



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO JOÃO DEL-REI
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM MÚSICA
MESTRADO ACADÊMICO**

**Linha de Pesquisa: Dimensões teóricas e práticas da performance
musical**

**PROJETO DE PESQUISA
Docente: Alessandro de Oliveira, Me., Dr.**

**SÃO JOÃO DEL-REI – MINAS GERAIS
JULHO DE 2022**

INTRODUÇÃO

Atualmente, dentre as várias atividades profissionais existentes no mundo, algumas se destacam por necessitarem, não apenas de habilidades físicas que se correlacionam com uma diversidade de movimentos, mas também de um profundo conhecimento teórico e técnico.

Dentre tais profissões, pode-se destacar o músico, profissional ligado não apenas à arte de dominar um ou mais instrumentos, mas também aquele que possibilita a multiplicação do aprendizado adquirido para outros indivíduos.

O ser músico significa ter uma rotina de esforço físico e psicológico, sendo suas atividades caracterizadas pelo conhecimento teórico e práticos específicos a sua profissão, além de sessões de treinamentos visando alcançar a melhor performance musical.

Neste sentido, o ser músico requer um bem estar psicofisiológico que favoreça toda sua carreira, sendo o cuidado corpo e mente, fundamental para a longevidade e o reconhecimento profissional perante seus pares e, principalmente, perante si mesmo.

Apesar de ainda incipiente, estudos envolvendo este grupo de profissionais relacionando sua prática com a saúde, vêm crescendo no mundo. Um pequeno exemplo, pode ser detectado em plataformas de busca de estudos científicos, como o Pubmed (NLM, 2022), onde o número de pesquisas associadas aos termos músico e saúde apresentou crescimento considerável nos últimos 10 anos (Figura).

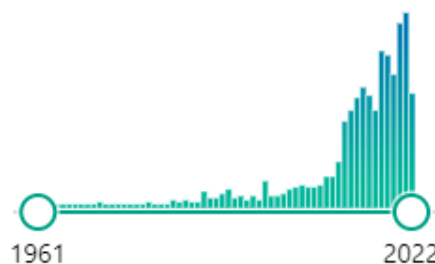


Figura: Tendência do número de publicações associado os descritores em inglês *musician and/or health* no site de busca de artigos científicos Pubmed (NLM, 2022)

No entanto, apesar de ser evidenciado neste conjunto de trabalhos, uma maior frequência de estudos ligados a prevenção de lesões, principalmente de estruturas



musculoesqueléticas (FOXMAN; BURGEL, 2006; STANHOPE et al, 2021; VASTAMAKI et al, 2020; WOLFF et al, 2021), alguns estudos vêm discutindo temas mais amplos envolvendo a incidência de eventuais transtornos, distúrbios e/ou doenças agudas ou crônicas (DAVISON, 2020; KING et al, 2019; ROOS et al, 2021).

Tal discussão em torno desse tema é de suma importância, haja vista que a prevalência de transtornos alimentares como obesidade e anorexia; psíquicos, como a ansiedade e a depressão; ou ainda comorbilidades oriundas de distúrbios metabólicos (ex: hipertensão, diabetes, câncer, etc) tem alcançado números cada vez mais alarmantes em todo o mundo (MAGLIANO et al, 2021; XU et al, 2021).

No Brasil, dados recentes do Ministério da Saúde apontam que mais da metade da população brasileira encontra-se acima do peso ideal. Além disso, 16,9 a 28,5% e, 4,6% a 8,6% dos brasileiros residentes em capitais se autodeclararam como hipertensos e diabéticos, respectivamente (BRASIL, 2020). Somado a este quadro, o aumento da prevalência de transtornos alimentares, por exemplo, vem demonstrando profunda associação com distúrbios mentais como a depressão, (SILVA et al, 2021; VIEIRA et al, 2021) evidenciando importante entre tais ocorrências.

Assim, estudos que possibilitem verificar e analisar formas de ação que mapeiem tais ocorrências em públicos em específico, assim como, propor intervenções com o objetivo de melhorar este quadro, tornam-se necessários.

Sabe-se da evidente importância do profissional da Medicina na busca de um melhor tratamento da saúde. No entanto, propostas multiprofissionais adicionando outras áreas da Saúde como nutricionistas, psicólogos e educadores físicos, vem alcançando resultados mais concisos e promissores (TREMBLAY et al, 2020).

