.3	Ajuda a continuar tocando, mas não a não sentir dor	1 + 0 + 1 = 2
5UR2.4	Quando se está tocando empolgado, se esquece das dores e dos desconfortos	1 + 2 + 1 = 4
5UR2.5	Fica concentrado/entretido em outras coisas(atenção/foco) / imerso no mundo da música	1 + 2 + 2 = 5
5UR2.6	Passa momentaneamente/ depois ou nos intervalos é que se percebe	5 + 3 + 1 = 9
5UR2.7	Só sente quando a dor é muito forte ou que vêm doendo há algum tempo. Se for uma dor supérflua não se sente.	4 + 0 + 1 = 5
5UR2.8	Comparação com esportes/atletas	2 + 0 + 1 = 3
5UR2.9	Principalmente se tiver fazendo um som que gosta/ um compositor q gosta / varia de acordo com o repertório	2 + 0 + 1 = 3
5UR2.10	Citam substâncias químicas que seriam responsáveis por isso (como endorfina, dopamina e adrenalina)	1 + 1 + 2 = 4
5UR2.11	Falam do papel do público /plateia	0 + 1 + 1 = 2

Além do que já foi falado até aqui, algumas outras opiniões coletadas nessa questão se mostram muito interessantes para este tema de pesquisa:

Eu penso que....eu não creio que só as emoções positivas, mas as emoções ditas como negativas também, como a raiva, o etc. etc. que vai acontecer quando você erra alguma passagem, isso também te leva a repensar aquilo que você tava fazendo e pensar numa mudança naquele momento, então sim, mas não só as positivas, também as negativas e as neutras(respondente 23);

Isso é também uma faca de dois gumes aí, se tu tá muito feliz tu não vai perceber que tá doendo e quando o cara tá muito feliz não vai perceber varias coisas que tão erradas. Então ajuda sim, mas essa felicidade ela tem que tá associada a essa consciência, que as vezes a gente tá ali super feliz e depois tu vai ver que doeu, tá doendo a mão, ou o dedo, ou o pulso, isso pode ser porque tu relaxou, por que tu carregou alguma coisa ou pelo fato de tu ter tocado. Mas sim, acho que a felicidade, a satisfação ali acaba anestesiando uma dor leve (respondente 30);

Também é preciso focar numa questão metódica, que são as partituras, então não dá pra tu viajar muito, aí tu acaba tendo que... Até porque se você viajar muito você se lesiona, que foi o que aconteceu comigo, eu viajei entrei no clima e esqueci que eu não tinha alongado, começaram a me cobrar, eu fiquei motivado por aquelas emoções na hora e forcei (respondente 34).

Categoria 6 – unidade de contexto 1 (questão 9) – *Você tem algum outro comentário a respeito desse tema que gostaria de relatar?*

A nona questão finaliza a entrevista e indaga os entrevistados se eles têm algum outro comentário que gostariam de fazer a respeito do tema geral da entrevista. Dos 39 músicos, 12 disseram não ter comentários adicionais a fazer. Entre os outros, 11 ressaltaram a importância da pesquisa, uma vez que é um tema ao qual se dá pouca atenção e 2 profissionais falaram da importância de pesquisas assim para que os músicos possam saber, de forma mais objetiva, que atitudes tomar para evitar tais problemas.

Sete (7) registros (sendo 5 de profissionais) trataram da necessidade de dar mais importância à saúde do músico, criar uma espécie de cultura do cuidado com os elementos humanos da atividade musical. Um dos músicos indicou até que seria interessante que as bandas tivessem profissionais especializados em tratar da saúde de seus músicos. Outros registros falam ainda de se dar mais importância às questões da prevenção de dores/lesões ainda durante o processo de aprendizagem, da importância de se usar técnicas instrumentais adequadas para evitar problemas e da importância de dar atenção às particularidades de cada instrumento na hora de escolher assentos, por exemplo, ou tomar medidas preventivas. O detalhamento dos registros dessa questão pode ser visto na tabela 22, a seguir:

Tabela 22- Registros da 6UC1. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)

6UC1	Comentário extra ao final da entrevista. (questão 9).	P + A + Bi = Total
6UR1.1	Não tem comentários	5 + 3 + 4 = 12
6UR1.2	Ressalta a importância da pesquisa/ tema, pois é um tema a que se dá pouca importância	6 + 2 + 3 = 11
6UR1.3	As pessoas tem que dar importância pra saúde, pesquisar maneiras se manter saudável, mesmo com a prática, uma cultura do cuidado	5 + 1 + 1 = 7
6UR1.4	Indica a necessidade de pesquisas que ajudem o músico a saber como cuidar da saúde	2 + 0 + 0 = 2
6UR1.5	Tem que ser dado maior importância durante o processo de aprendizagem	0 + 1 + 1 + 2
6UR1.6	Ressalta que cada instrumento tem as suas particularidades	2 + 0 + 0 = 2
6UR1.7	Destaca a importância de uma técnica adequada pra evitar problemas	1 + 0 + 1 = 2

Para finalizar, pode-se citar um trecho do depoimento do respondente 22 que resume um pouco do que foi dito nas respostas a essa questão:

Eu acho interessante, dificilmente as pessoas tratam desse assunto e o próprio músico, às vezes, ele se negligencia sobre isso...se dedica ao ofício, ofício, ofício, mas esquece dele...porque quem tá ali, no caso o músico, espero que continue assim, é um ser humano, não é uma máquina...e até as próprias máquinas precisam de lubrificação, de cuidado e coisas semelhantes.

