



JÚLIA AMARAL FLEISCHHAUER

O CONTEXTO DA MÚSICA NO DESENVOLVIMENTO DO BEM-ESTAR MENTAL E
EMOCIONAL DOS ESTUDANTES DE MEDICINA DA ESCOLA BAHIANA DE
MEDICINA E SAÚDE PÚBLICA (EBMSP)

Salvador - BA

2022

JÚLIA AMARAL FLEISCHHAUER

**O CONTEXTO DA MÚSICA NO DESENVOLVIMENTO DO BEM-ESTAR MENTAL
E EMOCIONAL DOS ESTUDANTES DE MEDICINA DA ESCOLA BAHIANA DE
MEDICINA E SAÚDE PÚBLICA (EBMSP)**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de graduação em Medicina da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública para aprovação parcial no 4º ano de medicina.

Orientadora: Dolores González Borges de Araújo.

Salvador - BA

2022

RESUMO

Introdução: a música vem sendo utilizada para uma grande variedade de funções, desde a simples diversão até a criação de terapias avançadas para recuperação da saúde, em seus aspectos físico, mental e emocional. **Objetivos:** a pesquisa foi realizada com o propósito de identificar como o estudante de medicina da EBMSP é capaz de perceber a música em sua vida e como a utilizam no desenvolvimento do bem-estar mental e emocional. Para tanto, se fez necessário identificar as características relacionadas com o gosto dos participantes pela música, com o contexto em que a música é utilizada por eles e a importância da música em suas vidas, bem como obter informações a respeito da percepção que os participantes da pesquisa têm sobre diferentes músicas e o efeito das mesmas no seu estado mental e emocional. **Metodologia:** o trabalho em questão compreende a análise de informações obtidas por meio de questionários com o fim de favorecer aos estudantes o desenvolvimento da consciência do poder da música na saúde mental e emocional. Tais questionários foram aplicados ao conjunto de estudantes de medicina da EBMSP, compreendendo uma amostra de 76 participantes, por meio de formulário eletrônico, atendendo a uma abordagem qualitativa e quantitativa, sendo, portanto, um estudo primário, analítico de corte transversal e individuado. **Resultados:** ao fim, buscou-se analisar se a música pode ter relação com o desenvolvimento do bem-estar mental e emocional dos estudantes de medicina da EBMSP chegando à conclusão de que há uma estreita relação da música com o desenvolvimento de bem-estar mental e emocional. **Conclusão:** o estudante de medicina utiliza a música em sua vida diária, porém não utiliza com consciência ou tem conhecimento sobre o poder da música como recurso para o desenvolvimento do bem-estar mental e emocional. Assim, a partir disso, sugere-se a criação de espaço dentro da universidade que possam vir a suprir tais conhecimentos tão importante para a formação do profissional da saúde.

Palavras-chave: Música. Bem-estar mental e emocional. Estudante de medicina.

ABSTRACT

Introduction: music has been used with a variety of purposes, ranging from leisure to the creation of advanced therapies to recover physical, mental and emotional health. **Objectives:** the purpose of this research was to identify the way EBMSP's medical students are able to perceive music in their lives, and how it is used by them to develop a state of mental and emotional well-being. Therefore, it was necessary to identify characteristics related to their taste for music, the context in which it is used by them and the importance of music in their lives, as well as information about their perception over different songs and the effect of these songs in their mental and emotional state. **Methods:** the research comprehends the analysis of information obtained through questionnaires that aim to favor the students in the development of consciousness of the power of music for mental and emotional health. Those questionnaires were applied through an online survey to medical students of EBMSP, totalizing 76 participants, with a qualitative and quantitative approach, characterizing the research as a primary, analytical and transversal study. **Results:** the analysis was able to identify that there is a close relation between music and the development of the participant's mental and emotional well-being. **Conclusion:** medical students use music in their daily lives, though not with the consciousness or knowledge of its power as a mean to achieve mental and emotional well-being. Therefore, the creation of a space in the university able to supply the students with this knowledge is suggested, considering the importance of this knowledge to the education of the healthcare professional.

Keywords: Music. Mental and emotional well-being, Medical student.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	9
2. OBJETIVOS	10
2.1. OBJETIVO GERAL.....	10
2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	10
3. REFERENCIAL TEÓRICO	10
3.1 O CONTEXTO HISTÓRICO DA MÚSICA NA HUMANIDADE.....	10
3.2 A MÚSICA E SEU PODER TERAPÊUTICO	12
3.3 A MÚSICA NO SER HUMANO.....	14
3.4 A MÚSICA E O ESTUDANTE DE MEDICINA.....	17
4. METODOLOGIA	21
4.1. DESENHO DO ESTUDO.....	21
4.2. AMOSTRA A SER ESTUDADA.....	21
4.3. COLETA DE DADOS.....	21
4.3.1 Procedimentos de coleta de dados	21
4.3.2 Instrumentos de coleta de dados	22
4.3.2.1 Questionário A (Identificação da Amostragem).....	22
4.3.2.2 Questionário B (Percepção da Música pelo Estudante).....	22
4.3.2.3 Questionário C (Utilização da Música pelo Estudante)	23
4.4. VARIÁVEIS DE ESTUDO	23
4.5. ANÁLISE DOS DADOS	23
5. ASPECTOS ÉTICOS	23
6. RESULTADOS E DISCUSSÃO	25
6.1. CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRAGEM.....	25
6.2. O ESTADO EMOCIONAL DO ESTUDANTE	26
6.3. A PERCEPÇÃO INDIVIDUAL DAS MÚSICAS.....	29

6.3.1 Música 1: Maverick – Simply Three.....	29
6.3.2 Música 2: Frevo N°1 – Marcela Nunes.....	30
6.3.3 Música 3: Once Again – Hang Massive.....	32
6.3.4 Música 4: Merceditas – Renato Borghetti.....	33
6.3.5 Música 5: Chopin Spring Waltz – Marcin Tjernbäck.....	34
6.4. OS ESPECTROS DAS MÚSICAS.....	35
6.4.1 Bonita.....	37
6.4.2 Inusitada.....	37
6.4.3 Inspiradora.....	38
6.4.4 Sensual.....	38
6.4.5 Complexa.....	39
6.4.6 Irritante.....	39
6.4.7 Animada.....	40
6.5. O USO DA MÚSICA NA VIDA DO ESTUDANTE.....	40
6.6. O CONTEXTO EM QUE A MÚSICA É UTILIZADA.....	44
6.7. PARA ONDE A MÚSICA LEVA?.....	46
6.8. A RELAÇÃO DA MÚSICA COM O DESENVOLVIMENTO DO BEM-ESTAR MENTAL E EMOCIONAL DO ESTUDANTE DE MEDICINA.....	51
7. CONCLUSÃO.....	53
LISTA DE REFERÊNCIAS.....	55

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

GRÁFICOS

Gráfico 1.1 –	Desanimado(a) – Animado(a)	27
Gráfico 1.2 –	Relaxado(a) – Agitado(a)	27
Gráfico 1.3 –	Triste – Alegre	28
Gráfico 1.4 –	Calmo(a) – Inquieto(a)	28
Gráfico 2 –	Percepção do estudante quanto às características da música 1	30
Gráfico 3 –	Apreciação da música 1	30
Gráfico 4 –	Conhecimento da música 1	30
Gráfico 5 –	Percepção do estudante quanto às características da música 2	31
Gráfico 6 –	Apreciação da música 2	31
Gráfico 7 –	Conhecimento da música 2	31
Gráfico 8 –	Percepção do estudante quanto às características da música 3	32
Gráfico 9 –	Apreciação da música 3	33
Gráfico 10 –	Conhecimento da música 3	33
Gráfico 11 –	Percepção do estudante quanto às características da música 4	34
Gráfico 12 –	Apreciação da música 4	34
Gráfico 13 –	Conhecimento da música 4	34
Gráfico 14 –	Percepção do estudante quanto às características da música 5	35
Gráfico 15 –	Apreciação da música 5	35
Gráfico 16 –	Conhecimento da música 5	35
Gráfico 17 –	Apreciação das músicas	36
Gráfico 18 –	Conhecimento das músicas	36
Gráfico 19 –	Características das músicas: bonita	37
Gráfico 20 –	Características das músicas: inusitada	38
Gráfico 21 –	Características das músicas: inspiradora	38
Gráfico 22 –	Características das músicas: sensual	39
Gráfico 23 –	Características das músicas: complexa	39

Gráfico 24 –	Características das músicas: irritante	40
Gráfico 25 –	Características das músicas: animada	40
Gráfico 26 –	Experiência dos estudantes em cantar/tocar instrumento musical	43
Gráfico 27 –	Quanto os estudantes gostam de cantar	43
Gráfico 28 –	Quanto os estudantes gostam de tocar algum instrumento musical	43
Gráfico 29 –	Quanto os estudantes gostam de ouvir/apreciar música	43
Gráfico 30 –	Frequência com que os estudantes ouvem música por dia	44
Gráfico 31 –	Importância da música na vida dos estudantes	44
Gráfico 32 –	Frequência com que os estudantes utilizam a música em diferentes contextos	45
Gráfico 33 –	Aspectos que levam o estudante a gostar de uma música	45
Gráfico 34 –	Ao que as músicas significativas remetem	46
Gráfico 35 –	Procura pela música na pandemia	46

LISTA DE TABELAS

Tabela 1.1 –	Características da amostra – 1º ao 4º semestre	26
Tabela 1.2 –	Características da amostra – 5º ao 8º semestre	26
Tabela 2 –	Autoavaliação do estado de ânimo no início e ao fim do questionário	27
Tabela 3 –	Percepção do estudante quanto às características da música 1: Maverick – Simply Three	30
Tabela 4 –	Percepção do estudante quanto às características da música 2: Frevo nº1 – Marcela Nunes	31
Tabela 5 –	Percepção do estudante quanto às características da música 3: Once Again – Hang Massive	32
Tabela 6 –	Percepção do estudante quanto às características da música 4: Merceditas – Renato Borghetti	33
Tabela 7 –	Percepção do estudante quanto às características da música 5: Chopin Spring Waltz – Marcin Tjernbäck	35
Tabela 8 –	Experiência dos estudantes em cantar/tocar instrumento musical	43
Tabela 9 –	Quanto os estudantes gostam de cantar	43
Tabela 10 –	Quanto os estudantes gostam de tocar algum instrumento musical	43
Tabela 11 –	Quanto os estudantes gostam de ouvir/apreciar música	43
Tabela 12 –	Frequência com que os estudantes ouvem música por dia	44
Tabela 13 –	Importância da música na vida dos estudantes	44

1. INTRODUÇÃO

A música, como uma combinação harmoniosa e expressiva de sons, acompanha o desenvolvimento da humanidade desde seus primórdios. Possui uma forma de expressão em cada cultura, sendo utilizada para inúmeras atividades, formais ou não. E, naturalmente, a época vivenciada pela sociedade também influi no papel que a música exerce no desenvolvimento da humanidade.

Nesse contexto histórico observa-se que a música passou a ser utilizada para uma grande variedade de funções, desde a simples diversão até a criação de terapias avançadas para recuperação da saúde, em seus aspectos físico, mental e emocional. Existem trabalhos que chegam a mencionar que a música pode evitar ou reduzir o uso de medicamentos, como relatam, por exemplo, os autores Mindlin (et al, 2014) e Paduani (2019), e, assim, auxiliar pacientes a encontrar, se não a cura, uma boa forma de lidar com o problema que as acomete.

É possível perceber que, em especial ao longo das últimas décadas, várias pesquisas sobre a ação da música no desenvolvimento do bem-estar mental e emocional do ser humano, a exemplo da revisão sistemática de Daykin (et al, 2018) e da meta-etnografia de Perkins (et al, 2020) vem sendo realizadas, as quais têm demonstrado os inúmeros benefícios que a música pode trazer para a saúde, definida pela OMS como “o estado de completo bem-estar físico, mental e social”, quando utilizada com consciência do seu poder de cura e de transformação.

Atualmente, está-se vivendo um período de grandes desafios para a manutenção da saúde nos seus diversos âmbitos, pois a chegada da Covid19 gerou uma pandemia sem precedentes, a qual, por si só, já é capaz de gerar altos níveis de estresse mental e emocional para os seres humanos. É nesse contexto em que o estudante de medicina está inserido nesse momento, pois, em meio à pandemia causada pelo novo coronavírus, esses estão convivendo com a realidade acadêmica de um curso com alto nível de exigência, em meio ao isolamento, alguns semestres com aulas exclusivamente online, além de ter que conviver com o alto nível de estresse gerado pelo próprio cenário mundial no qual tem-se a perda ou o risco da perda de muitas vidas, por vezes de seres muito próximos.

Assim, nessa pesquisa está sendo proposto identificar e analisar como a música está sendo utilizada pelos estudantes de medicina da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública (EBMSP) no contexto atual em que vivemos. E, a partir

dessa identificação e análise das informações, contribuir para o desenvolvimento de uma proposta que favoreça que o estudante de medicina possa perceber o contexto em que busca a música, como esta lhe afeta e desenvolver uma maior consciência a respeito de como pode utilizar a música adequada para lhe ajudar a recuperar ou ampliar o espectro do desenvolvimento do bem-estar mental e emocional no contexto atual em que vivemos. Para tanto, será aplicado um conjunto de questões qualitativas e quantitativas com o fim reunir as informações precisas sobre o contexto em que estão vivendo os estudantes de medicina da EBMSP.

Essa pesquisa tem o propósito de identificar de que modo o estudante de Medicina da EBMSP é capaz de perceber a música em sua vida, bem como, de que maneira a utiliza no desenvolvimento do bem-estar mental e emocional.

2. OBJETIVOS

2.1. OBJETIVO GERAL

Conhecer o papel da música no desenvolvimento do bem-estar mental e emocional dos estudantes de Medicina da EBMSP.

2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- a) Identificar a percepção musical por meio da audição de diferentes músicas e o efeito dessas no estado mental e emocional dos participantes;
- b) Identificar o contexto em que a música é utilizada pelos participantes e a importância que têm em suas vidas;
- c) Analisar a relação da música com o desenvolvimento do bem-estar mental e emocional dos participantes.

3. REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 O CONTEXTO HISTÓRICO DA MÚSICA NA HUMANIDADE

A música que conhecemos hoje é uma concepção construída ao longo de uma história que nos remete a tempos antigos. Em seu livro “A Terapia do Som” Paduani (2019, p. 1) destaca a evolução da música iniciando pelos primitivos sons emitidos a partir dos gritos, assobios, uivos ou cantos que eram capazes de carregar sentimentos. Disso, é possível inferir que a produção consciente da música é um ato humano, pois os animais podem uivar ou assobiar, como lobos ou pássaros respectivamente, porém não conseguem construir instrumentos de produção

controlada por tons, ritmos, etc., como expressão sensível das emoções.

Percebe-se que a música está, desde seus primórdios, intimamente ligada ao estudo da matemática, da métrica, do ritmo, dos tons, do compasso, da melodia, que fazem com que essa união de elementos se transforme numa verdadeira criação artística capaz de interpenetrar mundos, por vezes alcançáveis pelo ser humano somente pela sensibilidade, de forma mística, captando as sensações promovidas no corpo e na alma. Paduani (2019), descreve que Pitágoras teria sido uma pessoa mística, e que teria se inspirado ao ouvir o martelo de um ferreiro.

A arqueologia, estudando civilizações antigas, traz evidências de que a produção do som de forma agradável é uma preocupação antiga. E, conforme Paduani (2019), em cerca de 2000 a.C. os seres humanos já buscavam conceber instrumentos musicais na China e na Índia, e os Árabes na antiguidade faziam estudos sobre subdivisões do intervalo de oitava na construção de uma escala musical. Porém foi na Grécia antiga que a escala musical e os conceitos adotados atualmente no Ocidente foram criados. Os estudos de Pitágoras na Grécia antiga, no século V a.C, indicam a análise de escala musical nas relações matemáticas entre diferentes tons.

Dessa forma, a humanidade foi construindo o que hoje é a música que conhecemos, composta por escalas, métricas, compassos, tons, ritmos, melodias, harmonia, etc. No entanto, os autores não chegam a uma unanimidade a respeito do conceito de música como linguagem de expressão. Costa (1989) destaca que alguns a definem como linguagem e outros apresentam alguns quesitos que a música não preenche para ser considerada uma linguagem. Nghiem (2018, p. 58), por sua vez, afirma que a “música é uma linguagem, porque ela permite a transmissão das informações de maneira complexa, modificando o humor e as emoções. Ela pode ser educativa, subversiva ou terapêutica, quando se pensava habitualmente que ela só podia exercer o papel de um divertimento mundano”. Já a música para Paduani (2019, p. 77) é “uma forma de arte e uma via de expressão do inconsciente humano, onde o autor busca impregnar sons com emoções e sentimentos”. A música, entretanto, deve ser considerada, de acordo com Ruud (1985, p.57) como um meio de comunicação e pode ser definida como uma “progressão sonora não-linguística organizada no tempo”.

Com o avanço das tecnologias e o surgimento das produtoras musicais no séc. XX, a música passou ser muito mais acessível ao público em geral, deixando de estar nos teatros e indo para dentro das casas das pessoas. Assim chegou-se ao contexto

atual, no qual é possível observar que, em especial no ocidente, a música vem se transformando em um objeto de consumo, fazendo com que a visão da mesma como arte e via de expressão do inconsciente humano venha se tornando-se cada vez mais limitada. Em virtude disso, Ruud (1985, p.95) alerta para o fato de que a música, em especial na cultura ocidental, perdeu sua característica básica de ser “algo que se faz, que se encontra nova a cada vez e que se cria” para transformar-se em “algo que se tem e que se consome”. Com isso observa-se uma certa alienação quanto ao poder curador e transformador da música como arte que é, passando a ser um produto externo ao ser humano, em uma total desconexão com a percepção do universo sensorial e metafísico.

3.2 A MÚSICA E SEU PODER TERAPÊUTICO

Em todas as culturas, desde as mais primitivas até as mais avançadas percebe-se a utilização do som, da vibração sonora e da música na recuperação e transformação dos seres humanos acometidos por alguma doença, transtorno ou algum mal que afeta o corpo e a mente. E constata-se que de certa maneira a música oferece algum benefício terapêutico nesse processo. Paduani (2019, p. 86) destaca que desde a antiguidade a medicina tradicional chinesa se vale de melodias para fins terapêuticos e que os benefícios vão “desde aliviar a dor e diminuir o estresse, até a redução do uso de sedativos e analgésicos”.

