



Rodrigo Alcântara de Souza

Dor e Prazer na Prática Musical

Dissertação de Mestrado

Dissertação apresentada como requisito parcial para obtenção do título de Mestre pelo Programa de Pós-Graduação em Design da PUC-Rio.

Orientadora: Prof.^a Claudia Renata Mont'Alvão

Rio de Janeiro
Abril de 2013



Rodrigo Alcântara de Souza

Dor e Prazer na Prática Musical

Dissertação apresentada como requisito parcial para obtenção do título de Mestre pelo Programa de Pós-Graduação em Design do Departamento de Artes & Design da PUC-Rio. Aprovada pela Comissão Examinadora abaixo assinada.

Prof.^a Claudia Renata Mont'Alvão

Orientadora - Departamento de Artes & Design - PUC-Rio

Prof.^a Jackeline Lima Farbiarz

Departamento de Artes & Design - PUC-Rio

Prof. Márcio Alves Marçal

Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre - UFCSPA

Prof.^a Denise Berruezo Portinari

Coordenadora Setorial do Centro de Teologia e Ciências Humanas - PUC-Rio

Rio de Janeiro, 02 de abril de 2013.

Todos os direitos reservados. É proibida a reprodução total ou parcial do trabalho sem autorização da universidade, do autor e da orientadora.

Rodrigo Alcântara de Souza

Bacharel em Design pela Universidade Federal do Amazonas – UFAM (2011). Possui experiência em pesquisa em design e ergonomia. Atua também no ensino de design e na área de design gráfico. Sua relação com a música começou em 1999, aos 10 anos de idade e, desde 2010, explora temas de pesquisa que relacionam o universo da música e o design.

Ficha Catalográfica

Souza, Rodrigo Alcântara de

Dor e prazer na prática musical / Rodrigo Alcântara de Souza ; orientadora: Claudia Renata Mont'Alvão. – 2013.

171 f. : il. (color) ; 30 cm

Dissertação (mestrado)–Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Departamento de Artes e Design, 2013.

Inclui bibliografia

1. Artes e design – Teses. 2. Prática musical. 3. Ergodesign. 4. Constrangimentos. 5. Estado de flow. 6. Emoções e sentimentos. I. Mont'Alvão, Claudia Renata. II. Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. Departamento de Artes & Design. III. Título.

CDD 700

Aos músicos que convivem diariamente com as dores, desconfortos e doenças causadas pela própria atividade musical e, ainda assim, continuam exercendo essa atividade com amor e dedicação;

Aos que se dedicam ao estudo desses problemas e tentam tornar as atividades musicais mais saudáveis.

Agradecimentos

À minha família pelo apoio e força constantes e por todo o amor dedicado;

A Sarah Batista pelas contribuições e pelo apoio e amor sempre presentes;

Aos amigos que ajudaram nas diferentes fases da pesquisa;

À professora Claudia Mont'Alvão pela dedicação e pelas orientações sempre coerentes e que possibilitaram que a pesquisa se desenvolvesse sem amarras;

Aos professores pelos ensinamentos que tanto tornaram possível o desenrolar das questões da pesquisa quanto ajudaram no meu amadurecimento pessoal e enquanto pesquisador;

Aos músicos que participaram como respondentes e aos que ajudaram no contato e recrutamento de outros participantes, sem os quais esta pesquisa seria inviável;

À coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e à Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro (FAPERJ), pelo suporte financeiro recebido ao longo do curso.

Resumo

Souza, Rodrigo Alcântara de; Mont'Alvão, Claudia Renata. **Dor e Prazer na Prática Musical**. Rio de Janeiro, 2013. 171p. Dissertação de Mestrado - Departamento de Artes & Design, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