Além do exercício físico, tratamento não medicamento comprovadamente benéfico para a saúde (ARMSTRONG, 2020; CELIK; YILDIZ, 2021), da melhoria na qualidade nutricional (CRUZ-COBO; SANTI-CANO, 2020; MICHAELSSON et al, 2020) e da melhor organização de emoções (AL RIFAI et al, 2021; BIVANCO-LIMA et al, 2021), a música poderia ser um importante auxiliador nestes quadros.

Sendo assim, com base no exposto, vê-se a importância de pesquisas que analisem, não apenas a profissional do músico, mas que possam associar a música como um agente terapêutico, visando proporcionar melhorias na qualidade de vida destes indivíduos.



OBJETIVOS

Objetivo geral

A presente proposta de estudo, relacionada à linha de dimensões teóricas e práticas da performance musical, tem como meta buscar avaliar, analisar e discutir o ser músico e sua saúde, bem como, a prevalência e associação da prática musical como tratamento de doenças crônicas não transmissíveis.

Objetivo específicos:

Nesta proposta de trabalho, tem-se como objetivos específicos:

- ✓ Mensurar e avaliar o perfil físico utilizando-se de parâmetros antropométricos, neuromotores, metabólicos, nutricionais e de nível de atividade física do público alvo da proposta;
- ✓ Mensurar e avaliar o perfil psicológico quanto a prevalência de transtornos mentais e se tais transtornos se associam com a profissão de músico;
- ✓ Propor intervenções terapêuticas não medicamentosas visando atenuar transtornos e doenças encontradas no público em questão;

METODOLOGIA

Cuidados éticos

Todos os projetos de pesquisa a serem realizados dentro da temática abordada serão apreciados pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo Seres Humanos da UFSJ (CEPSJ-UFSJ) e seguirão, de forma plena, todas as resoluções (466/2012, 510/2016) normativa (001/2013) e cartas circulares correlatas expressas pelo Conselho Nacional em Pesquisa do Ministério da Saúde.

População e amostragem

A população alvo de todos os estudos realizados nestas propostas serão constituídas por músicos profissionais e amadores sem restrição a sexo, etnia ou idade. As amostras serão calculadas levando em consideração os parâmetros epidemiológicos e de ensaios clínicos randomizados conforme descritos nos melhores referenciais na área da Estatística (ALMEIDA FILHO; BARRETO, 2011).



Tipos de pesquisas

Serão realizadas pesquisas do tipo transversal, longitudinal e/ou observacional. Tais tipologias possibilitam verificar além do comportamento do músico e suas vertentes quanto a qualidade de sua saúde, a possibilidade de observar associações entre diferentes tipos de parâmetros, como por exemplo, marcadores bioquímicos, parâmetros antropométricos e composição corporal, avaliações neuromotoras, dentre outras.

Por fim, ao verificar tais evidências, a utilização de estudos longitudinais com propostas de intervenções do tipo clínico randomizados, poderão ser o grande passo para a sugestão de determinados tipos de comportamento do músico no sentido de melhorar não apenas sua qualidade de vida, mas também a sua performance profissional.

Análises estatísticas

Os resultados encontrados estarão analisados de acordo com a sua forma de mensuração, sendo: (a) para estudos de associação e correlação utilizado testes de cunho epidemiológico; (b) para estudos do tipo clínico experimental, serão utilizados testes de cunho experimental, respeitando todos os pressupostos; (c) Para estudos observacionais poderão ser utilizados testes qualitativos interpretando-se, de acordo com os achados, possíveis conclusões por meio de análise de discursos ou outras ferramentas.

REFERENCIAL BIBLIOGRÁFICO

AL RIFAI, M.; JIA, X.; PICKETT, J. *et al.* Social Determinants of Health and Comorbidities Among Individuals with Atherosclerotic Cardiovascular Disease: The Behavioral Risk Factor Surveillance System Survey. **Popul Health Manag**, Jun 14 2021.

ALMEIDA FILHO, N.; BARRETO, M. L. **Epidemiologia e Saúde**. Rio de Janeiro, RJ: Guanabara Koogan, 2011. 724 p. 9788527716192.

ARMSTRONG, N. Exercise is an effective intervention for reducing blood pressure in adults with hypertension and diabetes: an opportunity for nurses. **Evid Based Nurs**, Nov 17 2020.

BIVANCO-LIMA, D.; DE SOUZA SANTOS, I.; WANG, Y. P. *et al.* Cardiovascular risk factors and major depressive disorder: a cross-sectional study in Sao Paulo, Brazil. **Sao Paulo Med J**, Jun 11 2021.