A música trabalha com as questões que estão “ocultas” e que emergem num trabalho terapêutico. Paduani (2019, p.78) afirma que esse trabalho permite a manifestação do eu interior, como se fosse a via de expressão da voz inconsciente, favorecendo o labor com as emoções e sentimentos, pois a música “possui uma propriedade que transcende o intelecto, e representa então um modo de alterar a consciência, o que pode nos ajudar a praticar o autocontrole e percorrer o caminho do desenvolvimento espiritual.”

Há muito que se buscam meios alternativos para cura e transformação de aspectos ainda incompreensíveis no desenvolvimento do ser humano. A música, quando utilizada por métodos controlados por profissionais da área pode favorecer um incontável número de pessoas em todo o mundo. Nos dias atuais já é reconhecido, de acordo com Paduani, o efeito benéfico de música clássica sobre pessoas, plantas e animais porque

“tal efeito é poderoso sobre nossas emoções e disposição, e apesar

de positivo, tem um mecanismo ainda muito pouco conhecido sobre nosso corpo e mente. Sabe-se porém que, ao ouvir música agradável, ocorre uma alteração neuroquímica com uma descarga de dopamina em quem escuta. Esta é um poderoso neuro-transmissor que desempenha papel fundamental na indução e manutenção de atividades necessárias ao organismo”. (Paduani, 2019, p.84)

E, nesse contexto, a música passa a ser estudada como um instrumento com alto poder curador e transformador capaz de contribuir para a recuperação de saúde mental e emocional em casos de traumas ou auxiliar nos transtornos, como autismo, déficit de atenção, entre tanto outros. Para Paduani (2019, p.84) “a música provoca efeitos imprevisíveis no corpo, na psique e na mente do ouvinte”.

De acordo com Areias,

Hans-Joachim Trappe, um cardiologista alemão, estudou o efeito da música numa unidade de cuidados intensivos, publicando em 2010 na revista Heart os seus surpreendentes resultados. Os maiores benefícios constatados nos doentes foram conseguidos com música clássica, sobretudo com Bach, Mozart e compositores italianos. O fluxo cerebral avaliado por ecografia na artéria cerebral média, diminuía significativamente nos doentes que ouviam o “Va pensiero” da ópera “Nabucco” de Verdi, quando comparado com outros tipos de música. A música dita de meditação mostrou efeitos sedativos, enquanto “Heavy Metal” e “Techno” mostraram ser perigosas numa unidade de cuidados intensivos, aumentando o stress e o comportamento agressivo. Curiosamente, o jazz aumentou a concentração nos doentes, sendo o “Hip Hop” e o “Rap” benéficos, não pela melodia, mas pelo ritmo e pelo efeito das palavras. (Areias 2016, p.9)

No campo terapêutico, destaca-se então a musicoterapia. Para Costa (1989, p. 52) esta “era, e ainda é, basicamente compreendida como o processo de manifestar e dar forma aos conteúdos internos, reconhecê-los como próprios, passando de uma forma de comunicação não-simbólica (a música) à simbolização (a palavra)”. Já para Benenzon (1988, p. 11) a musicoterapia é definida como sendo o campo da medicina “que estuda o complexo som-ser humano-som, para utilizar o movimento, o som e a música, com o objetivo de abrir canais de comunicação no ser humano, para produzir efeitos terapêuticos, psicoprofiláticos e de reabilitação no mesmo e na sociedade.” No entanto, de acordo com Paduani, a musicoterapia

“é a utilização da música pelo terapeuta em um processo estruturado para facilitar e promover a comunicação, relacionamento, a aprendizagem, a mobilização, a expressão e a organização física, emocional, mental, social e cognitiva, para desenvolver potenciais e desenvolver ou recuperar funções dos indivíduos, de forma que ele possa alcançar melhor integração intra e interpessoal, e conseqüentemente, uma melhor qualidade de vida.” Paduani (2019, p.94)

Ruud (1985) destaca em sua pesquisa de casos na Grã-Bretanha de que existem evidências da eficácia da musicoterapia aplicada em grupos de pacientes portadores de deficiência, sejam crianças, adultos ou idosos.

Para Paduani (2019, p. 97) “a complexidade da música (...) e seu efeito em nosso íntimo, representa um fértil campo de estudos ainda bastante desconhecidos, particularmente no tocante aos benefícios que pode trazer como terapêutica complementar na recuperação da saúde física e mental”. Destaca-se, entretanto, o alerta muito interessante que realiza Nghiem (2018) sobre a ausência de qualquer material na literatura investigando a ação maléfica da música em crianças normais, pois o que se tem pesquisado é a ação benéfica da música em crianças anormais, ou seja, portadores de deficiências ou de transtornos.

Em virtude disso, salienta-se o fato de que Paduani (2019, p. 92) assevera que “o efeito musical no sistema nervoso altera as batidas do coração, a respiração, a pressão sangüínea, a digestão, o balanço hormonal, temperamentos, atitudes, e liberam adrenalina”. Sacks (2007, p.11) afirma ainda que “ouvir música não é apenas algo auditivo e emocional, é também motor.” Segundo ele o ritmo da música é acompanhado por quem a ouve de forma involuntária, mesmo que a pessoa não esteja prestando atenção à ela conscientemente, e seu rosto e postura espelham os pensamentos e sentimentos provocados pela melodia. Então cabe a reflexão do que realmente a música é capaz de fazer com nosso corpo físico, mental e emocional. Há inúmeros trabalhos relatando os benefícios de terapias sonoras, no entanto, ainda se está longe de saber o real poder da música aplicada com método seguro em processos terapêuticos que validem os achados, por um motivo muito simples: a música, como arte, toca o ser humano e desperta efeitos imprevisíveis. E, por isso, é necessário, por parte do profissional, um olhar atento sobre o paciente ao realizar um trabalho terapêutico com a música. Paduani (2019, p. 86) defende que a música melhora o humor e a sensação de bem-estar, e que, portanto, a música e a medicina têm os mesmos objetivos, o de buscar a “promoção do equilíbrio do nosso corpo e bem-estar geral”.

3.3 A MÚSICA NO SER HUMANO

O ser humano é único e, naturalmente, como bem argumenta Ruud (1985, p.107), “reage de maneira própria ao seu ambiente” embora se possa sentir e vivenciar algo em comum que permite uma comunicação. Ainda que seja possível

obter realidades distintas com um mesmo fato, deve haver um elo capaz de realizar a comunicação inter e intrapessoal.

O homem foi dotado fisicamente de um ouvido, capaz de captar ondas sonoras por meio do complexo mecanismo do sistema de audição humana. A correlação entre o som que o ouvido capta e o sentido que o cérebro dá é motivo de muitos estudos. Ruud (1985, p. 62) destaca que o ser humano não ouve com o ouvido, o qual é o responsável em converter ondas sonoras em impulsos nervosos, mas sim com o cérebro. Prova disso está, como bem afirma Ruud (1985, p.113) no fato de se poder ter ouvidos e decidir não escutar, porém seria muito difícil escutar sem tê-los, pois, "o ouvido é na verdade uma antena aberta para a comunicação, no sentido mais amplo do termo". Paduani (2019, p.54) relata que "o entendimento do mecanismo de funcionamento do ouvido humano sempre despertou a curiosidade de todos e ainda é assunto de grande interesse dos fisiologistas, e as descobertas ainda continuam evoluindo". Por que para alguns o som é interpretado de uma forma e para outros de outra completamente diferente? Certamente porque o ser humano é um indivíduo singular motivo pelo qual, embora todos tenham a mesma constituição física, interpretam, significam e ressignificam o que vivem de maneira individualizada. Brito (2019, p. 79) declara que escutar é um processo ativo, que tem intenção e que "é a escuta que transforma em música aquilo que, a princípio, não é música".

O homem convive com o som há muito tempo, desde os barulhos da natureza, como o canto dos pássaros, a chuva, os trovões, até os mais recentes como as buzinas e a sonoridade urbana. Paduani (2019, p. 63) define que "o som desempenha um papel de grande importância sobre nossas vidas, e por isso mesmo a ciência do som é muito antiga." Observa-se que há sons que causam verdadeiro desgaste ao sistema nervoso central enquanto outros produzem um relaxamento ou despertam a atenção. Alguns sons, por exemplo, estão ligados ao nosso sistema de defesa milenar, nos alertando de perigos como ouvir um rugir de um tigre. Outros sons estão ligados ao nosso período gestacional, como as batidas do coração materno. E assim, cada ser humano tem um complexo universo construído de significados em torno dos sons que lhe causam inúmeras sensações de conforto, alegria, dor, pesar, tristeza, euforia, paz, plenitude, enfim, que agradam e desagradam. Como define Ferraz *apud* Brito (2019, p. 69), não se pode cercear o que é a música, mas há um ponto em comum: "a música destina-se aos ouvidos". Silva et al (2014, p.193) define que a ação de ouvir está ligada às percepções sensoriais que se dão pelo sentido da audição

enquanto a ação de escutar implica uma atenção ao que se ouve. Sacks (2007, p.11) declara ainda que “nós, humanos, somos uma espécie musical além de linguística”.

Dessa forma, a concepção do conceito da música, para Ruud (1990, p.85), requer a percepção da resposta ao “significado da música” identificando o contexto mais amplo e biográfico, histórico e cultural tanto da música quanto da pessoa em questão. E, portanto, o sentido que a música tem para um determinado indivíduo depende de contexto histórico de sua trajetória de vida. Isso leva a pensar no que para Smith (2015) é o que singulariza um indivíduo, que o caracteriza como unidade na coletividade, uma vez que possui uma Identidade Sonoro-Musical percebida pelas questões “o que define a música interior? O que nos leva a escolher esta ou aquela canção como a de nossa maior identificação? Por que gostamos mais de certos estilos musicais ou estruturas rítmicas do que de outros?”.

Oliver Sacks descreve brilhantemente em seu livro “Alucinações Musicais” relatos sobre a música e o cérebro que nos levam a perceber como a condição humana de cada um sofre diversas alterações quando se pensa no resultado da atuação da música no sistema nervoso, o qual, em virtude de sua complexidade e desenvolvimento, torna-se vulnerável a várias distorções, excessos e panes. Sacks (2007, p.9-14) aponta como há pessoas desprovidas de capacidade de apreciar sons e melodias (amusia), seres nos quais a música pode provocar convulsões, ou que podem apresentar uma dissociação entre o intelecto e o emocional (indivíduo percebe a música acuradamente, mas é indiferente e insensível a ela ou ao contrário, não entende a música, mas é arrebatado por ela). Há ainda o relato de distúrbios de habilidade em músicos profissionais, e, por fim, de pessoas que podem ver cores, sentir gostos, sentir cheiros ou ter sensações táteis quando ouvem música, condição conhecida como sinestesia. Mas, em geral, todos nós somos “capazes de perceber música, tons, timbre, intervalos entre notas, contornos melódicos, harmonia e, talvez no nível mais fundamental, ritmo. Integramos isso tudo e “construímos” a música na mente usando muitas partes do cérebro”. A intensidade com que somos capazes de vivenciar uma música realmente não tem limites.

O que acontece no cérebro quando este entra em contato com uma música é uma questão ainda investigada por alguns cientistas. Mindlin (et al, 2014, p.13) faz uma pergunta, cuja resposta traria um bom caminho para descobrir. A pergunta é “o que você poderia descobrir sobre si mesmo se tivesse a chance de vasculhar seu cérebro e ver o que acontece quando você escuta sua música favorita?”. De fato, o

que acontece no cérebro em casos semelhantes ainda é uma incógnita, porém fato é que muitas pesquisas científicas recentes como aponta Mindlin (et al, 2014, p.13) “documentam a influência profunda que a música exerce em nosso bem-estar físico, psicológico e espiritual”. Mais interessante é saber que os elementos centrais da música (ritmo, harmonia, ressonância, sincronia e dissonância) são os mesmos processos que o cérebro usa “para coordenar suas atividades e executar ações complexas”, de acordo com Mindlin (et al, 2014, p.14) e que é por isso que a música pode nos afetar de um modo tão intenso. Mindlin ainda destaca que:

- Os ritmos do cérebro são organizados seguindo o mesmo princípio da música;
- O cérebro processa a música de um jeito e a língua e a matemática de outra, mas a música pode influenciar a proficiência em cada uma dessas áreas;
- Os processos musicais iniciados no útero podem nos afetar para o resto da vida;
- Manter a serenidade consome mais energia corporal do que permanecer atento, e a música pode nos ajudar a encontrar o equilíbrio entre os dois;
- A música, assim como o aroma, percorre uma via neural imediata que pode burlar o raciocínio e afetar diretamente o estado emocional;
- A habilidade musical é inerente ao ser humano. Não se trata apenas de um talento raro;
- As ondas cerebrais podem ser transformadas em notas musicais através de um computador e de um algoritmo matemático, e essa música pode ajudar a melhorar o sono, o humor e até o rendimento no trabalho. (Mindlin et al, 2014, p.15)

Pode-se então concluir que o ser humano é movido pela música desde que nasce até o fim de seus dias, sofrendo a influência dessa em toda a sua jornada evolutiva, o que leva a refletir: o homem é quem quer ser ou é fruto do universo no qual está inserido? Afinal, para onde a música que estamos ouvindo pode nos levar?

3.4 A MÚSICA E O ESTUDANTE DE MEDICINA

Como os estudantes em geral utilizam a música em sua formação? Estão conscientes de que a música pode afetá-los tanto positivamente quanto negativamente? Em que momentos utilizam a música e para qual fim? A música pode ser instrumento de reflexão contínua para o estudante de Medicina, como bem relata Janaudis (2010, p.35), em sua tese de doutorado, que a “educação é mais do que simples treino: implica uma atitude reflexiva do médico e um desejo contínuo de aprendizado ao longo da sua carreira profissional”. E, nesse contexto, Janaudis (2010, p.28) refere-se à necessidade de que trabalhem a educação médica com o uso de

outras ferramentas que não apenas as que “formam” o médico em sua especialidade, especialmente porque, conforme Roncoletta et al apud Janaudis (2010, p.28), “vivemos numa cultura do “fazer”, mais do que “pensar”, e o valor que é conferido às pessoas baseia-se no que elas fazem, e não no que são”. Em sua análise dos dados obtidos com a aplicação de músicas predeterminadas em sala de aula e a entrevista *à posteriori* conclui que o

processo de compreensão da experiência dos estudantes possibilitou o desvelamento de um fenômeno que engloba o seu mundo interno enquanto se ocupa com sua formação médica. A música que toca do lado de fora ressoa na história e nas emoções do estudante. O momento de ouvir a música torna-se o momento para ouvir o seu interior, fazendo ressoar dentro do aluno sons, ritmos e melodias que o tocam e que, de algum modo, modificam e revelam uma nova possibilidade de ser e estar nesse momento de formação profissional. Um misto de sons e informações vem à tona, desde o próprio curso até a vida pessoal. Tudo no estudante pode ser tocado pela letra e pela música, e não é sem espanto que ele constata esse aspecto da experiência, sobretudo, o quanto está afastado de suas experiências. (Janaudis, 2010, p.77)

Janaudis (2010, p.92) conclui ainda que “A música derruba barreiras, preconceitos e até hierarquias, e torna possível compartilhar essas angústias, dúvidas e inquietações, em vez de deixá-las silenciadas, caladas dentro de si.”

É perceptível o quanto a ausência do fomento à arte musical repercute na formação humana do profissional da saúde e no desenvolvimento pessoal do ser humano que o estudante de medicina é. Recentemente, em abril de 2021, de acordo com Baptista e Pizarro (2021), a Universidade do Porto em Lisboa/Portugal, anunciou que irá introduzir unidades curriculares de índole artística na educação médica no Mestrado Integrado em Medicina do Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar (ICBAS) com fim de proporcionar ferramentas aos futuros médicos formados na instituição para que estes tenham uma maior aproximação à educação criativa e humanista.

Percebe-se que os países europeus têm um olhar um pouco diferente no que se refere à formação profissional, uma vez que não estão ocupados apenas com as competências do “fazer”, mas também do “ser”. Em sua tese, Janaudis (2010, p.46) faz referência a um curso da graduação na faculdade de medicina da Universidade de Oslo, o qual durante o primeiro semestre do currículo, realiza o curso denominado Medicina e Arte, desenvolvido pelo departamento de Medicina da Família, que é realizado por meio de seminários. Entre as artes trabalhadas está a música. E, com o

fim de trabalhar a música realizam “o Seminário Música e Medicina que é dirigido para o papel da música na vida, na saúde e na cura das pessoas. Discutem tanto a aplicação clínica da música em geriatria, psiquiatria e neurologia quanto o uso dela como fonte de criatividade”.

Apesar de os currículos brasileiros dos cursos das faculdades de medicina não contemplarem as artes, e dentre elas a música de forma regular, pode-se citar o caso do REMUSP (Recital dos Estudantes de Medicina da USP), que embora não seja parte do currículo do curso de medicina, é um grupo de música da FMUSP e que, inicialmente, era um Recital e hoje engloba muito mais habilidades musicais. De acordo com Vianna (2019, p.158), os relatos de mudanças ocorridos nos estudantes de medicina que participam do grupo é motivo pelo qual se mantém com o esforço de “criar o ambiente propício para todas as pessoas interagirem e crescerem em contato com a música”. As manifestações observadas demonstram que as pessoas começam a aprender ou voltam a tocar o instrumento que tanto queriam, ou então trabalham a interpretação e a técnica vocal e, com isso, conseguem enfrentar outros desafios da vida pessoal e acadêmica.

Machado *et al* (2021, p.8) demonstraram em sua pesquisa com 136 alunos de medicina da faculdade de Ciências Médicas de Minas Gerais que participaram da bateria universitária até o 3º ano do curso, que o estímulo à música não diminuiu as notas gerais do grupo em comparação ao grupo que não participava da bateria universitária, concluindo que “o desempenho acadêmico não sofreu influência da dedicação regular a atividade musical a ponto de alterar a média das notas entre os grupos”.