Apesar de ser um tema pouco divulgado tanto publicamente quanto dentro da própria classe musical, é grande o número de músicos que sofre com dores, desconfortos e até mesmo lesões e outros problemas de saúde decorrentes da atividade musical. A respeito disso se têm observado, nas últimas décadas, um crescente interesse de pesquisadores, principalmente da área da saúde, o que faz com que já existe uma considerável bibliografia sobre o assunto. Entretanto, ainda existem muitas lacunas de conhecimento que precisam ser preenchidas a fim de tornar a prática musical (profissional ou não) menos prejudicial à saúde de seus praticantes. Esta pesquisa, de caráter exploratório, investiga o tema numa amostra de 39 músicos instrumentistas da cidade de Manaus, dando ênfase às questões emocionais envolvidas na prática e sobre como elas podem interferir na percepção desses constrangimentos por parte dos indivíduos. Um dos pontos centrais abordados é a questão de que a prática musical seria uma situação favorável à ocorrência do *estado de flow* (CSIKSZENTMIHALYI, 1997), o que justificaria o fato de muitos músicos nem perceberem as dores e desconfortos durante a execução das atividades. Foi aplicado junto a esses respondentes um instrumento de coleta de dados composto de quatro partes: um questionário com informações gerais sobre a prática musical e os constrangimentos; um processo de ordenação de cartões com emoções/sentimentos presentes na prática; uma série de escalas de avaliação tratando do *estado de flow* e da cultura da dedicação presente no meio musical; e uma entrevista final visando ter opiniões mais aprofundadas dos músicos a respeito do tema tratado. Os dados coletados foram cruzados e analisados e os resultados apontam, entre outras coisas, que a prática musical, dentro dessa

amostra, apresenta características similares às encontradas nas ocorrências do estado de flow e ainda contam da importância das questões emocionais na prática, de acordo com a opinião dos músicos participantes.

Palavras-chave

Prática musical; Ergodesign; Constrangimentos; Estado de flow; Emoções e sentimentos.

Abstract

Souza, Rodrigo Alcântara de; Mont'Alvão, Claudia Renata (Advisor). **Pain and Pleasure at the Musical Practice**. Rio de Janeiro, 2013. 171p. MSc. Dissertation - Departamento de Artes & Design, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

Despite being a little divulged issue both publicly and within the musical class, is high the number of musicians who suffer from pains, discomforts and even injuries and other health problems associated with the musical activity. About this, have been observed in recent decades, a growing interest from researchers, especially in the health area, which means there is already a considerable literature on the subject. However, there are still many knowledge gaps that need to be filled in order to make the musical practice (professional or not) less harmful. This study, which has an exploratory character, investigates this issue with a sample of 39 instrumentalists from Manaus, emphasizing the emotional aspects involved in the practice and how they can interfere in the perception of the constraints of these individuals. One of the main points discussed is that musical practice would be a favorable situation to occurrence of flow state (CSIKSZENTMIHALYI, 1997) what could justify the fact that many musicians don't even realize the pain and injuries during the execution of the activity. It was applied at these respondents an instrument of data collection consisted on four parts: a questionnaire with general information about musical practice and constraints; a process of ordination of cards containing emotions/feelings involved in the practiced; a series of assessments scales about the flow state and about the dedication culture that exists in the musical environment; and a final interview seeking for more deeper opinions from musicians about the issue. The collected data were crossed and analyzed and the results indicate, among other conclusions, that musical practice from this sample, has similar characteristics from other where flow state is found, and still

contain the importance of emotional matters in the practice, according to the participants musicians.

Keywords

Musical practice; Ergodesign; Constraints; Flow state; Emotions and feelings.

Sumário

1	Introdução	17
1.1.	Contextualização do Tema	17
1.2.	Formulação do Problema de Pesquisa	18
1.3.	Questões a serem estudadas	18
1.4.	Objetivos	19
1.5.	Justificativa da Relevância da Pesquisa	19
1.6.	Metodologia da Pesquisa	20
1.6.1.	Objeto de Estudo	21
1.6.2.	Sujeito	21
1.6.3.	Procedimentos	21
1.7.	Estrutura do Relatório	22
2	Prática Musical	24
2.1.	A noção romântica (idealizada) do artista/músico	24
2.2.	O artista/músico “real”	30
2.3.	Contexto da prática musical	34
3	Instrumentos Musicais	40
3.1.	Instrumentos Musicais e Evolução	40
3.2.	“Tipologia” dos Instrumentos Musicais	43
3.2.1.	Instrumentos de Percussão	44
3.2.2.	Instrumentos de sopro	46
3.2.3.	Instrumentos de Corda	51
3.2.4.	Instrumentos de Teclado	54
3.3.	Acessórios	56
4	Constrangimentos Ergonômicos em Músicos	59
4.1.	Revisão da Literatura	59
4.2.	Fatores de Risco na Prática Instrumental	64
4.2.1.	Forma do Instrumento	64
4.2.2.	Qualidade do Instrumento	67
4.2.3.	Técnica	67