Categoria 7 – unidade de contexto 1 (questão Extra)

Doze (12) dos músicos respondentes passaram também por uma fase de pesquisa anterior ao que foi descrito até aqui, onde eles foram filmados tocando em ensaios ou apresentações por um determinado tempo. Foram 2 profissionais, 5 amadores e 5 biprofissionais. Infelizmente, não se pôde fazer com mais músicos, uma vez que esta etapa gerou grande dificuldade de marcação de horários com os músicos, principalmente com os profissionais. Não se sabe se isto foi gerado unicamente pelas rotinas apertadas ou por alguma espécie de receio com relação à pesquisa. Cabe ressaltar que, por conta disso, não se considerou pertinente proceder com uma análise mais detalhada e sistemática das filmagens, podendo ser tratado desta forma em pesquisas posteriores onde se consiga marcar as sessões de gravação com mais facilidade (sendo importante, para isso, a detecção dos motivos que dificultam essa marcação).

Dos registros em vídeo, foram tiradas algumas fotografias (exemplos na figura 42) exemplificando posturas e comportamentos dos músicos no decorrer

do período gravado (em torno de 1 hora). Foram selecionados tanto as posturas e comportamentos prejudiciais à saúde dos músicos quanto aquelas que indicavam já haver, por parte do instrumentista, certa consciência corporal em relação à atividade exercida, evitando danos ao próprio indivíduo.