Destaca-se o trabalho de Botelho *et al* (2020, p.39019), no qual foi realizada a comparação do estilo musical com as suas notas, e, para tanto, os 72 alunos do terceiro semestre da Universidade de Fortaleza foram divididos em quatro grupos distintos: música clássica, pop, rock e sem música. Os alunos ouviram as músicas antes da realização do OSCE (Exame Clínico Objetivo e Estruturado), partindo do pressuposto de que a música poderia melhorar seu desempenho por diminuir o estresse. A conclusão do estudo foi a de que os alunos submetidos à música clássica obtiveram melhores notas em comparação com os do grupo “sem música”, e que se pode dizer que houve uma diminuição do estresse com o uso da música antes da aplicação do exame. O que nos leva a concluir que a música é responsável por diminuir a ansiedade quando utilizada com consciência.

Percebe-se que os estudos envolvendo a música, até o momento, giram em torno da formação médica e do quanto a música pode ser um fator de alívio para o estresse devido ao acentuado nível de exigência do curso de medicina. E, embora abordem aspectos do poder da música para aliviar o estresse, pouco se encontram pesquisas relacionadas com a utilização da música como fator para o desenvolvimento do bem-estar emocional e mental do estudante de medicina. Em um estudo realizado por Zonta *et al* (2006) sobre estratégias de enfrentamento do estresse desenvolvidas por estudantes de medicina da Universidade Federal de Santa Catarina percebeu-se que a música vem em segunda opção após os exercícios físicos, o que denota a importância dessa área tendo em vista que a música está sempre disponível.

Aos poucos vão surgindo projetos extracurriculares que fomentam o trabalho da música na saúde para o estudante de medicina como o projeto “Musicoterapia – Autocuidado em Estudantes de Medicina” em união com a “Bateria Metralha” que promove a integração entre os estudantes de medicina da Universidade Federal de Mato Grosso, com o objetivo de observar a prevalência de depressão e outras doenças mentais entre os estudantes de medicina da UFMT e como a terapia musical pode influenciar na melhora deste quadro, conforme assinala Pereira (2017).

O trabalho de Benedetto *et al* (2015), permite refletir sobre a necessidade de se repensar as estratégias educacionais no curso de medicina, pois a simples linha biomecânica não tem conseguido oferecer o desenvolvimento das emoções para uma atuação ética na construção de um profissional médico e humano. Salieta, ainda, que trabalhar as emoções é uma necessidade da educação médica e que pode ser realizada por meio de um trabalho, levando em conta que “as humanidades - literatura, música, cinema, narrativas - são um recurso de utilidade para educar as emoções, e promover a empatia, que é a pedra angular do profissionalismo médico e do comportamento ético”. É o que assevera Moreto *et al* (2013), pois considera que “as emoções do estudante têm uma relação estreita com a empatia”, e o desenvolvimento da empatia deve estar no âmbito da esfera educacional para que seja parte da formação acadêmica de um médico, e , assim trabalhar a empatia “utilizando essas emoções e orientando-as, através das humanidades – utilizando a música, o cinema, a ópera, a literatura e as narrativas – apresentam resultados promissores quando incluídos no cenário da educação médica”.

Há, ainda, muito que percorrer nesse campo para que realmente o estudante

de medicina saiba fazer uso da música em seu cotidiano com o fim de promover um estado de bem-estar emocional e mental para si mesmo e, em consequência para o seu desenvolvimento profissional. E esse trabalho tem o fim de conhecer o papel da música no desenvolvimento do bem-estar mental e emocional dos estudantes de Medicina da EBMSP, estabelecendo o contexto em que o estudante de medicina procura a música e qual a consciência que possui do quanto a música lhe afeta, seja por seus benefícios ou malefícios.

4. METODOLOGIA

4.1. DESENHO DO ESTUDO

O trabalho em questão compreende a análise de informações obtidas por meio de questionários com o fim de favorecer aos estudantes o desenvolvimento da consciência do poder da música na saúde mental e emocional. Tais questionários serão aplicados nos participantes por meio de formulário eletrônico, atendendo a uma abordagem qualitativa e quantitativa, sendo, portanto, um estudo primário, analítico de corte transversal e individuado.

Na aplicação do questionário qualitativo os participantes responderam a respeito de suas sensações a partir da escuta de determinadas músicas de diferentes gêneros, com o fim de analisar se a música promove alterações no estado mental e emocional do estudante, caracterizando um estudo intervencional nesse sentido.

4.2. AMOSTRA A SER ESTUDADA

A população dessa pesquisa é composta por estudantes de Medicina da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública – EBMSP, com idade maior ou igual a 18 anos, devidamente matriculados nesse curso no primeiro semestre de 2022. E, mediante consentimento dos participantes, a amostra reuniu um conjunto de 76 pessoas.

4.3. COLETA DE DADOS

4.3.1 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS

Em virtude da pandemia de COVID-19, a aplicação dos questionários de forma presencial torna-se inviável, motivo pelo qual a coleta de dados foi realizada por meio de formulário eletrônico, disponibilizado para os participantes em e-mail e em WhatsApp. Tal formulário inclui os questionários (Anexo 1) e o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (Anexo 2), o qual foi preenchido pelos participantes

como requisito obrigatório para prosseguir participando da pesquisa e respondendo aos questionários.

O recrutamento de participantes se deu por meio do e-mail e WhatsApp. Para tanto, foi enviado um e-mail, na forma de lista oculta, com auxílio da Secretaria, para todos os discentes do curso de Medicina da EBMSp com o convite para a participação da pesquisa. O total de alunos matriculados no período não foi informado pela EBMSp. Esse convite continha as informações e o link para acesso ao questionário eletrônico. O mesmo convite foi enviado em grupos de WhatsApp dos discentes da instituição.

Os dados coletados estão armazenados de forma criptografada em HD externo e acessados apenas pela equipe de pesquisa, a qual é a única responsável pela análise desses dados. O material coletado durante a pesquisa ficará armazenado por cinco anos, sendo devidamente descartado após o término desse período. Vale ressaltar que os dados não estão armazenados em ambiente compartilhado ou na “nuvem”.

4.3.2 INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS

4.3.2.1 Questionário A (Identificação da Amostragem)

O Questionário A foi planejado com o fim de obter as informações pessoais e sociais sobre o estudante de medicina.

4.3.2.2 Questionário B (Percepção da Música pelo Estudante)

O Questionário B foi inspirado em Varella (2011, anexo 6) com o fim de obter informações a respeito da percepção que o estudante de medicina tem sobre diferentes músicas e o efeito dessas no seu estado mental e emocional.

Para tanto, foram selecionadas cinco músicas com características distintas entre si, buscando atingir um maior espectro de possíveis sensações ao escutá-las. Com esse propósito em mente, foi realizada uma seleção levando em conta características como o gênero musical, a melodia, a harmonia, o timbre, o ritmo, dissonância e ressonância, dentre outras. A quantidade de músicas utilizadas foi definida com o propósito de que os participantes não percam o interesse na pesquisa.

Assim, a partir de uma ampla *playlist* com diversas músicas, foram selecionados trechos de aproximadamente um minuto das seguintes músicas para compor o questionário B:

1. Maverick (Original Song) – Simply Three – Simply Three
2. Frevo nº 1 – Antônio Maria – Marcela Nunes (Instrumental Sesc Brasil)
3. Once Again – Hang Massive – Hang Massive
4. Merceditas – Ramón Sisto Rios – Renato Borghetti (Instrumental Sesc Brasil)
5. Chopin Spring Waltz – Paul de Seneville – Marcin Tjernbäck

4.3.2.3 Questionário C (Utilização da Música pelo Estudante)

O Questionário C foi inspirado em Varella (2011, p. anexo 6) com o fim de obter as informações sobre o contexto em que a música é utilizada pelo estudante de medicina.

4.4. VARIÁVEIS DE ESTUDO

As variáveis de estudo do questionário A são: idade, gênero, semestre.

As variáveis de estudo do questionário B são classificadas por:

a) sobre a percepção sensorial, mental e emocional antes e após a escuta de determinadas músicas;

b) sobre a consciência: reconhecimento do poder curador e transformador da música no corpo, na mente e nas emoções.

As variáveis de estudo do questionário C são: sensação de acordo com o gênero musical, instrumento, utilização, tempo, frequência, individual/coletivo, consciência dos motivos e dos resultados.

4.5. ANÁLISE DOS DADOS

Os dados coletados foram plotados em planilha do software Microsoft Excel e analisados de forma descritiva e comparativa por meio de métodos estatísticos. As variáveis qualitativas foram descritas por meio de frequências absolutas e relativas.

5. ASPECTOS ÉTICOS

Este trabalho de conclusão de curso foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da EBMSp e recebeu parecer de aprovação para que fosse iniciado, em acordo com a resolução 466/12 do CNS (Anexo 3). A coleta de dados ocorreu mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexo 2) pelo participante da pesquisa, que pôde abandoná-la em qualquer momento sem que haja

qualquer tipo de prejuízo ou sanção.

Este trabalho possibilitou trazer, como benefícios aos participantes, a obtenção de uma maior consciência a respeito da utilização da música no seu cotidiano e como a mesma pode ser tornar uma poderosa ferramenta de cura e transformação mental e emocional, principalmente em períodos de pandemia. Além disso, ao término da pesquisa foi disponibilizado aos participantes um link com acesso a um material informativo, com o intuito de aumentar seu o conhecimento a respeito do tema e favorecer o uso da música para a criação de um estado de bem-estar mental e emocional por parte dos mesmos. Os resultados alcançados puderam, ainda, contribuir para a formação de novos conhecimentos a respeito do tema, promovendo um maior incentivo, por parte das escolas médicas e dos acadêmicos de medicina, à utilização da música para a criação de um estado de bem-estar mental e emocional, bem como influenciando futuras pesquisas.

No entanto é importante salientar que, conforme descrito na resolução 466/12 do CNS, toda e qualquer pesquisa realizada com seres humanos apresenta riscos. No caso deste trabalho, os riscos a que o participante se submete podem ser identificados por cansaço, constrangimento e/ou aborrecimento ao responder aos questionários, além da possibilidade de mobilização emocional. Caso isso ocorra durante ou após a participação na pesquisa, o participante poderia entrar em contato com a equipe de pesquisa para acolhimento e encaminhamento a atendimento psicológico. Para minimizar tais riscos, o questionário foi planejado de forma a ser respondido brevemente, e o participante poderia escolher não responder a qualquer pergunta, ou abandonar a pesquisa em qualquer momento, sem nenhum prejuízo para o mesmo.

Os resultados e informações desta pesquisa são confidenciais e poderão ser divulgados apenas em eventos ou publicações científicas, não havendo identificação dos voluntários. No entanto, por se tratar de uma pesquisa realizada de maneira virtual, existe o risco de vazamento dos dados. Para minimizar esse risco o nome do participante não foi solicitado e os dados coletados foram armazenados de forma criptografada em HD externo, e acessados apenas pela equipe de pesquisa, a qual é a única responsável pela análise dos mesmos. O material coletado durante a pesquisa será armazenado por 5 anos, sendo devidamente descartado após o término desse período. Os dados não estão armazenados em ambiente compartilhado ou “nuvem”. Além disso, o recrutamento dos participantes se deu por meio do envio de e-mail na

forma de lista oculta, evitando a identificação dos convidados e visualização de seus dados de contato por terceiros.

Por se tratar de uma pesquisa realizada em meio virtual, foram seguidas as determinações do Ofício Circular nº 2/2021/CONEP/SECNS/MS, de 24 de fevereiro de 2021 - Orientações para procedimentos em pesquisas com qualquer etapa em ambiente virtual. Dessa forma, vale ressaltar que a política de privacidade da plataforma utilizada para coleta e análise dos dados (Microsoft Forms e Excel, respectivamente) está de acordo com o Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados (RGPD), não havendo compartilhamento dos mesmos com parceiros comerciais para a oferta de produtos e serviços aos participantes da pesquisa. A participação nesta pesquisa ocorreu de forma voluntária, sem que haja qualquer despesa ou contribuição financeira ao participante.

6. RESULTADOS E DISCUSSÃO

6.1. CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRAGEM

Ao longo da pesquisa foi aplicado um conjunto de instrumentos com o fim de identificar e analisar de que maneira os estudantes de medicina da EBMSP estão utilizando a música em seu cotidiano, em especial no cenário atual de pandemia, e como os estudantes podem utilizar a música para recuperar, tratar ou melhorar sua condição de bem-estar mental e emocional.

Para tanto, buscou-se conhecer o papel da música no desenvolvimento do bem-estar mental e emocional de 76 estudantes, do 1º ao 11º semestre do curso de Medicina da EBMSP, os quais responderam à pesquisa. Desses, 64,5% se identificaram como sexo feminino e 35,5% masculino, com idades variando entre 18 e 32 anos. As características da amostra estudada (idade, sexo e semestre) podem ser identificadas por meio das tabelas 1.1 e 1.2 apresentadas a seguir.

Tabela 1.1 - Características da amostra - A cada 4 semestres

Idade	1º ao 4º Semestre			5º ao 8º Semestre			9º ao 12º Semestre		
	Mulheres	Homens	Total	Mulheres	Homens	Total	Mulheres	Homens	Total
18	3	2	5						
19	4	1	5	1		1			
20	5	1	6	2	2	4			
21	6	2	8	5	4	9			
22	2	1	3	3	6	9	2		2
23				6	3	9	2		2
24				4		4		1	1
25					1	1			
26					1	1			
27		1	1	1		1			
29				1		1			
30	1		1						
32		1	1	1		1			
Total	21	9	30	24	17	41	4	1	5

Fonte: questionário A (Anexo 1)

Tabela 1.2 - Características da amostra - Todos os semestres

Idade	Mulheres		Homens		Total	
	n	%	n	%	n	%
18	3	3,9	2	2,6	5	6,6
19	5	6,6	1	1,3	6	7,9
20	7	9,2	3	3,9	10	13,2
21	11	14,5	6	7,9	17	22,4
22	7	9,2	7	9,2	14	18,4
23	8	10,5	3	3,9	11	14,5
24	4	5,3	1	1,3	5	6,6
25	0	0,0	1	1,3	1	1,3
26	0	0,0	1	1,3	1	1,3
27	1	1,3	1	1,3	2	2,6
29	1	1,3	0	0,0	1	1,3
30	1	1,3	0	0,0	1	1,3
32	1	1,3	1	1,3	2	2,6
Total	49	64,5	27	35,5	76	100,0

Fonte: questionário A (Anexo 1)

6.2. O ESTADO EMOCIONAL DO ESTUDANTE

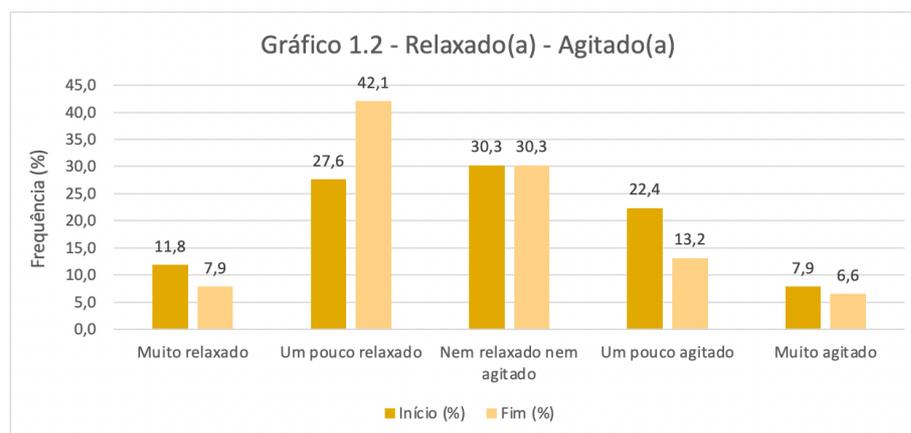
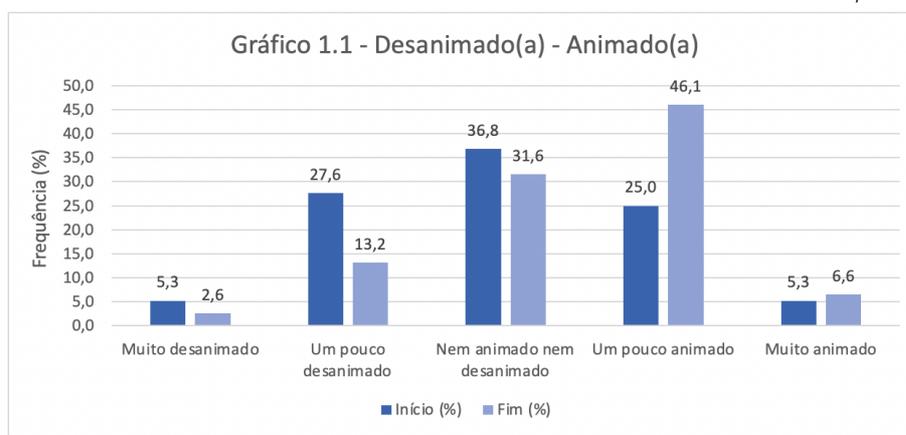
Com o fim de obter informações a respeito da percepção que os participantes da pesquisa têm sobre o efeito da música no seu estado mental e emocional durante a pesquisa, foi realizada uma autoavaliação do estado de ânimo no início e no final do questionário. Analisando os dados obtidos, é possível observar a mudança na percepção dos estudantes quando ao próprio estado de ânimo no início e ao fim da pesquisa, em que se observa que a frequência de estudantes que avaliaram estar animados, relaxados, alegres e calmos aumentou ao final da pesquisa, ao passo que as características opostas, tais como desanimado, agitado, triste e inquieto, diminuíram. Além disso, ao final da pesquisa houve menos estudantes que declararam não estar se sentindo indiferentes às características questionadas (ex.: nem triste, nem alegre), quando comparado com o início.