4.2.4. Repertório	68
4.2.5. Educação Musical	68
4.2.6. Comportamento de Estudo	68
4.2.7. Gênero	69
4.2.8. Fatores Psicológicos	69
4.2.9. Outros Fatores	69
4.3. Comparação entre Músicos e Atletas	70
4.4. Adaptação do trabalho ao músico	71
5 Emoções e Prazer	80
5.1. Emoções e Sentimentos	80
5.2. Teoria do Estado de <i>Flow</i>	85
5.3. A Cultura do Silêncio e a Cultura da Dedicção	88
6 Métodos e Técnicas – Construção do Instrumento de Levantamento de Dados	91
6.1. Entrevistas Preliminares	91
6.1.1. Resultados das Entrevistas Preliminares	92
6.2. Construção da Ferramenta de Pesquisa de Campo	93
6.3. Teste Piloto e alterações na Ferramenta de Pesquisa de Campo	98
7 Análise dos Dados Coletados	100
7.1. Determinação e Caracterização da Amostra	100
7.1.1. Perfil dos Respondentes	101
7.2. Ocorrência de dores e comportamentos relacionados à prática musical	104
7.3. Sentimentos/emoções presentes na prática musical	110
7.4. Teoria do <i>Flow</i> e Cultura da Dedicção	113
7.5. Análise de Conteúdo das Entrevistas	120
8 Considerações e Desdobramentos	144
8.1. Presença de dores e desconfortos na prática musical	144
8.2. Os Instrumentos Musicais	146
8.3. Estética Musical/Sonora e Estética Extramusical	148
8.4. Cultura da dedicação	149
8.5. Comparação com os esportes	150
8.6. Emoções/Sentimentos e Estado de <i>Flow</i>	151
8.7. Cultura do Cuidado	154

8.8. Desdobramentos	155
8.9. Lições Aprendidas	156
Referências Bibliográficas	158
Apêndices	164
Apêndice A – Pauta das Entrevistas Preliminares	164
Apêndice B – LeDOS - Music – Instrumento de Levantamento de Dados Objetivos e Subjetivos das Atividades do Músico – Parte 1 – Questionário Inicial	165
Apêndice C – LeDOS - Music – Instrumento de Levantamento de Dados Objetivos e Subjetivos das Atividades do Músico – Parte 2 – Cartões com Emoções/Sentimentos	166
Apêndice D – LeDOS - Music – Instrumento de Levantamento de Dados Objetivos e Subjetivos das Atividades do Músico – Parte 3 – Escalas de Likert	168
Apêndice E – LeDOS - Music – Instrumento de Levantamento de Dados Objetivos e Subjetivos das Atividades do Músico – Parte 4 – Pauta da Entrevista	170
Apêndice F – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado pelos músicos respondentes	171

Lista de figuras

Figura 1- Tímpanos (esq.) e timpanista executando os instrumentos (dir.).	45
Figura 2- Bateria (esq.) e sendo executada por músico (centro e dir.).	46
Figura 3- Trompete (esq.) e sendo executado por um músico (dir.)	47
Figura 4- Tuba (esq.) e tubista executando-a (dir.)	48
Figura 5- Diferentes tipos de saxofone (acima) e saxofonistas (abaixo).	49
Figura 6- Clarineta (esq.) e clarinetistas (dir.).	50
Figura 7- Flauta (esq.) e flautista (dir.)	50
Figura 8- Violão (esq. acima), guitarra (dir. acima), violonista (esq. abaixo) e guitarrista (dir. abaixo).	52
Figura 9- Baixo acústico (acima esq.) e elétrico (acima dir.) e baixistas (abaixo).	53
Figura 10- Violino (esq.) e violinista (dir.).	54
Figura 11- Piano (esq.) e pianista (dir.).	55
Figura 12- Cravo (esq.) e cravista (dir.).	55
Figura 13- Teclado (esq.) e tecladista (dir.).	56
Figura 14- Correia sendo usada por baixista (esq.) e saxofonista (dir.)	57
Figura 15- Modelos de estante para partitura.	57
Figura 16- Banco para bateria (esq.) e piano (dir.).	58
Figura 17- Postura assimétrica imposta pela flauta transversal	66
Figura 18- Exemplo de instrumento que impõe excesso de peso ao músico	66
Figura 19- Concentração do peso do instrumento sobre um único ponto de apoio (polegar da mão direita)	67
Figura 20- Comparação do esforço exigido a homens e mulheres em um instrumento que exige uma maior amplitude da mão.	69
Figura 21- Flauta modificada por Maarten Visser, apresentando o alongamento de uma das chaves para um músico cujo dedo não a alcançava.	73
Figura 22- Flauta também modificada por Maarten Visser, apresentando alteração em uma das chaves e o acréscimo de um suporte para dedo a fim de diminuir a compressão contra o corpo do instrumento.	73
Figura 23- Correção da hiperextensão dos dedos de um fagotista e redução da pressão sobre os dedos através da adição de pequenas almofadas que aumentaram a circunferência do corpo do instrumento.	74