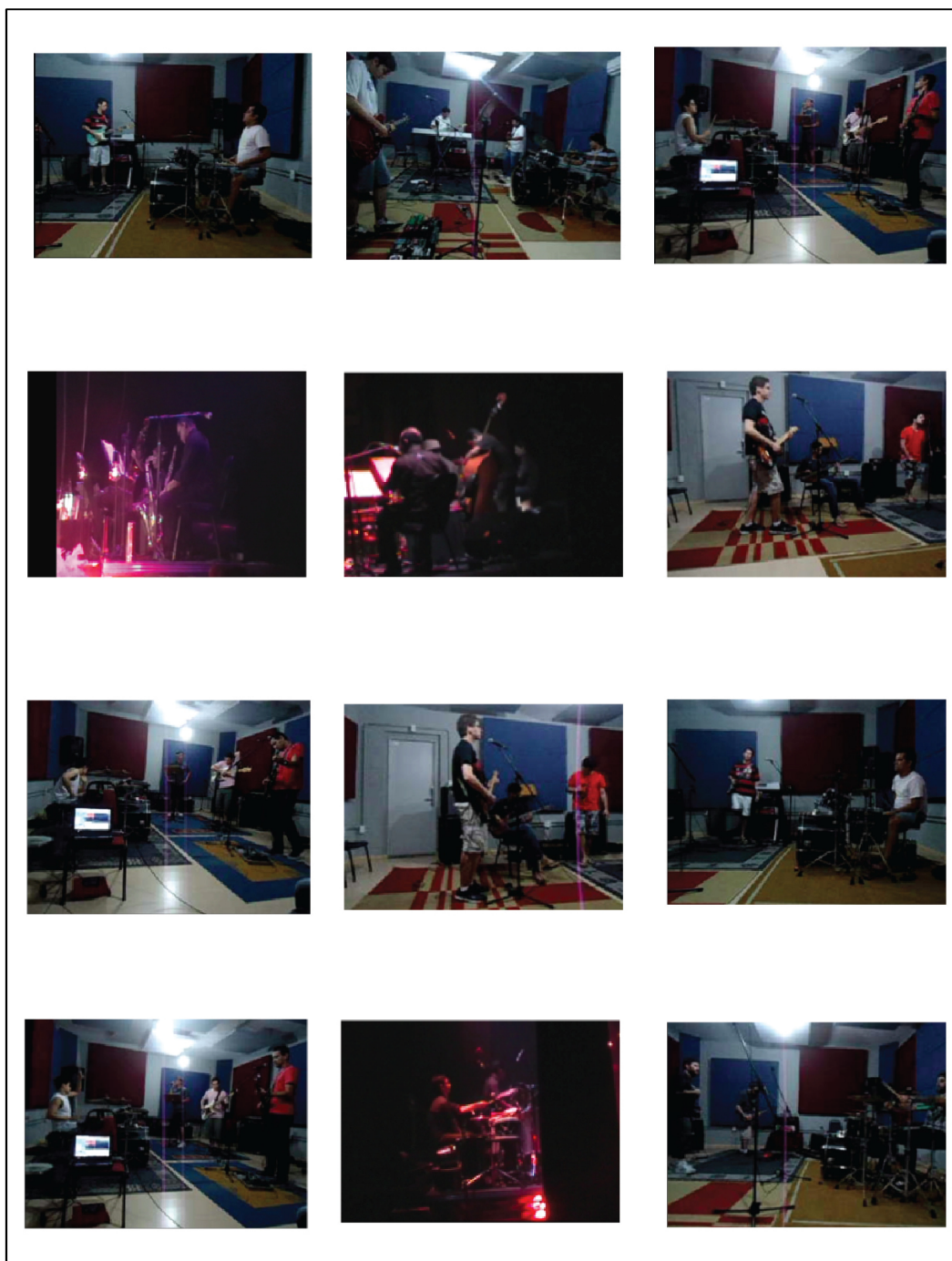


Figura 42- Exemplos dos registros fotográficos apresentados aos músicos nas entrevistas.

Posteriormente, durante a entrevista, esses 12 músicos responderam também a uma pergunta extra, logo após a primeira pergunta, onde se mostrava

de 9 a 12 fotografias do próprio músico tocando e perguntava-se se eles viam alguma relação entre as posturas e comportamentos registrados e as dores/desconfortos que eles relatavam.

Os registros dessas respostas são apresentados na tabela 23, abaixo:

Tabela 23- Registros da 7UC1. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)

7UC1	Comentários a respeito dos comportamentos e posturas adotados pelos próprios músicos, de acordo com o observado nos registros. (questão extra).	P + A + Bi = Total
7UR1.1	Acreditam que as posturas registradas devem influenciar nas dores que sentem	$0 + 5 + 4 = 9$
7UR1.2	Acreditam que a postura assumida/comportamentos observados já é reflexo da dor/cansaço	$0 + 0 + 3 = 3$
7UR1.3	Durante o show, não se liga pras dores e a postura também se modifica	$0 + 0 + 1 = 1$
7UR1.4	Destaca a manutenção da postura por muito tempo como “fator de risco”	$0 + 1 + 0 = 1$
7UR1.5	Destaca o mau posicionamento de instrumentos/regulagens	$0 + 2 + 0 = 2$
7UR1.6	Emoção/empolgação faz com que se adote posturas/ faça movimentos desnecessários, mas que é esteticamente interessante	$0 + 1 + 0 = 1$
7UR1.7	Acha que são outros fatores que interferem nas dores e não as posturas registradas	$1 + 0 + 0 = 1$
7UR1.8	As posturas registradas já são resultado de um processo de “reeducação postural”, de modo que atualmente sente poucas dores	$1 + 0 + 0 = 1$

Como se pode perceber, 9 dos 12 respondentes disseram acreditar que as posturas registradas têm a ver com as dores que sentem e 3 disseram que as posturas já são um reflexo dessas dores. Foi citada por eles a manutenção da mesma postura por muito tempo e o mau posicionamento ou regulagem de instrumentos como fatores que geram prejuízo. Além disso, foi comentado a respeito de movimentos e posturas que são desnecessários à execução musical

mas que ocorrem por conta de uma estética visual interessante para a imagem do músico. Falou-se também das diferenças entre ensaios e apresentações: Nestas, se sente menos dores e a própria postura do músico se modifica, de acordo com um deles.

Dentre os 2 profissionais gravados, 1 acredita que as dores que sente não estão relacionados às posturas, mas a outros fatores. O outro fala que os registros fotográficos apresentados mostram já o resultado de um processo de reeducação postural que ele se dispôs a fazer após começar a sentir algumas dores e que deu resultados satisfatórios.

Para encerrar, pode-se dizer que, de modo geral, os músicos têm alguma noção da dor que sentem e dos perigos relacionados à prática musical. Têm noção também de alguns comportamentos seus que podem causar-lhes problemas de saúde e conhecem também algumas estratégias para evitar esses problemas, ainda que de maneira vaga. No entanto, as atribuições do cotidiano e alguns outros fatores fazem com que se dê pouca importância para essas questões.

Muitas das vezes as dores parecem não ser percebidas ao nível da consciência ou então lhes é dada tão pouca importância que elas parecem não fazer parte da prática musical. Porém, ao serem questionados a respeito, muitos dos músicos que inicialmente declaram não sentir dores com frequência, acabam lembrando de várias situações em que sentiram. É de se imaginar que houvesse maior espaço para discussão do tema e maior interesse do músico em desenvolver sua consciência corporal o problema poderia ser representado de forma mais fiel ao que realmente ocorre na *práxis* desses indivíduos, sejam profissionais ou amadores.

Além disso, há também a questão das emoções envolvidas na prática musical e que têm papel primordial no desenvolvimento das atividades artísticas de modo geral. Numa via de mão dupla, tanto vale a pena sentir dores por conta de uma atividade que lhe traz tanto prazer quanto o próprio prazer e demais sentimentos/emoções agem para que se sinta menos essas dores e desconfortos.

No próximo capítulo apresenta-se melhor, através de considerações finais, as relações entre as informações obtidas no levantamento de dados e os aspectos teóricos abordados no início do relatório.