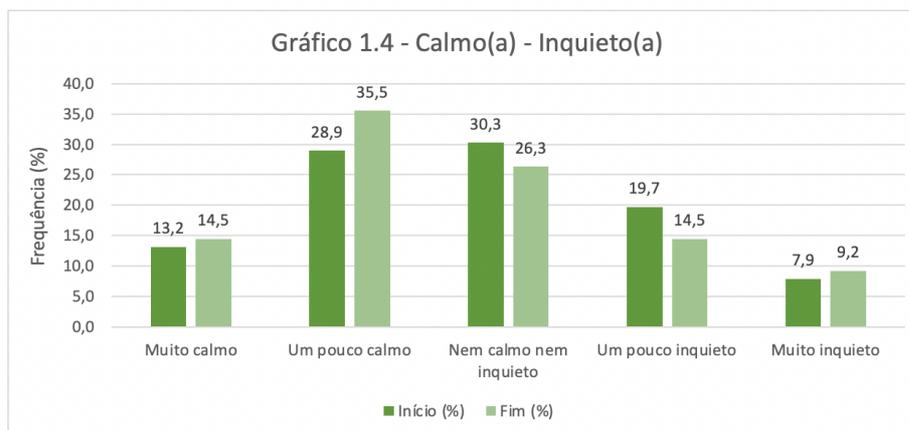
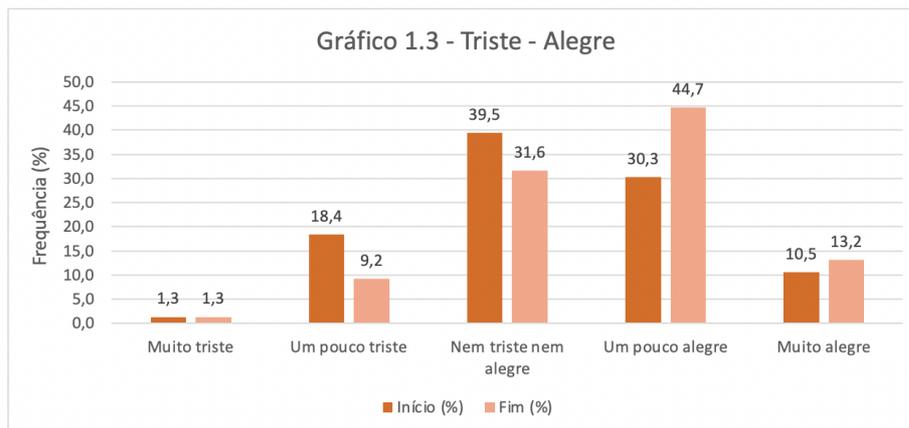
Os resultados podem ser observados por meio da tabela 2 e dos gráficos 1.1, 1.2, 1.3 e 1.4, comparando a frequência de respostas para cada estado de ânimo antes e após a autoanálise estimulada pela pesquisa.

Tabela 2 - Autoavaliação do estado de ânimo no início e ao fim do questionário

	Desanimado(a) - Animado(a)		Relaxado(a) - Agitado(a)		Triste - Alegre		Calmo(a) - Inquieto(a)	
	Início n(%)	Fim n(%)	Início n(%)	Fim n(%)	Início n(%)	Fim n(%)	Início n(%)	Fim n(%)
1	4 (05,3)	2 (2,6)	9 (11,8)	6 (07,9)	1 (01,3)	1 (01,3)	10 (13,2)	11 (14,5)
2	21 (27,6)	10 (13,2)	21 (27,6)	32 (42,1)	14 (18,4)	7 (09,2)	22 (28,9)	27 (35,5)
3	28 (36,8)	24 (31,6)	23 (30,3)	23 (30,3)	30 (39,5)	24 (31,6)	23 (30,3)	20 (26,3)
4	19 (25,0)	35 (46,1)	17 (22,4)	10 (13,2)	23 (30,3)	34 (44,7)	15 (19,7)	11 (14,5)
5	4 (05,3)	5 (06,6)	6 (07,9)	5 (06,6)	8 (10,5)	10 (13,2)	6 (07,9)	7 (09,2)

Fonte: questionários B e C (Anexo 1).





Fonte: questionários B e C (Anexo 1)

Disso, pode-se inferir que a autoanálise provocada pela pesquisa favoreceu a percepção dos participantes a respeito do próprio estado interno, do qual se conclui que, ao final, os estudantes estavam mais conectados consigo mesmos, o que, por si só, desperta uma reflexão a respeito do papel que a escuta das músicas teve nessa conexão.

Tais aspectos observados na pesquisa corroboram com as conclusões assinaladas por Janaudis (2010), Vianna (2019), Botelho *et al* (2020), Machado *et al* (2021), Pereira (2017), Mindlin *et al* (2014) entre outros, reforçando o poder que a música tem no desenvolvimento da conexão consigo mesmo.

Cabe, aqui a ressalva de que os estudantes foram conduzidos a realizar essa percepção dentro de um cenário na pesquisa, mas que cotidianamente, ou não têm o conhecimento para tanto ou não o fazem com consciência, estando à mercê do ambiente musical que se lhe apresenta. Porém, nesse interim, percebe-se que a música tem o poder de alterar o estado interno seja para o bem-estar ou para o mal-estar. E, como ressalva Nghiem (2018), não há na literatura estudos sobre os malefícios da música e esse é um aspecto que há que se levar em consideração no

que tange ao uso inconsciente de qualquer música para alcançar resultados de bem-estar físico, mental e emocional. Aliás, esse é um ponto que se destaca nas percepções descritas sobre a questão qualitativa “para onde a música pode me levar” que será objeto de análise posterior.

6.3. A PERCEPÇÃO INDIVIDUAL DAS MÚSICAS

Um outro aspecto a ser analisado está relacionado com a percepção que os participantes da pesquisa têm sobre diferentes músicas e o gosto dos participantes pela música, buscando qualificar a sensação despertada ao ouvir a música entre espectros de bonita, inusitada, inspiradora, sensual, complexa, irritante e animada.

Naturalmente que alguns aspectos se sobressaem, levando a refletir se o gosto está relacionado com a familiarização que o participante possui com cada música que ouviu ou se trata-se da sua relação individual com o tipo de música que lhe causa tais sensações. E, confirmando o que Ruud (1985) aponta como concepção do conceito de música, o gosto é uma resposta à percepção do significado da música relacionando com um contexto mais amplo e biográfico, histórico e cultural tanto da música quanto da pessoa em questão. E, embora haja semelhanças nas respostas obtidas nessa pesquisa, há nitidamente o indivíduo, caracterizado por Smith (2015) como unidade na coletividade, uma vez que possui uma Identidade Sonoro-Musical que lhe é própria.

Para poder identificar esses aspectos, foram disponibilizados cinco vídeos contendo áudios de trechos de músicas variadas a serem escutadas pelos participantes, a respeito das quais deveriam apresentar suas percepções, sensações e gostos. Percebe-se, nas músicas selecionadas, uma variação interessante nesses quesitos.

6.3.1 MÚSICA 1: MAVERICK – SIMPLY THREE

Essa é uma canção original da banda Simply Three, tocada do início até 1:16min. A música apresenta melodia e harmonia em instrumentos de corda tais como violoncelo, violino e contrabaixo, além de um ritmo marcado nos mesmos instrumentos. Inicia-se mais lenta e segue em um crescente, tornando-se mais rápida e ritmada ao passo que a melodia segue para notas mais agudas, tendo características compatíveis com músicas populares.

Dos 76 participantes da pesquisa, apenas 1 (1,3%) afirmou conhecer a música, ao passo que 75 (98,7%) não a conheciam. Apesar de não ser conhecida pela maioria,

68 (89,5%) afirmaram ter gostado da música enquanto apenas 8 (10,5%) participantes não gostaram da mesma. Isso denota que a familiaridade com essa música não foi fator significativo para apreciá-la.

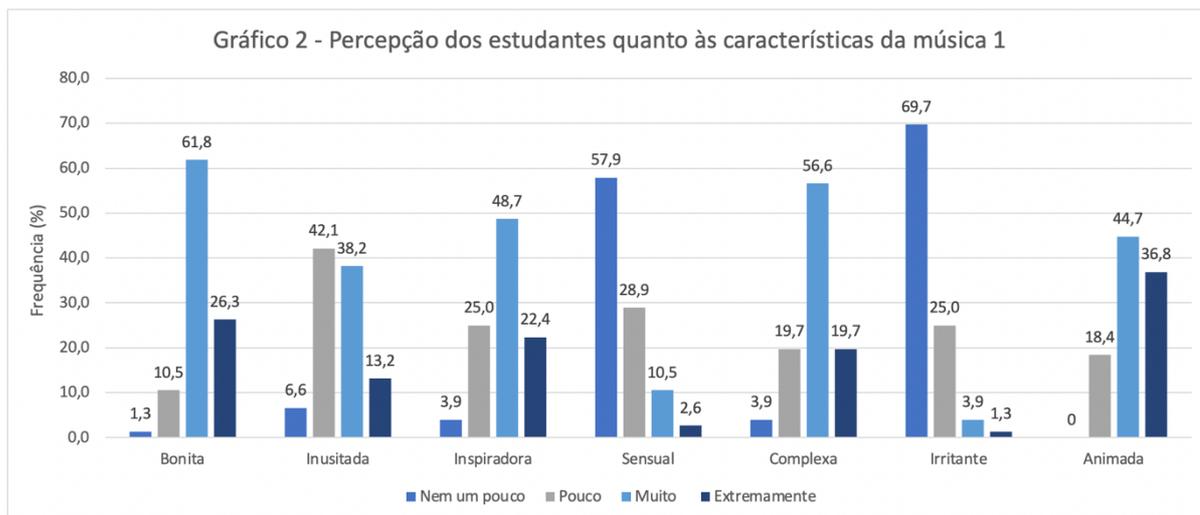
Destaca-se, na avaliação da música o fato de que a maioria considerou a música muito bonita (61,8%), muito complexa (56,6%), muito inspiradora (48,7%) e muito animada (44,7%), porém nem um pouco sensual (57,9%) e nem um pouco irritante (69,7%), como pode ser observado nos gráficos 2, 3 e 4.

A percepção dos participantes da pesquisa a respeito das características da música pode ser observada na tabela 3.

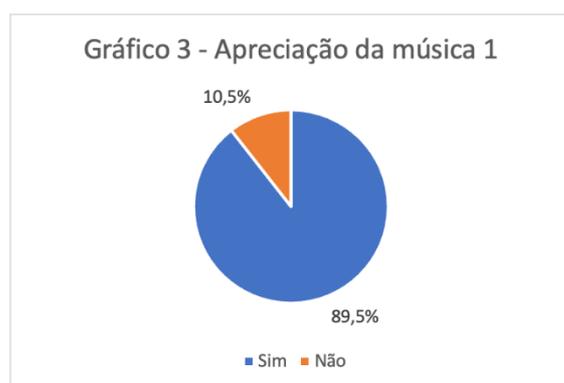
Tabela 3 - Percepção dos estudantes quanto às características da música 1: Maverick - Simply Three

	Bonita		Inusitada		Inspiradora		Sensual		Complexa		Irritante		Animada	
	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)
Nem um pouco	1	1,3	5	6,6	3	3,9	44	57,9	3	3,9	53	69,7	0	0,0
Pouco	8	10,5	32	42,1	19	25,0	22	28,9	15	19,7	19	25,0	14	18,4
Muito	47	61,8	29	38,2	37	48,7	8	10,5	43	56,6	3	3,9	34	44,7
Extremamente	20	26,3	10	13,2	17	22,4	2	2,6	15	19,7	1	1,3	28	36,8

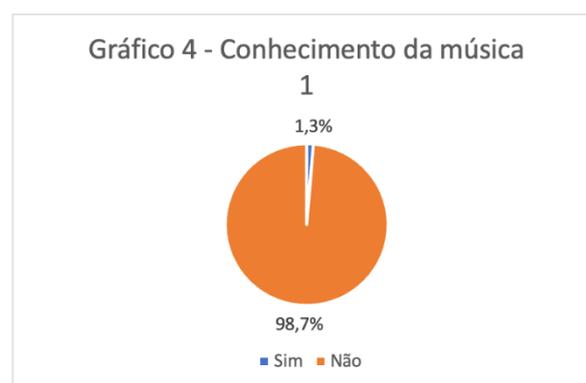
Fonte: questionário B (Anexo1)



Fonte: questionário B (Anexo1)



Fonte: questionário B (Anexo 1)



Fonte: questionário B (Anexo 1)

6.3.2 MÚSICA 2: FREVO Nº1 – MARCELA NUNES

A música trata-se de um frevo, gênero musical típico do estado de Pernambuco,

o qual é tocado em uma apresentação do SESC Brasil por Marcela Nunes, na flauta transversal, acompanhada pelo piano, contrabaixo e bateria. A canção é alegre e acelerada, tendo sido selecionado o trecho até 0:44min.

Dos 76 participantes da pesquisa, apenas 2 (2,6%) afirmaram conhecer a música, ao passo que 74 (97,4%) não a conheciam. Considerando a totalidade da amostra, 48 (63,2%) afirmaram ter gostado da música enquanto apenas 28 (36,8%) participantes não gostaram da mesma. Mais uma vez constata-se que a familiaridade com a música não foi fator preponderante para gostar da música.

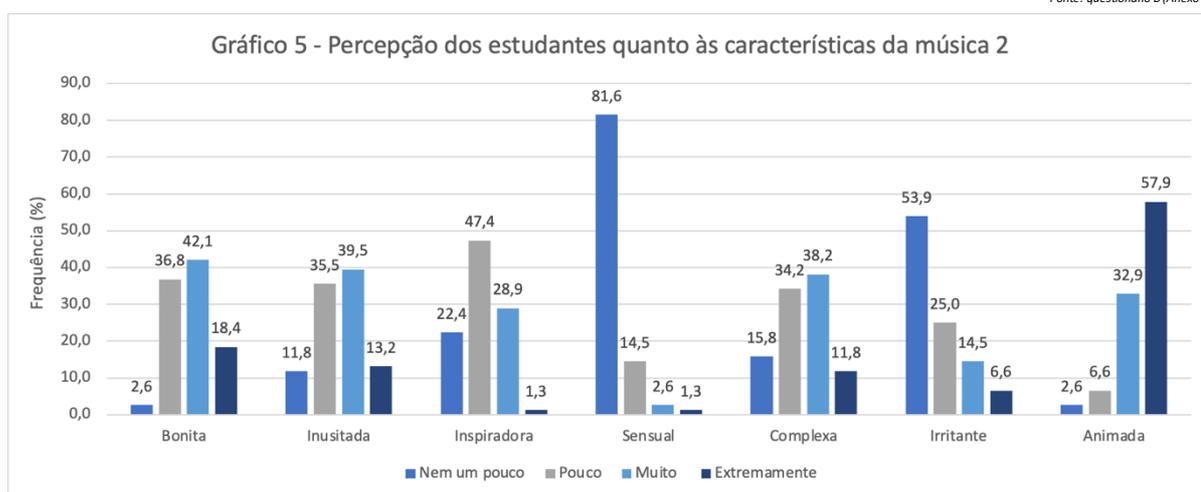
Destaca-se, na avaliação da música o fato de que a maioria considerou como característica principal que a música é nem um pouco sensual (81,6%), e extremamente animada (57,9%), como pode ser observado nos gráficos 5, 6 e 7.

A percepção dos participantes da pesquisa a respeito das características da música pode ser observada na tabela 4.

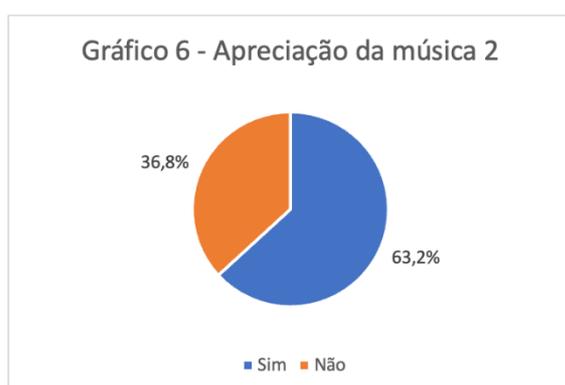
Tabela 4 - Percepção dos estudantes quanto às características da música 2: Frevo nº1 - Marcela Nunes

	Bonita		Inusitada		Inspiradora		Sensual		Complexa		Irritante		Animada	
	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)
Nem um pouco	2	2,6	9	11,8	17	22,4	62	81,6	12	15,8	41	53,9	2	2,6
Pouco	28	36,8	27	35,5	36	47,4	11	14,5	26	34,2	19	25,0	5	6,6
Muito	32	42,1	30	39,5	22	28,9	2	2,6	29	38,2	11	14,5	25	32,9
Extremamente	14	18,4	10	13,2	1	1,3	1	1,3	9	11,8	5	6,6	44	57,9

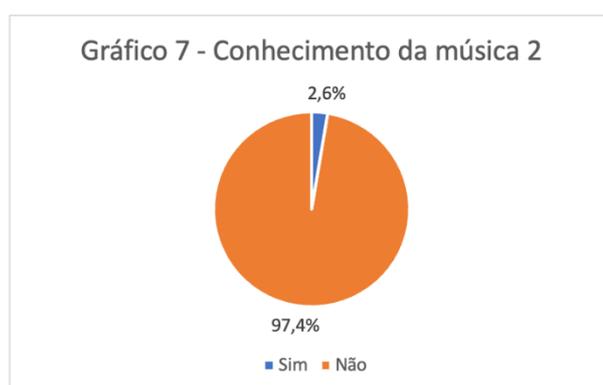
Fonte: questionário B (Anexo 1)



Fonte: questionário B (Anexo 1)



Fonte: questionário B (Anexo 1)



Fonte: questionário B (Anexo 1)

6.3.3 MÚSICA 3: ONCE AGAIN – HANG MASSIVE

É uma canção apresentada pela banda Hang Massive, utilizando apenas o instrumento Hang. Trata-se de um instrumento que surgiu na Suíça no ano 2000, inspirado nos tambores de aço típicos de Trinidad e Tobago. É formado por duas semi-conchas de aço, na qual ressoam 7 notas afinadas em harmonia com um tom central, fornecendo um som ressonante que difere do que é comumente encontrado nos demais instrumentos.

A música era desconhecida por 100% dos participantes da pesquisa. Destes, 36 (47,4%) afirmaram ter gostado da música enquanto 40 (52,6%) não gostaram da mesma. Nesse caso percebe-se que, além da música não ser conhecida e familiar, ela é produzida por um instrumento que promove novas sensações, desconhecidas pelos participantes e, possivelmente, motivo pelo qual um bom conjunto não apreciou enquanto outra boa parcela aprovou.