Figura 24- Alteração feita no braço de um violão, aumentando sua espessura e possibilitando uma pega mais adequada ao tamanho da mão do violonista em questão. À esquerda o instrumento original e à esquerda o modificado.	74
Figura 25- Cadeira Wenger para violoncelistas	75
Figura 26- Cadeira Wenger para contrabaixistas e percussionistas.	76
Figura 27- Modelo de correia-suspensório	77
Figura 28- Violonista utilizando apoio para os pés.	77
Figura 29- Violonistas utilizando o ergoplay (esq.) e gitano (dir.).	78
Figura 30- Protetor auricular.	78
Figura 31- Esquema representando a organização da “máquina homeostática”.	83
Figura 32- Esquema representando a organização da “máquina homeostática” com acréscimo dos sentimentos no topo.	84
Figura 33- Determinação de uma experiência ótima, ou <i>flow</i> , de acordo com as relações entre desafios e habilidades.	87
Figura 34- Cartões utilizados na segunda parte do instrumento.	95
Figura 35- Trecho da parte 3 do LeDOS – Music.	97
Figura 36- Gráfico representando a porcentagem de músicos profissionais, amadores e biprofissionais.	102
Figura 37- Gráfico representando a quantidade de músicos que toca cada instrumento.	102
Figura 38- Relação entre partes do corpo afetada por dores e os instrumentos tocados (1/3)	106
Figura 39- Relação entre partes do corpo afetada por dores e os instrumentos tocados (2/3)	107
Figura 40- Relação entre partes do corpo afetada por dores e os instrumentos tocados (3/3)	108
Figura 41- Sobreposição da pontuação dos sentimentos/emoções relacionados com o estado de <i>flow</i> sobre o gráfico de Csikszentmihalyi (1997)	113
Figura 42- Exemplos dos registros fotográficos apresentados aos músicos nas entrevistas.	141

Lista de tabelas

Tabela 1- Estrutura do Relatório	23
Tabela 2 – Noção Romantizada x Noção real das atividades do músico	38
Tabela 3 – Compilação de pesquisas sobre a ocorrência de dores em músicos	62
Tabela 4 – Origem das palavras utilizadas na parte 2 do LeDOS – Music	96
Tabela 5- Tempo de prática (anos) dos músicos da amostra	103
Tabela 6- Quantidade de horas semanais dedicadas à atividade musical	103
Tabela 7- Formação musical dos músicos da amostra.	104
Tabela 8- Tipo de trabalho dos músicos da amostra	104
Tabela 9- Respostas das questões 14, 15, 16 e 18 do questionário.	109
Tabela 10- Respostas das questões 9, 10, 11, 12 e 19 do questionário.	110
Tabela 11- Pontuação dos sentimentos/emoções.	111
Tabela 12- Pontuação dos sentimentos/emoções relacionados com o estado de <i>flow</i> por Csikszentmihalyi (1997)	113
Tabela 13- Regras práticas sobre a força dos coeficientes de correlação.	118
Tabela 14- Registros da 1UC1. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)	123
Tabela 15- Registros da 2UC1. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)	125
Tabela 16- Registros da 2UC2. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)	127
Tabela 17- Registros da 3UC1. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)	129
Tabela 18- Registros da 3UC2. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)	131
Tabela 19- Registros da 4UC1. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)	133
Tabela 20- Registros da 5UC1. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)	136
Tabela 21- Registros da 5UC2. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)	138
Tabela 22- Registros da 6UC1. (P= Profissionais; A= Amadores; Bi= Biprofissionais)	140

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

142