BRASIL, M. S. **Vigitel Brazil 2019::** Surveillance of risk and protective factors for chronic diseases by telephone survey: estimates of frequency and sociodemographic distribution of risk and protective factors for chronic diseases in the capitals of the 26 Brazilian states and the Federal District in 2019. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2020. 978-85-334-2765-5. 137 p. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2019_vigilancia_fatores_risco.pdf.

CELIK, O.; YILDIZ, B. O. Obesity and physical exercise. **Minerva Endocrinol (Torino)**, 46, n. 2, p. 131-144, Jun 2021.

CRUZ-COBO, C.; SANTI-CANO, M. J. Efficacy of Diabetes Education in Adults With Diabetes Mellitus Type 2 in Primary Care: A Systematic Review. **J Nurs Scholarsh**, 52, n. 2, p. 155-163, Mar 2020.

DAVISON, D. Sources of occupational stress among the military musicians of the Royal Air Force. **BMJ Mil Health**, Mar 26 2020.

FOXMAN, I.; BURGEL, B. J. Musician health and safety: Preventing playing-related musculoskeletal disorders. **AAOHN J**, 54, n. 7, p. 309-316, Jul 2006.

KING, B.; BERG, L.; KOENIG, J. *et al.* A Revised Occupational Stress Measure for Popular Musicians: Pilot Test of Validity and Reliability. **Med Probl Perform Art**, 34, n. 2, p. 85-91, Jun 2019.

MAGLIANO, D. J.; CHEN, L.; ISLAM, R. M. *et al.* Trends in the incidence of diagnosed diabetes: a multicountry analysis of aggregate data from 22 million diagnoses in high-income and middle-income settings. **Lancet Diabetes Endocrinol**, 9, n. 4, p. 203-211, Apr 2021.

MICHAELSSON, K.; BARON, J. A.; BYBERG, L. *et al.* Combined associations of body mass index and adherence to a Mediterranean-like diet with all-cause and cardiovascular mortality: A cohort study. **PLoS Med**, 17, n. 9, p. e1003331, Sep 2020.

NLM, N. L. o. M. Pubmed.gov. Washington, DC: National Center for Biotechnology Information 2022.

ROOS, M.; ROY, J. S.; LAMONTAGNE, M. E. A qualitative study exploring the implementation determinants of rehabilitation and global wellness programs for orchestral musicians. **Clin Rehabil**, p. 2692155211010254, Apr 14 2021.

SILVA, D. A.; COUTINHO, E.; DE FIGUEIREDO, R. C. *et al.* Depression is associated with increased adiposity in a 4-year follow-up: results from the ELSA-Brasil. **J Affect Disord**, 282, p. 179-186, Mar 1 2021.

STANHOPE, J.; PISANIELLO, D.; WEINSTEIN, P. What do musicians think caused their musculoskeletal symptoms? **Int J Occup Saf Ergon**, p. 1-9, Apr 5 2021.



TREMBLAY, A.; BELANGER, M. P.; DHALIWAL, R. *et al.* Impact of a multidisciplinary intervention on physical fitness, physical activity habits and the association between aerobic fitness and components of metabolic syndrome in adults diagnosed with metabolic syndrome. **Arch Public Health**, 78, p. 22, 2020.

VASTAMAKI, M.; RISTOLAINEN, L.; HELIOVAARA, M. *et al.* Musculoskeletal pain among Finnish orchestra musicians versus core workforce. **Occup Med (Lond)**, 70, n. 7, p. 507-513, Oct 27 2020.

VIEIRA, I. S.; FERRUGEM, S. C. R.; REYES, A. N. *et al.* Effects of depression and excess body weight on cognition and functioning in young adults: A population-based study. **J Affect Disord**, 282, p. 401-406, Mar 1 2021.

WOLFF, A. L.; LING, D. I.; CASEY, E. K. *et al.* Feasibility and impact of a musculoskeletal health for musicians (MHM) program for musician students: A randomized controlled pilot study. **J Hand Ther**, Apr 15 2021.

XU, F.; CARLSON, S. A.; LIU, Y. *et al.* Prevalence of Inflammatory Bowel Disease Among Medicare Fee-For-Service Beneficiaries - United States, 2001-2018. **MMWR Morb Mortal Wkly Rep**, 70, n. 19, p. 698-701, May 14 2021.