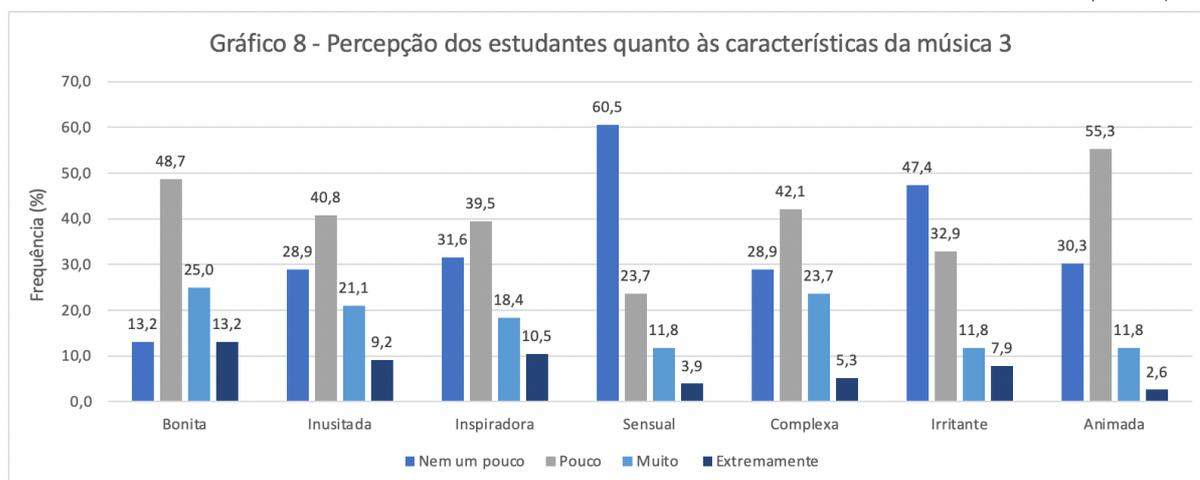
Observa-se, na análise das informações sobre a música o fato de que a maioria considerou como característica principal que a música é nem um pouco sensual (60,5%), pouco animada (55,3%), pouco bonita (48,7%) e nem um pouco irritante (47,4%), como pode ser observado nos gráficos 8, 9 e 10.

A percepção dos participantes da pesquisa a respeito das características da música pode ser observada na tabela 5.

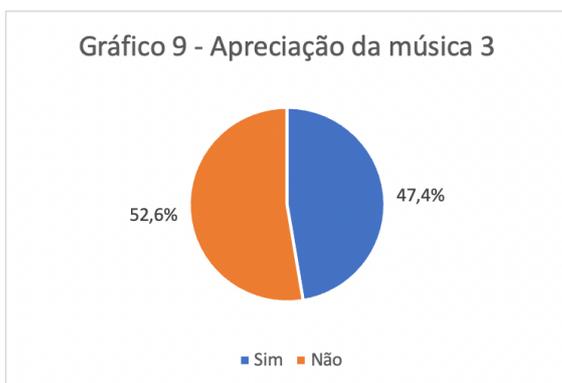
Tabela 5 - Percepção dos estudantes quanto às características da música 3: Once Again - Hang Massive

	Bonita		Inusitada		Inspiradora		Sensual		Complexa		Irritante		Animada	
	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)
Nem um pouco	10	13,2	22	28,9	24	31,6	46	60,5	22	28,9	36	47,4	23	30,3
Pouco	37	48,7	31	40,8	30	39,5	18	23,7	32	42,1	25	32,9	42	55,3
Muito	19	25,0	16	21,1	14	18,4	9	11,8	18	23,7	9	11,8	9	11,8
Extremamente	10	13,2	7	9,2	8	10,5	3	3,9	4	5,3	6	7,9	2	2,6

Fonte: questionário B (Anexo 1)



Fonte: questionário B (Anexo 1)



Fonte: questionário B (Anexo 1)



Fonte: questionário B (Anexo 1)

6.3.4 MÚSICA 4: MERCEDITAS – RENATO BORGHETTI

Essa é uma música gauchesca, gênero típico do estado do Rio Grande do Sul, além de países vizinhos como Argentina e Uruguai. A melodia é tocada no acordeão por Renato Borghetti, acompanhada pelo violão. Inicia-se somente com a melodia, a qual, conforme se repete, vai sendo adicionada harmonia e tornando-se mais ritmada.

A canção é conhecida apenas por 12 (15,8%) dos 76 participantes, e 64 (84,2%) afirmaram ter gostado da mesma enquanto 8 (10,5%) não gostaram. E aqui, percebe-se que apesar de pouco conhecida, a música desperta um grande percentual de apreciação.

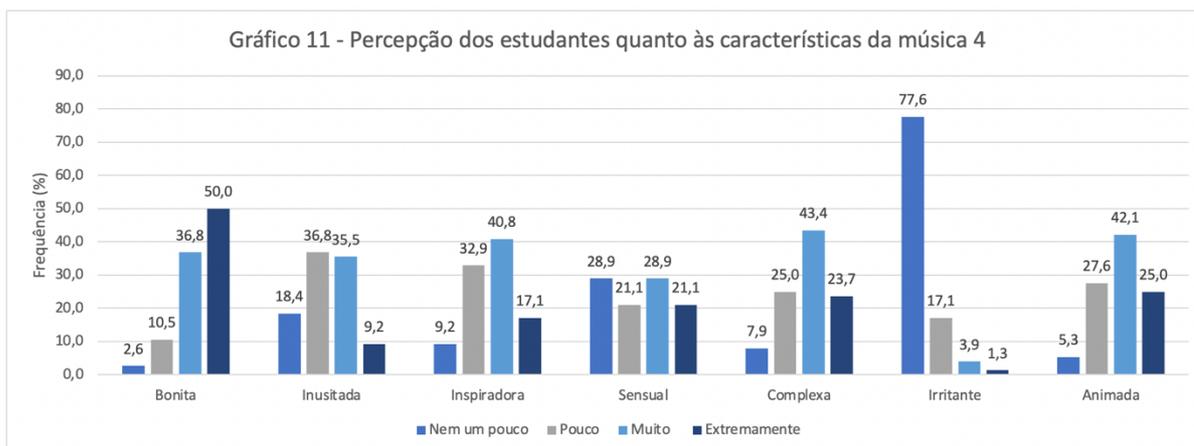
Além disso, levando-se em conta que é uma música regional do Sul do país, percebe-se que no Nordeste tem uma excelente aprovação acústica, e, destaca-se, portanto, que a maioria ponderou como característica principal que a música é extremamente bonita (50%), nem um pouco irritante (77,6%), muito inspiradora (40,8%), e muito complexa (43,4%), além de ser muito animada (42,1%), como pode ser observado nos gráficos 11, 12 e 13.

A percepção dos participantes da pesquisa a respeito das características da música pode ser observada na tabela 6.

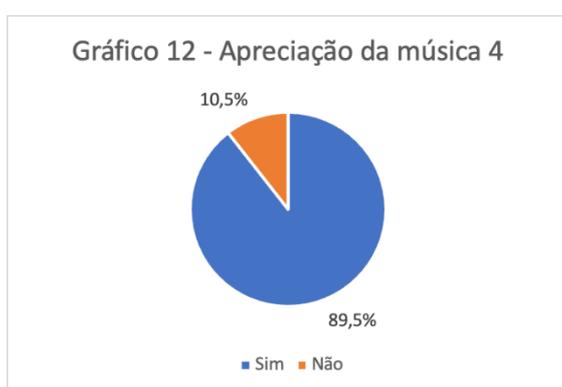
Tabela 6 - Percepção dos estudantes quanto às características da música 4: Merceditas - Renato Borghetti

	Bonita		Inusitada		Inspiradora		Sensual		Complexa		Irritante		Animada	
	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)
Nem um pouco	2	2,6	14	18,4	7	9,2	22	28,9	6	7,9	59	77,6	4	5,3
Pouco	8	10,5	28	36,8	25	32,9	16	21,1	19	25,0	13	17,1	21	27,6
Muito	28	36,8	27	35,5	31	40,8	22	28,9	33	43,4	3	3,9	32	42,1
Extremamente	38	50,0	7	9,2	13	17,1	16	21,1	18	23,7	1	1,3	19	25,0

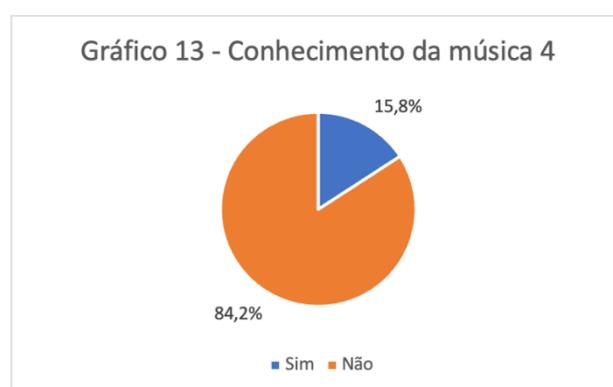
Fonte: questionário B (Anexo 1)



Fonte: questionário B (Anexo 1)



Fonte: questionário B (Anexo 1)



Fonte: questionário B (Anexo 1)

6.3.5 MÚSICA 5: CHOPIN SPRING WALTZ – MARCIN TJERNBÄCK

A composição é um arranjo realizado por a partir da música “Marriage d’Amour”. Trata-se de uma canção clássica tocada no piano por Marcin Tjernbäck, com característica calma e melódica.

Da totalidade de participantes, 12 (15,8%) declararam conhecer a canção. Quanto ao gosto pela música, 69 (90,8%) afirmaram ter gostado da mesma enquanto 7 (9,2%) não gostaram. Nessa música a situação repete-se, demonstrando que apesar de pouco conhecida, apresenta traços que fazem com que seja amplamente apreciada pelos participantes.

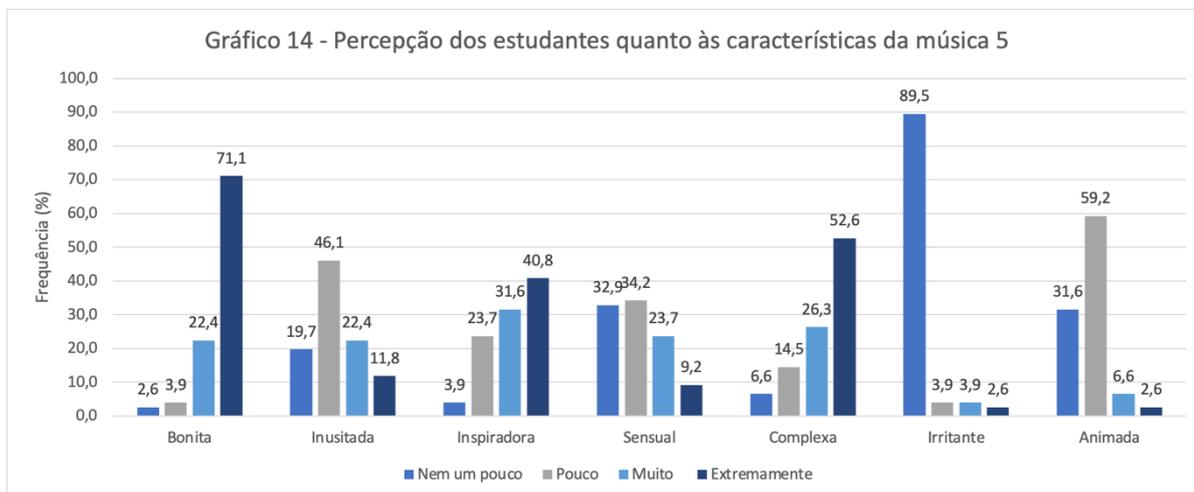
Analisando as percepções dos participantes, destaca-se o fato de que a maioria demonstrou que a música é extremamente bonita (71,1%), nem um pouco irritante (89,5%) e extremamente complexa (52,6%), mas diferente da música 4 não é nem um pouco animada (59,2%), porém muito inspiradora (40,8%), como pode ser observado nos gráficos 14, 15 e 16.

A percepção dos participantes da pesquisa a respeito das características da

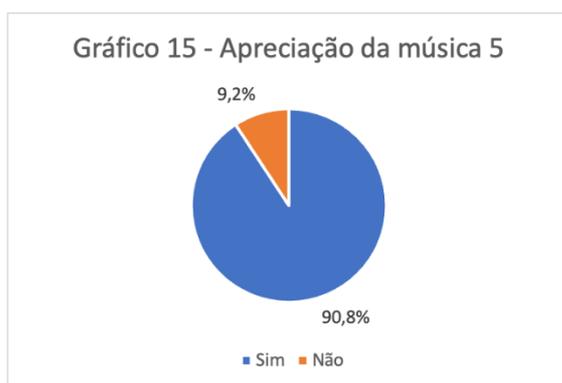
música pode ser observada na tabela 7.

	Bonita		Inusitada		Inspiradora		Sensual		Complexa		Irritante		Animada	
	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)
Nem um pouco	2	2,6	15	19,7	3	3,9	25	32,9	5	6,6	68	89,5	24	31,6
Pouco	3	3,9	35	46,1	18	23,7	26	34,2	11	14,5	3	3,9	45	59,2
Muito	17	22,4	17	22,4	24	31,6	18	23,7	20	26,3	3	3,9	5	6,6
Extremamente	54	71,1	9	11,8	31	40,8	7	9,2	40	52,6	2	2,6	2	2,6

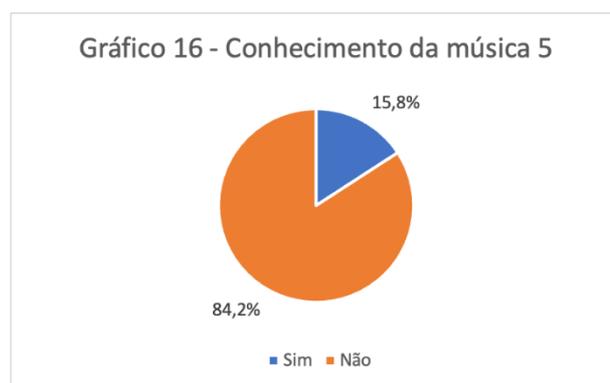
Fonte: questionário B (Anexo 1)



Fonte: questionário B (Anexo 1)



Fonte: questionário B (Anexo 1)



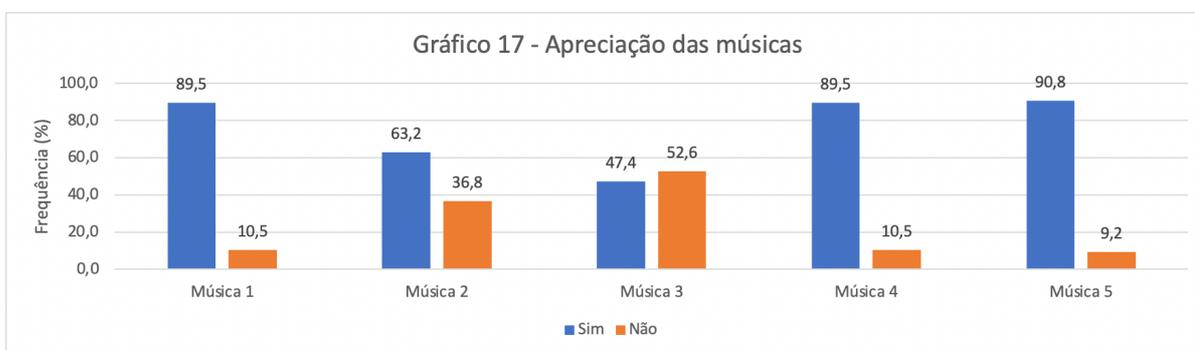
Fonte: questionário B (Anexo 1)

6.4. OS ESPECTROS DAS MÚSICAS

O que faz com que cada um considere uma música bonita, inusitada, inspiradora, sensual, complexa, irritante ou animada pode estar relacionado com a harmonia, o ritmo e a melodia da música, mas naturalmente que há uma estreita relação com uma percepção extrassensorial do sentido que a música tem para o participante, seja física, emocional ou psicológica e espiritual, conforme pode-se depreender do documentário que trata sobre a música (A PRIMEIRA..., 2021). Fisicamente acompanhando uma animada batida que promove sensações de euforia e sensualidade, emocionalmente travando duelos com a recordação e percebendo-se nostálgico voltando no tempo ou inspirado e estimulado projetando futuros e, ainda, espiritualmente, elevando-se a lugares inimagináveis despertando sensações de

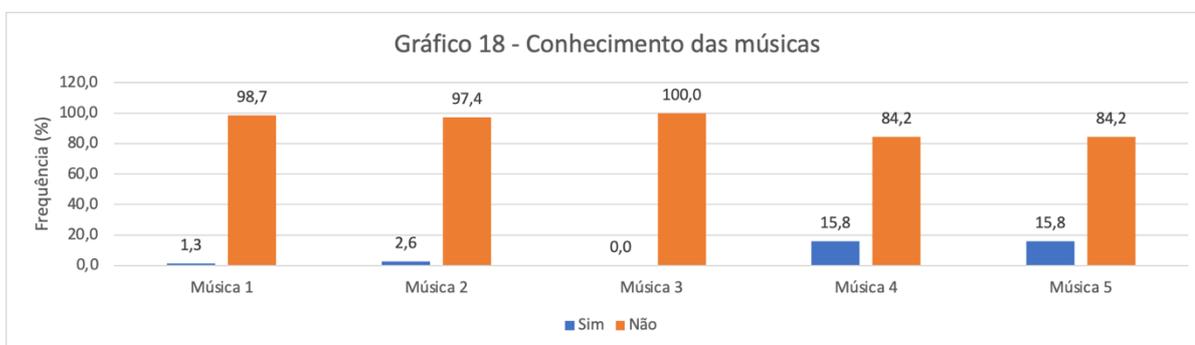
bem-estar e de paz. Inequivocamente, nessa pesquisa, constata-se que a música transforma estados físicos, emocionais e espirituais do ser humano, pela capacidade de percepção que vai desenvolvendo, simplesmente ao ouvir e deixar-se envolver pela música.

As músicas que tiveram uma maior apreciação pelo conjunto de participantes foram as músicas Maverick de Simply Three, Merceditas por Renato Borghetti e Chopin Spring Waltz por Marcin Tjernbäck, como podem ser observadas no gráfico a seguir. É como se, ao ouvir tais músicas, o coração fosse imediatamente tocado e a mente transportada para um estado de bem-estar interno. O gráfico 17 demonstra a apreciação do conjunto de participantes.



Fonte: questionário B (Anexo 1)

Outro aspecto interessante é o fato de que as músicas que os participantes definiram como as apreciadas foram exatamente aquelas que descreveram como conhecidas por alguns, como pode ser observado no gráfico 18. Porém, destaca-se, mais uma vez o fato de que essas músicas podem estar correlacionadas com uma estreita familiaridade com os arranjos, melodias ou harmonias oriundas de outras músicas já conhecidas (A PRIMEIRA..., 2021).



Fonte: questionário B (Anexo 1)

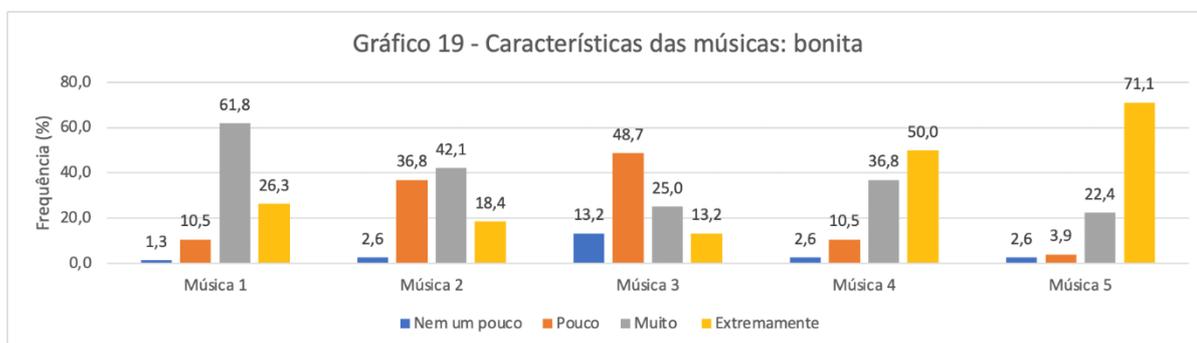
Para melhor entender as diferentes percepções que os estudantes tiveram das músicas ouvidas, foi realizada a comparação das respostas para cada característica avaliada, considerando as cinco músicas nos quesitos bonita, inusitada, inspiradora,

sensual, complexa, irritante e animada.

6.4.1 BONITA

Nesse quesito de avaliação pelos participantes, percebe-se que é um dos que mais se destacam, demonstrando que esses possuem uma boa acuidade para captar esse espectro, uma vez que uma música bonita é uma música que agrada aos sentidos e faz com que se sinta bem e goste de ouvi-la.

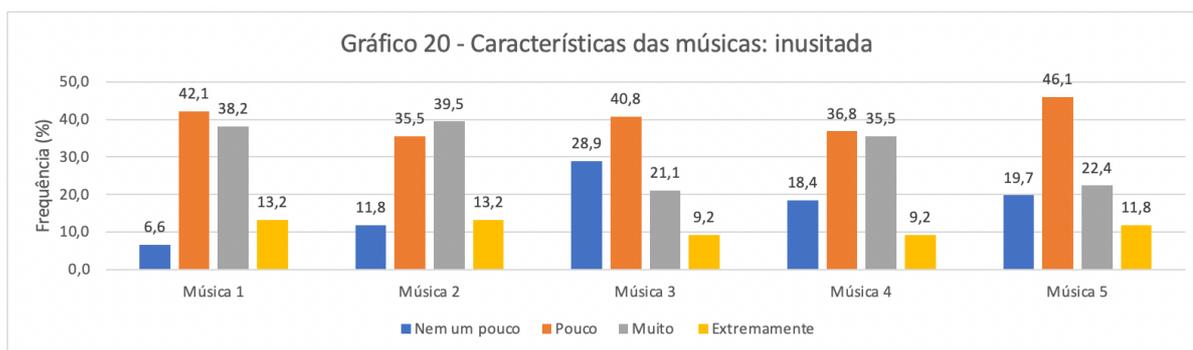
Percebe-se que a música considerada extremamente bonita é uma música clássica (música 5 – 71,1%), seguida de uma música regional do Sul (música 4 – 50%) embora possuam arranjos distintos. E, não se pode deixar de destacar a música 1, a qual foi considerada muito bonita (61,8%), possivelmente em função de ser uma música que lembra o gênero pop. As três músicas também foram as destacadas como as que os participantes mais gostaram. Estariam no inconsciente coletivo as mesmas sensações despertadas com relação aos arranjos dessas músicas? E, ao contrário, a música considerada menos bonita é uma música que utiliza um instrumento novo (*hang*), pouco conhecido, com um conjunto de vibrações diferenciado, o que pode despertar uma sensação de desconforto, deslocando o participante para um local menos favorável ao bem-estar. O gráfico 19 demonstra essa relação.



Fonte: questionário B (Anexo 1)

6.4.2 INUSITADA

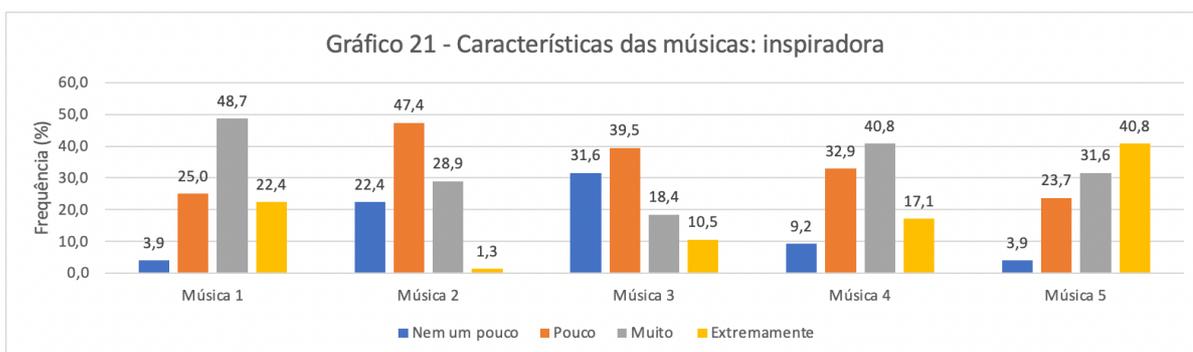
Uma música inusitada é aquela que surpreende, por ser incomum. Percebe-se que essa característica da música, dentro das músicas escolhidas, não foi facilmente captada pelos participantes. Porém, destaca-se que a música 2 (frevo) foi considerada como muito inusitada (39,5%), enquanto as músicas restantes foram consideradas pouco inusitadas, como observado no gráfico 20.



Fonte: questionário B (Anexo 1)

6.4.3 INSPIRADORA

O perfil de uma música inspiradora, tendo em vista o conceito de inspiração definido por Michaelis (2022) e a visão do documentário (A PRIMEIRA..., 2021), é o de favorecer que o ouvinte tenha uma percepção de si mesmo que lhe leve a captar sensações e ideias que até então não estavam presentes em seu universo. A música 5 que é uma música clássica, foi considerada extremamente inspiradora (40,8%). Isso permite refletir sobre o poder transformador que tem a música clássica, conforme já descrito por Paduani (2019, p. 84). Destaca-se ainda a música 1, a qual foi considerada muito inspiradora (48,7%). Observa-se no gráfico 21 as respostas no que se refere a essa característica.

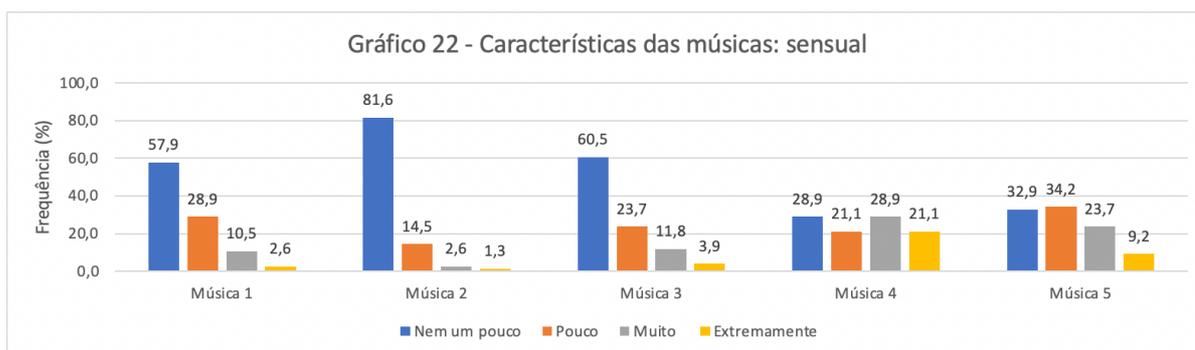


Fonte: questionário B (Anexo 1)

6.4.4 SENSUAL

A música sensual tem um forte apelo físico, despertando sensações corporais que envolvem o ouvinte, levando-o a experimentar diretamente o ritmo da música em detrimento da melodia e da harmonia (A PRIMEIRA..., 2021). Nesse sentido, percebe-se que as músicas escolhidas não possuem em sua maioria um forte apelo físico, e, possivelmente em virtude disso, essa classificação tenha ficado um tanto prejudicada. Naturalmente que, ao contrário, foi amplamente captado a ausência de sensualidade

nas músicas, em especial a música 2 (frevo), considerada nem um pouco sensual (81,6%). O gráfico 22 denota essa realidade.

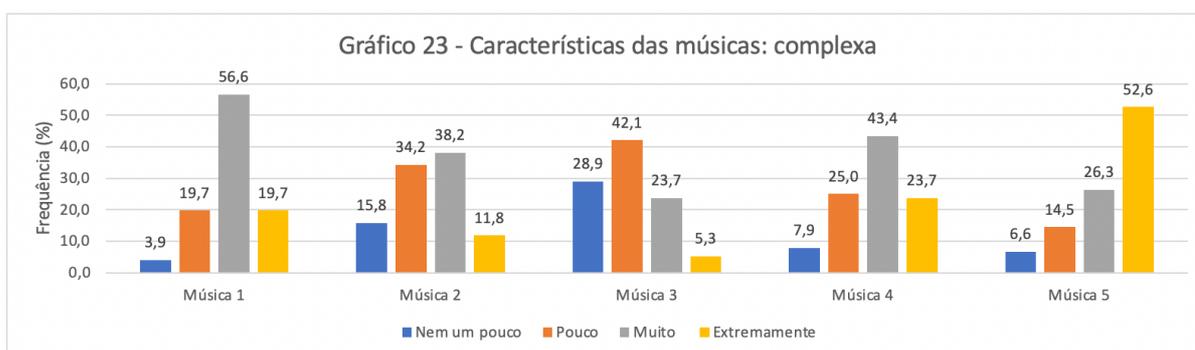


Fonte: questionário B (Anexo 1)

6.4.5 COMPLEXA

O que define uma música como complexa é a relação entre os componentes da música e a dificuldade de execução desses em consonância com o ritmo, harmonia e melodia (A PRIMEIRA..., 2021).

Nesse aspecto, a música considerada extremamente complexa foi uma música clássica (música 5 – 52,6%), enquanto a música tocada por um instrumento desconhecido (música 3) foi considerada pela grande maioria como pouco complexa (42,1%). E nesse sentido parece que a relação entre os componentes da música determina a sua complexidade. O gráfico 23 apresenta esse contexto.

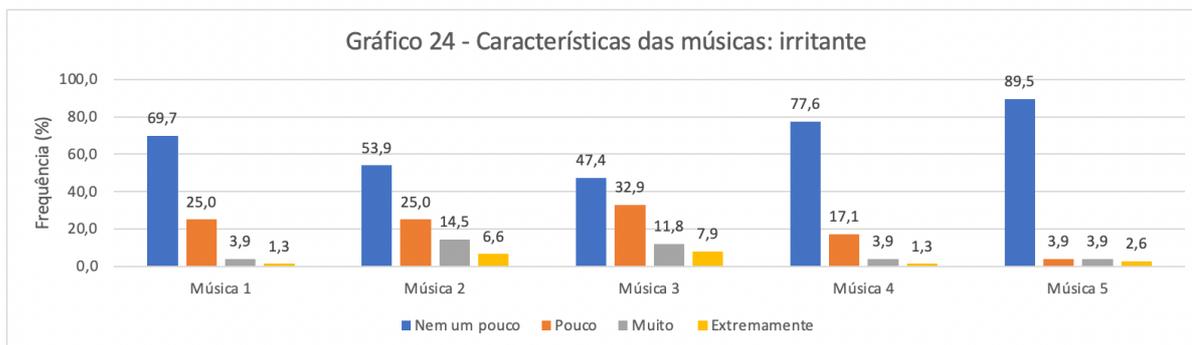


Fonte: questionário B (Anexo 1)

6.4.6 IRRITANTE

Uma música irritante desperta sensações incômodas que fazem com que o espectador não a aprecie e, por consequência, desconecte-se de si mesmo, gerando um estado de mal-estar interno. Em geral, há uma percepção desarmônica do conjunto de elementos que compõem a música. Pela pesquisa, a música menos irritante foi a música clássica (89,5%), o que leva a considerar, mais uma vez, o poder

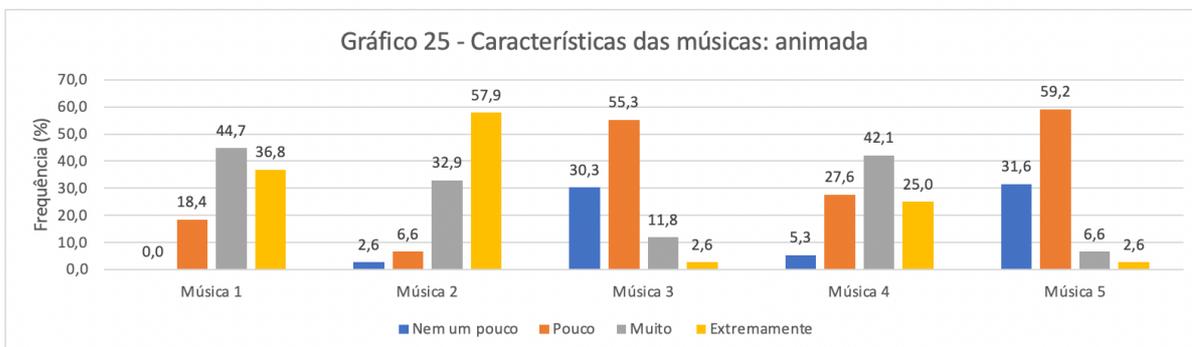
da música clássica de conexão consigo mesmo.



Fonte: questionário B (Anexo 1)

6.4.7 ANIMADA

A música animada é aquela que tem um alto poder emocional de potencializar sensações, algumas vezes tirando o ouvinte do seu centro, convidando-o a extravasar as energias. Em geral, são músicas festivas, alegres e expansivas que estimulam a euforia e o entusiasmo. Na pesquisa, a música considerada extremamente animada é a música 2 (57,9%).



Fonte: questionário B (Anexo 1)

6.5. O USO DA MÚSICA NA VIDA DO ESTUDANTE

Outro momento importante desse trabalho foi o de conhecer a respeito do uso que os participantes fazem da música em suas vidas. Um conjunto de questões foram disponibilizadas com possibilidades de respostas em uma escala de 0 a 10, com o fim de entender a importância da música na vida dos participantes.

A pesquisa demonstrou que, de maneira geral, a maioria dos participantes tem pouca ou nenhuma experiência em cantar/tocar um instrumento musical (53,9% marcou de 0 a 5 na escala). Apesar disso, observa-se que a maioria declara gostar de realizar essas atividades (cantar/tocar instrumento), tendo 60,5% marcado de 7 a 10 para o gosto por cantar e 50% pelo gosto por tocar instrumentos, por mais que não

tenha muita experiência. Isso poderia sugerir que a cultura musical é pouca disseminada tendo em vista o gosto por essa aprendizagem e a realidade apresentada. Destaca-se nesse aspecto o relato do trabalho realizado com o grupo de música da FMUSP que, de acordo com Vianna (2019), estimula os estudantes para que desenvolvam o gosto por aprender a tocar um instrumento ou exercitem-se na interpretação e a técnica vocal e, com isso, conseguir enfrentar outros desafios da vida pessoal e acadêmica. E destaca-se, ainda, a importância da realização de espaços para a arte musical dentro da instituição de ensino superior como meio de favorecer o alcance de inúmeros benefícios, tais como os exemplos de Recitais da FMUSP, Grupos de Baterias, Bateria-Metralha da UFMT conforme Pereira (2017), Machado *et al* (2021) e Vianna (2019). Um estudo muito interessante a ser realizado dentro da EBMSF está relacionado com os resultados obtidos com os participantes da Bateria Frenética, coordenada pela Atlética Bahiana de Medicina, no desenvolvimento do bem-estar mental e emocional, o qual poderia oferecer maiores informações a respeito.

Quanto à escuta da música, todos os estudantes marcaram que gostam de ouvir/apreciar música com certa frequência, com as notas variando de 7 a 10, e tendo 76,3% dos participantes marcado que gostam muito de ouvir música. Nesse aspecto, comprova-se que a música é parte do universo comum de todos nós, ainda que muitos não tenham o conhecimento necessário para saber o que é um acorde. E, portanto, comprova-se o que Paduani (2019) descreve em seu livro “A terapia do Som”, pois a música está em nosso meio desde o surgimento da civilização e a busca por desenvolver instrumentos e arranjos que favoreçam um som harmonioso demonstra o quanto gostamos de ouvir música. E, ainda que os participantes da pesquisa não tenham consciência, o poder da música na transformação do estado de bem-estar interior se demonstrou uma realidade nessa pesquisa.

Associa-se a isso a importância atribuída à música na vida dos mesmos, tendo 51,3% marcado a nota máxima na escala de importância. Cabe aqui uma reflexão sobre a verdadeira função na música, uma vez que como descrito anteriormente, é um dos elementos mais antigos em nossa cultura. O homem sempre considerou a expressão musical uma arte de fundamental importância, de acordo com Paduani (2019). Seria o caso de se pensar em criar uma disciplina com o objetivo de favorecer que o estudante possa se dedicar a compreender o papel da música e a aprender a produzir a música, seja por instrumento musical ou vocal? Seria o caso de dispor de

um tempo dentro das disciplinas para que ele se conecte consigo mesmo por meio da música? Seria o caso de favorecer que todas ou várias disciplinas possam utilizar a música de algum modo como fator de fixação de conteúdo, de relaxamento, de construção de conhecimento? Os aspectos observados ao longo da pesquisa denotam que seria de suma importância que as instituições de ensino superior, em especial as coordenações de cursos da área da saúde, ampliassem a consciência do papel da música no desenvolvimento do bem-estar físico, mental e emocional dos estudantes e utilizassem a música no contexto acadêmico de maneira mais efetiva para esse fim. Seria o caso de ampliar a consciência da importância que tem a música na vida acadêmica para a formação do profissional e da própria vida pessoal do estudante de medicina? Se a grande maioria considera a música um elemento importante em suas vidas, então deve-se considerar a ampliação dessa para alcançar um amplo desenvolvimento do bem-estar físico, mental, emocional e espiritual do acadêmico de medicina.

Quanto à frequência com que escutam música em um dia, a maioria dos estudantes (67%) marcou que escuta com certa/muita frequência (respostas de 7 a 10), ao passo que as demais respostas ficaram entre os números 3 e 6. Disso, pôde-se concluir que todos escutam algum grau de músicas ao longo do dia, demonstrando como trata-se de um tema presente diariamente na vida do estudante. Então, se todos escutam algum grau de música ao longo do dia, por que não estabelecer as músicas para alcançar os benefícios que ela pode oferecer? E, nesse sentido, destaca-se o trabalho de Mindlin et al (2014) em seu livro “Sua playlist pode mudar sua vida” no qual sugere a criação de uma *playlist* de músicas para cada estado interno que vive. Se os estudantes aprenderem a desenvolver a consciência do que cada música lhe faz e souberem utilizar os recursos que cada música apresenta, poderão, de acordo com Mindlin et al (2014), mudar suas vidas. Para isso, precisam aprender a desenvolver a consciência do papel da música na própria vida e esse desenvolvimento pode ser oferecido pelas instituições de ensino, de tal maneira que, ao concluir um curso da área da saúde, não só está mais consciente do recurso poderoso que é a arte musical como poderá utilizá-la em sua formação profissional, estando apto a construir um mundo mais humano, levando a música como recurso para alcançar transformações de estados internos e até mesmo amenizando sofrimentos quando a cura não alcança o paciente.

Os resultados podem ser avaliados nas tabelas 8 a 13 e gráficos 26 a 31, que

especificam a resposta para cada pergunta. Para tanto, 0 deve ser considerado como nenhuma frequência e 10 com extrema frequência.

Tabela 8 - Experiência dos estudantes em cantar e/ou tocar algum i

	Frequência absoluta	Frequência relativa (%)
0	14	18,4
1	7	9,2
2	12	15,8
3	5	6,6
4	3	3,9
5	5	6,6
6	5	6,6
7	10	13,2
8	11	14,5
9	2	2,6
10	2	2,6

Fonte: questionário C (Anexo 1)

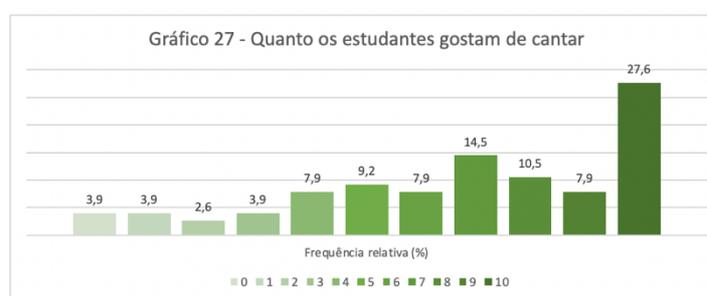


Fonte: questionário C (Anexo 1)

Tabela 9 - Quanto os estudantes gostam de cantar

	Frequência absoluta	Frequência relativa (%)
0	3	3,9
1	3	3,9
2	2	2,6
3	3	3,9
4	6	7,9
5	7	9,2
6	6	7,9
7	11	14,5
8	8	10,5
9	6	7,9
10	21	27,6

Fonte: questionário C (Anexo 1)

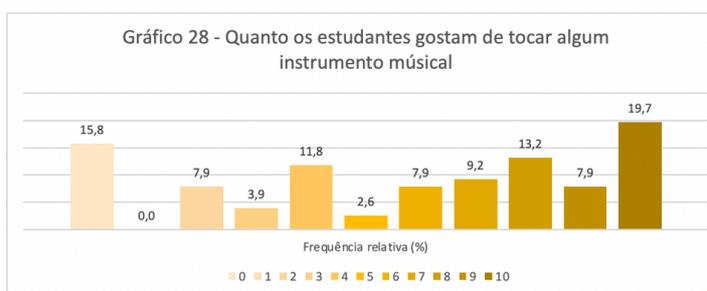


Fonte: questionário C (Anexo 1)

Tabela 10 - Quanto os estudantes gostam de tocar algum instrumen

	Frequência absoluta	Frequência relativa (%)
0	12	15,8
1	0	0,0
2	6	7,9
3	3	3,9
4	9	11,8
5	2	2,6
6	6	7,9
7	7	9,2
8	10	13,2
9	6	7,9
10	15	19,7

Fonte: questionário C (Anexo 1)



Fonte: questionário C (Anexo 1)

Tabela 11 - Quanto os estudantes gostam de ouvir/apreciar música

	Frequência absoluta	Frequência relativa (%)
0	0	0,0
1	0	0,0
2	0	0,0
3	0	0,0
4	0	0,0
5	0	0,0
6	0	0,0
7	4	5,3
8	6	7,9
9	8	10,5
10	58	76,3

Fonte: questionário C (Anexo 1)

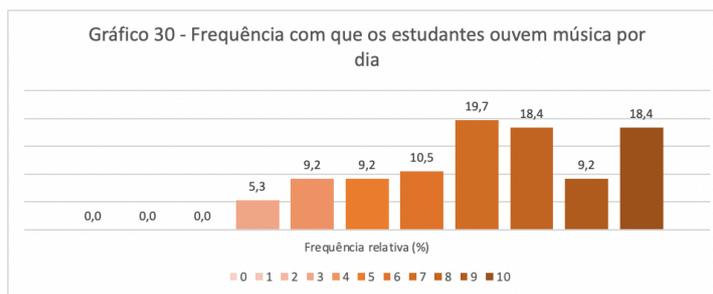


Fonte: questionário C (Anexo 1)

Tabela 12 - Frequência com que os estudantes ouvem música por dia

	Frequência absoluta	Frequência relativa (%)
0	0	0,0
1	0	0,0
2	0	0,0
3	4	5,3
4	7	9,2
5	7	9,2
6	8	10,5
7	15	19,7
8	14	18,4
9	7	9,2
10	14	18,4

Fonte: questionário C (Anexo 1)

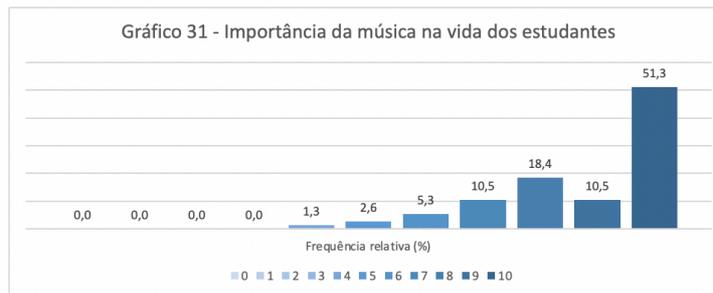


Fonte: questionário C (Anexo 1)

Tabela 13 - Importância da música na vida dos estudantes

	Frequência absoluta	Frequência relativa (%)
0	0	0,0
1	0	0,0
2	0	0,0
3	0	0,0
4	1	1,3
5	2	2,6
6	4	5,3
7	8	10,5
8	14	18,4
9	8	10,5
10	39	51,3

Fonte: questionário C (Anexo 1)

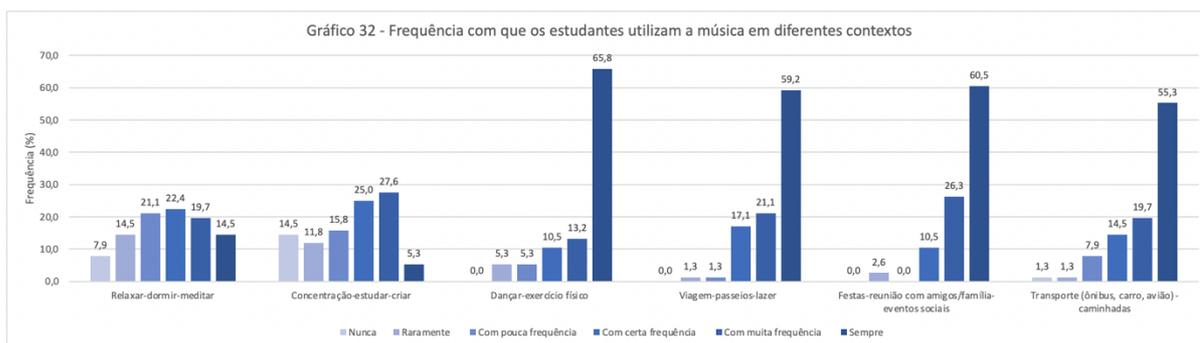


Fonte: questionário C (Anexo 1)

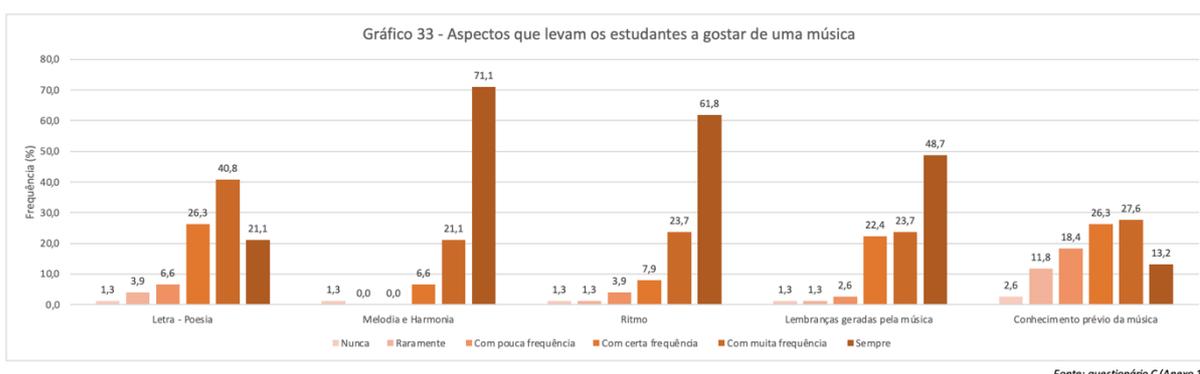
6.6. O CONTEXTO EM QUE A MÚSICA É UTILIZADA

De acordo com os dados encontrados nessa pesquisa, a música está presente na vida de todos os participantes. Ela pode ser utilizada para relaxar, dormir e meditar; ou para concentrar-se, estudar e criar; ou para dançar e exercitar-se; ou para viajar, passear e no lazer; ou para participar nas festas e eventos familiares e sociais; ou durante o tempo em que estamos em um transporte. E, constatou-se que, há alguns momentos na vida dos participantes em que presença da música é praticamente unânime, demonstrando que a música já atua soberanamente nessas áreas, ainda que nem sempre cumprindo com o estado de bem-estar interno.

Observa-se que a grande maioria declarou que sempre utiliza para realização de atividades físicas/dança (68,5%), em viagens de passeio ou lazer (59,2%), festas e reuniões sociais (60,5%), e no transporte (55,3%). No entanto, a frequência com que a música é utilizada para relaxar/meditar ou concentrar-se/estudar foi mais variada, apesar de ainda ser utilizada para estas atividades com certa ou muita frequência por grande parte da amostra estudada. A frequência com que os estudantes utilizam a música nos diferentes contextos está ilustrada no gráfico 32.



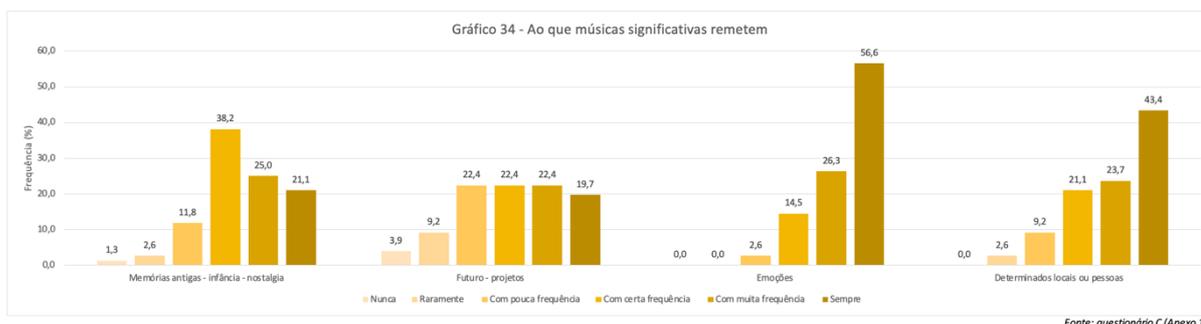
Quanto aos aspectos que levam um estudante gostar de determinada música, observa-se que aqueles que apresentam papel mais importante, sendo consideradas sempre, são a melodia e harmonia (71,1%), seguidos do ritmo (61,8%), e lembranças geradas pela música (48,7%). A letra também é considerada um fator que influencia com muita frequência (40,8%), sendo menos relevante o conhecimento prévio da música. A frequência com que os fatores citados afetam o gosto por determinada canção estão descritos no gráfico 33.



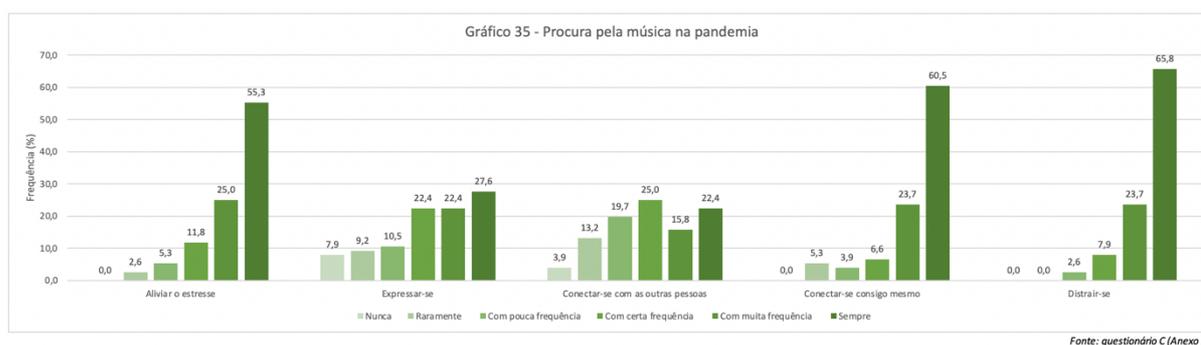
Tratando-se das músicas significativas para os estudantes, é possível observar que 82,9% manifestaram que as mesmas lhe remetem às emoções sempre ou com muita frequência, sendo que nenhuma pessoa marcou nunca ou raramente para esse quesito, sendo possível constatar como as músicas apresentam papel importante na conexão com as emoções e sentimentos, corroborando com o que descreve Mindlin *et al* (2014).

Além disso, muitos marcaram que as músicas significativas remetem a determinados lugares ou pessoas sempre (44,7%), com muita frequência (22,4%) ou com certa frequência (21,1%). No entanto, quando se trata da canção remeter à memórias antigas como a infância ou nostalgia, observa-se que a maior parte da amostra respondeu que isso ocorre apenas com certa frequência (38,2%), tendo 25% considerado com muita frequência e 22,4% sempre. Apesar disso, apenas 14,4%

marcaram que a música remete a esses aspectos com pouca frequência, raramente ou nunca. Assim, é possível concluir que é mais comum que as músicas levem os seres ao passado do que ao futuro, visto que a frequência com que as músicas remetem ao futuro e a projetos foi menor. Os aspectos aos quais uma música significativa remete podem ser analisados por meio do gráfico 34.



No que se refere à questão formulada sobre o uso da música pelos participantes no período da pandemia de COVID19, percebe-se que é notável o papel desempenhado pela música na busca pelo bem-estar dos estudantes, uma vez que, utilizaram a música para distrair-se (67,1%), conectar-se consigo mesmos (60,5) e aliviar o estresse (55,3%). Observa-se no gráfico 35 motivos que levaram os estudantes a buscar a música nesse período, sendo relevante a procura da mesma com intuito de distrair-se, conectar-se consigo mesmo e aliviar o estresse. No entanto, não houve tanta procura da música para conectar-se com outras pessoas ou expressar-se.



6.7. PARA ONDE A MÚSICA LEVA?

Para compreender melhor o papel da música na vida do estudante, foi realizada ainda uma pergunta de caráter qualitativo, solicitando que respondessem com o coração: “Para onde a música te leva?”. A análise das respostas qualitativas foi realizada por meio da construção do discurso coletivo a partir da fala individual, podendo-se subdividir as respostas em seis categorias: conexão consigo mesmo,

conexão com o autor/música, lugar de paz e tranquilidade, memórias e sentimentos, imaginação/distração, lugar nenhum/não sei. Nessa etapa da pesquisa foi possível compreender o processo tão diversificado que a música é capaz de proporcionar no interior do ser humano, pois essas respostas demonstraram o poder da música em transformar, acalmar, transportar, silenciar, curar e expressar a essência de cada um. Em virtude de os relatos representarem esse poder, alguns trechos foram destacados na íntegra, enquanto outros foram contextualizados, como pode ser observado a seguir.

Considerando o conteúdo abordado em sua totalidade, pelos participantes, para responder à questão “Para onde a música te leva?”, pôde-se perceber que alguns relataram que o local para onde a música os leva depende da canção e do objetivo que têm ao escutá-la. Outros manifestaram que a música os leva para um estado de conexão com a própria música, com o autor, ou com as pessoas ao seu redor. Muitos estudantes relataram que a música os leva a um lugar de paz e tranquilidade, em que podem encontrar-se com a própria imaginação, além de que podem afastar-se da realidade. E vários ainda aportaram elementos distintos sobre a conexão com determinados locais e pessoas, reforçando o papel da música na conexão com as memórias.

No entanto, uma boa parte dos participantes da pesquisa destacou que a música leva para um lugar de conexão consigo mesmo. Vários autores, tais como Mindlin *et al* (2014) e Sacks (2007), já concluíram essa mesma conexão, demonstrando esse poder da arte musical. Mas, o que é conectar-se consigo mesmo? Como essa conexão favorece o desenvolvimento do bem-estar mental e emocional? Pode-se dizer que conectar-se consigo mesmo significa estar presente na própria vida, simplesmente sendo, sem qualquer esforço por fazer, por cumprir tarefas, mas simplesmente estar e ser, principalmente em função de que, segundo Roncoletta *et al apud* Janaudis (2010, p.28), “vivemos numa cultura do “fazer”, mais do que “pensar”; é conhecer a si mesmo, compreender os sentimentos e emoções e aprender a lidar melhor com eles. E, nesse sentido, vários estudantes afirmaram que a música os leva a conectar-se consigo mesmo, com os seus próprios sentimentos, com um estado superior de espírito, e a sentir a conexão com Deus.

Um dos participantes relatou que “*a música me faz relaxar e ao mesmo tempo ficar mais conectada comigo mesma e com o que estou disposta a fazer naquele momento, seja estudar, interagir, descansar, fazer atividade física, etc.*”. Já um outro

participante manifestou que a música leva *“para um lugar de maior conexão consigo mesma. É como se eu conseguisse elaborar e lidar melhor com o que estou sentindo”*.

E ainda outro que relata que

“a música sempre esteve muito presente na minha vida, ela consegue mudar o meu humor (um estado de mau humor para o bem humor), tenho muitas músicas que me remetem a bons momentos vividos no passado, então sempre deixo a música estar presente e sempre me leva para boas sensações”.

E uma pessoa descreveu sobre como a música leva para um *“lugar de paz, onde eu tenho controle sobre o que acontece e posso viajar pelos sons”* e, ainda, *“ao passado e ao futuro, mas que também ajuda a estar presente no momento”*. Isso é um ponto importante a se refletir: como essa presença contribui para o bem-estar emocional e mental? Seria essa uma função importantíssima da música, favorecer o estado de ser e estar consciente? E, aprendendo a ser mais consciente, possibilitar um melhor estado interno de bem-estar físico, mental, emocional e espiritual?

Destacam-se, ainda, várias manifestações descrevem a conexão da música consigo mesmo. As falas denotam uma necessidade de conexão interna consigo mesma e que buscam atender esse objetivo como pode ser observado na manifestação de um participante que declara que *“a música me leva para meu eu interno. Me leva para um local que só existe eu”* ou essa outra estudante que afirma que a música, além da conexão consigo mesma, *“leva para uma conexão profunda com o mundo externo, com a minha psique, com as pessoas. Ela me faz sentir conectada a uma gama de sensações e emoções despertadas por cada ritmo e letra diferentes”*. Também denotam uma conexão com a vida da infância e da adolescência, como relata um participante, que a música leva a *“reviver emoções da infância, adolescência, eventos pontuais, momentos específicos”*. Ou conectam com um espaço interno de sentir, como um participante descreve que a música *“me leva pra um lugar de calma, paro de pensar e me concentro apenas em sentir”*. Ou expressam os lugares de escape da realidade, como um estudante declara que a música leva

“para momentos de descontração e paz em dias tão agitados e cheios de tarefas que me exigem, como se fosse um “escape” da realidade muitas vezes, mas também serve para eu viver o momento mais intensamente em alguns casos extremos de tristeza e alegria”.

Enquanto muitos estudantes manifestaram como essa conexão consigo

mesmo favorece o estado de relaxamento e alcance dos seus objetivos, outros não fazem a mínima ideia de onde a música os leva, demonstrando o quanto a percepção da música se faz num plano inconsciente. E esse lugar, o lugar do “não sei onde a música me leva”, é preocupante porque o estudante está à deriva, sem um leme para lhe guiar para um bom lugar, podendo ir para um lugar que lhe traz bem-estar, mas que também pode lhe trazer mal-estar. Sacks (2007, p.9-14) em seu livro “Alucinações Musicais”, descreve alguns casos que demonstram efeitos da música que foram considerados nocivos para o ser humano, destacando-se, inclusive o que ele chama de epilepsia musicogênica, em que uma determinada música desencadeia a epilepsia. No entanto, como ressalva Nghiem (2018), poucos estudos até então foram realizados com o fim de determinar o que realmente a música é capaz de fazer no cérebro humano e não se pode deixar de salientar que o avanço tecnológico ainda poderá nos trazer muitas informações sobre esse campo ainda pouco explorado.

Também se destaca, subjetivamente, o lugar de cura que a música é capaz de aproximar o estudante quando o leva para dentro de si mesmo. Um participante da pesquisa relata que *“a música me faz encontrar resposta pra diversos problemas e me ajuda a enfrentá-los na maioria das vezes”*. Percebe-se a busca pelo alívio das cobranças no relato de um participante que considera que

“a música me leva para o meu interior e as diversas facetas que compõem o meu eu. É cansativo absorver as cobranças do mundo e, também, as nossas cobranças internas, nesse contexto, a música é uma forma que encontrei para sentir o que precisa ser sentido: alegria, tristeza, frustração, nostalgia, paixão. Ela também me isola das distrações, me ajudando pensar e refletir ou, às vezes, a simplesmente divagar e silenciar angústias”.

Há também a percepção da subjetividade e a profundidade do tema na busca pela própria essência, observando os relatos belíssimos que são capazes de tocar a sensibilidade humana. Um participante da pesquisa considera que

“a música me leva para um mundo de magias. Lá eu não sou triste, não sou feliz, não sou animado, não sou rotulado. Lá eu sou eu. Sou minha essência. E sou quem eu desejo ser. Me sinto conectado comigo mesmo e com minhas emoções quando escuto uma boa música”.

Ou outro relata que denota que está na busca por um estado mais profundo de ser quando se percebe que *“a música me leva a um estado mais profundo do Eu, onde eu sou livre para sentir sua melodia e me contagiar pela sua mensagem. A música me*

leva para um lugar de paz, onde a beleza impera.”. E, em especial, como relata um participante, quando leva

“para momentos de descontração e paz em dias tão agitados e cheios de tarefas que me exigem, como se fosse um "escape" da realidade muitas vezes, mas também serve para eu viver o momento mais intensamente em alguns casos extremos de tristeza e alegria”.

Ou para fora de si mesmo como meio de manter em si, pois, descreve um participante que *“muitas vezes ela me leva para longe de mim, dos meus pensamentos”.* Ou quando se chega a conclusão que a *“música me leva para dentro de mim mesma”* ou que a música leva *“para mais perto de Deus, para mais perto de mim”.*

Em todos esses momentos percebe-se uma profunda transformação de estado interior que leva a desenvolver um estado de bem-estar físico, emocional e espiritual, com uma elevação da capacidade de sentir pela alma humana.

Os relatos dos participantes permitem perceber que a música não permite que se fique no mesmo lugar e é capaz de levar para muitos espaços dentro e fora de si mesmos. A música tem o poder de trabalhar com a parte mística da alma, com a esfera superior de um ser humano, que transborda sensações e, na maioria das vezes, não há palavras para exprimir o que realmente se sente. É como descreve um participante que a música leva *“para um lugar onde eu simplesmente sou e não preciso de um nome, pois tudo é uma coisa só”.* E, em verdade, a música é para ser sentida, experimentada na profundidade do ser, mas o compartilhamento dessa expressão demonstrou, na pesquisa, o poder da música na transformação do estado interno do participante.

Percebe-se a expressão mística da música na alma nos relatos dos participantes como descreve um participante que a música leva

“para o céu, mas algumas podem me levar para o inferno também. Dedico muito tempo de todos os meus dias a descobrir novas músicas, há anos. Faço isso porque até agora não encontrei nada que proporcionasse uma sensação tão boa quanto a de ouvir uma música incrível. Nada nunca foi e nunca será melhor do que isso.”

Ou então compreender que a música *“facilita a chegada a um lugar mais alto”.*

E, por fim e principalmente, compreender que o lugar para onde a música leva, como bem relata um dos participantes, *“é um segredo que nem ela me conta, eu só*

descubro quando chego, e mesmo assim ainda permaneço no mistério”.

Da análise das respostas à questão “Para onde a música me leva?”, pode-se concluir sobre o importante papel que a música desempenha no desenvolvimento do bem-estar físico e emocional do estudante de medicina, desde que vivido com consciência.

6.8. A RELAÇÃO DA MÚSICA COM O DESENVOLVIMENTO DO BEM-ESTAR MENTAL E EMOCIONAL DO ESTUDANTE DE MEDICINA

Essa pesquisa favoreceu a realização de inúmeras análises e, com base nesse estudo, tendo em vista as limitações encontradas pela amostragem, pelo tempo e pelas condições gerais de pesquisa realizada em período de pandemia, pôde-se concluir que a música tem uma relação muito estreita com o desenvolvimento do bem-estar físico, mental e emocional dos estudantes da EBMSp em virtude de que esses tiveram alguma transformação significativa para um estado melhor de bem-estar mental e emocional levando em conta o estado interno que apresentavam quando começaram a responder ao questionário e após ouvirem as músicas e serem conduzidos a observar o que acontecia consigo mesmo. Esse aspecto corrobora o que os autores estudados já apontavam como uma realidade.

O período de pandemia representou um desafio para os estudantes de medicina da EBMSp que buscaram superar de inúmeras formas, entre elas com a música e, nesse aspecto, pode-se concluir que o estudante utilizou a música para aliviar o estresse, corroborando os estudos de Zonta *et al* (2006); conectar-se consigo mesmo e para distrair-se, ainda que motivado pelo confinamento imposto pelo período.

No entanto, a análise de vários aspectos relacionados com o uso da música na vida diária permite concluir que o estudante não utiliza a música para relaxar, meditar ou descansar na mesma proporção que utiliza para outras atividades do cotidiano. Isso demonstrou a falta de consciência, pelos estudantes, do poder da música como recurso para transformar os estados interno agitados em estados de bem-estar físico e emocional.

Dentro dessa amostragem, também foi possível comprovar, conforme a revisão bibliográfica apontada, que a audição da música clássica favorece mais o desenvolvimento do bem-estar mental e emocional quando se compara com outras músicas, demonstrando que o estudante deveria receber mais informações sobre o

poder da música agradável, corroborando com o trabalho de Areias (2016) e Paduani (2019).

E, ainda, como ponto alto nessa pesquisa pôde-se constatar o importante papel que a música exerce na conexão do ser humano consigo mesmo, pois os relatos inferem que, de um modo ou de outro, a música transporta para um lugar individual, acessado somente por cada indivíduo, ainda que estando no coletivo. Essa conexão é um ponto de grande valia para compreender como se dá a função da música no desenvolvimento do bem-estar mental e emocional, pois com essa conexão pode-se obter grandes avanços no desenvolvimento da percepção de si mesmo e da própria consciência individual. Então, para que a música pudesse ser realmente utilizada com consciência de que pode ser um recurso poderoso para a busca do bem-estar físico, mental e emocional seria necessário que os estudantes tivessem conhecimentos sobre o papel da música nessa relação. E, assim como vão em busca de exercícios físicos com regularidade para alcançar determinados objetivos, também poderiam recorrer à música com consciência para um trabalho regular de despertar positivamente determinadas áreas em seu campo mental e emocional. No entanto, nessa pesquisa, constatou-se que são poucos os estudantes que têm consciência do poder que a música possui como recurso para a conexão com a própria consciência e o desenvolvimento de bem-estar mental e emocional. E, nesse sentido, seria muito importante que a Universidade proporcionasse de algum meio esse conhecimento.

Esse aspecto desperta uma reflexão para trabalhos futuros com o fim de melhor investigar essa área ainda tão pouco explorada, reconhecendo a limitação dessa pesquisa no que se refere ao tamanho amostral e condições da pesquisa. Uma maior ampliação na investigação envolvendo outros parâmetros poderia favorecer a elucidação da relação da música com o bem-estar mental e emocional do estudante e, principalmente apontar caminhos para que o estudante pudesse ter consciência no uso da música de forma regular como meio de receber os benefícios que essa é capaz de oferecer.

Como forma de promover esse conhecimento aos estudantes, sugere-se a criação de espaços dentro da Universidade, seja por meio de cursos extracurriculares, da inclusão desse conhecimento nas disciplinas que tratam sobre a saúde mental ou por meio de disciplinas optativas, com o fim de oferecer um amplo conhecimento sobre o poder da música no desenvolvimento do profissional da saúde e no poder de cura da música para ser utilizado por todos os profissionais da saúde, em especial pelos

estudantes de medicina da EBMSP. Sugere-se a proposição de um estudo regular em que o estudante possa perceber o contexto em que busca a música, como esta lhe afeta e desenvolver uma maior consciência a respeito de como pode utilizar a música adequada para lhe ajudar a recuperar ou expandir-se em sua capacidade de alcançar o desenvolvimento pleno do bem-estar mental e emocional. Esse estudo poderia proporcionar o conhecimento sobre o efeito da música agradável no sistema nervoso central, como descrito por Sacks (2007), Areias (2016); sobre o poder da música na capacidade de conectar-se consigo mesmo e aprender a perceber-se em sua essência como relata Ruud (1985), Paduani (2019); sobre a utilização da música como agente transformador de estados internos; sobre como criar uma playlist de músicas para cada estado interno que vive, de acordo com Mindlin *et al* (2014); sobre o poder de cura da música em inúmeros casos de transtornos mentais e emocionais, conforme Ruud (1985), sobre o desenvolvimento da empatia Benedetto *et al* (2015), Moreto *et al* (2013) e, em especial, na própria superação humana, fazendo com que cada estudante possa constituir-se em um ser mais humano, centrado em sua essência e favorecendo as grandes transformações que a humanidade necessita no desenvolvimento do bem-estar físico, mental, emocional e espiritual.

E nesse sentido sugere-se que outros trabalhos sejam realizados e possam esclarecer um caminho para que a música seja uma presença agradável e positiva, utilizada com consciência do poder que possui, que vai além do que ainda podemos realmente saber.

7. CONCLUSÃO

Essa pesquisa foi realizada com o propósito de identificar de que modo o estudante de Medicina da EBMSP é capaz de perceber a música em sua vida, bem como, de que maneira a utiliza no desenvolvimento do bem-estar mental e emocional. O estudo sobre a música de forma ampla ofereceu a base para o trabalho de análise e preparação da pesquisa em si, gerando um conjunto de instrumentos que foram aplicados, compreendendo uma amostra de 76 participantes.

Após análise dos instrumentos aplicados, constatou-se, ainda que com limitações pelo tamanho amostral e pelo tempo de pesquisa, que os participantes são capazes de perceber a música em suas vidas e o efeito dessa em seus estados mental e emocional. Além disso, evidenciou-se que a música altera os seus estados internos e tem o poder de os levar para outros estados mentais e emocionais. Identificou-se,

também, que a música é utilizada em vários contextos pelos participantes, com unanimidade sobre a percepção da importância que a música tem em suas vidas.

Constata-se que há uma estreita relação do papel da música no desenvolvimento do bem-estar mental e emocional tendo em vista as percepções descritas pelos participantes da pesquisa. Entretanto, o desconhecimento de que a música pode ser utilizada no desenvolvimento do bem-estar mental e emocional dos participantes, por ação consciente, foi um fato que se destacou e ainda requer mais estudos, tendo em vista a importância do desenvolvimento da consciência do papel da música no bem-estar mental e emocional. Em virtude disso, sugere-se que, em trabalhos futuros, sejam realizados estudos que possam favorecer o desenvolvimento consciente da utilização da música em benefício do estado interno de bem-estar.

LISTA DE REFERÊNCIAS

1. A primeira arte. Direção: Filipe Valerim e Henrique Zingano. [Filme]. São Paulo, SP: Brasil Paralelo, 2021.
2. Areias JC. A música, a saúde e o bem estar. *Nascer e Crescer*. 2016;25(1):7–10.
3. Baptista, A; Pizarro, M. ICBAS. U. Porto Notícias Universidade do Porto. 2021. Disponível em: <https://noticias.up.pt/estudantes-de-medicina-do-icbas-vaoo-aprender-poesia-e-musica/> Acesso em: 2021-06-02.
4. Benedetto, M.A.C.; Moretto, G.; Janaudis, M.A.; Levites, M.R; Blasco, P.G. Educando as emoções para uma atuação ética: construindo o profissionalismo médico. [Internet]. 2014 [acesso em: 06 mai. 2022]; Disponível em: https://sobramfa.com.br/wp-content/uploads/2017/09/2015_jan_educando_as_emocoes_para_uma_atuacao_etica.pdf
5. Botelho, A, Sá I, Guedes I. The influence of music on stress and performance of medical students submitted to the OSCE of Neurology. *Brazilian Journal of Development*. Curitiba, v. 6, n.6, p.39019-39026 jun. 2020. ISSN 2525-8761 DOI:10.34117/bjdv6n6-443.
6. Brasil, Instrumental Sesc. Marcela Nunes | Frevo nº 1 (Marcela Nunes) | Instrumental Sesc Brasil. Youtube, 07/02/2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=cVBeoetOir8>. Acesso em: 30/01/2022.
7. Brasil, Instrumental Sesc. Renato Borghetti | Merceditas (R. Sisto Rios) | Instrumental Sesc Brasil. Youtube, 08/05/2014. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=GKmZcGuIW2g>. Acesso em: 30/01/2022.
8. Brito TA de. Um jogo chamado música: escuta, experiência, criação, educação. São Paulo: Editora Peirópolis; 2019.
9. Costa CM. O despertar para o outro: musicoterapia. 2nd ed. São Paulo: Summus Editorial; 1989. 127.
10. Daykin N, Mansfield L, Meads C, Julier G, Tomlinson A, Payne A, et al. What works for wellbeing? A systematic review of wellbeing outcomes for music and singing in adults. *Perspectives in Public Health*. 2018;138(1):39–46.
11. Dicionário Michaelis. [Internet]. 2022. [Acesso em 06 mai. 2022]. Disponível em: <https://michaelis.uol.com.br/>
12. Diniz, T. D., Souto B. L. R., Passafaro E O. Musicoterapia: autocuidado em estudantes de medicina. Sistema de Eventos Acadêmicos da UFMT, VIII Mostra de Extensão. 2017. Disponível em: <https://sistemas.ufmt.br/ufmt.sieax/Projeto/Detalhes?projetoUID=1775>
13. Janaudis, Marco Aurelio. A música como instrumento de reflexão para o estudante de Medicina. 2011. Tese (Doutorado em Educação e Saúde) -

- Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2011. doi:10.11606/T.5.2011.tde-20052011-175337. Acesso em: 2021-06-02.
14. Machado ELG, Ribeiro GHD, Mendes IS. Determinantes do desempenho acadêmico: a influência da música em estudantes de medicina. *Revista Interdisciplinar Ciências Médicas* - 2021 5(1): 08-13 Disponível em: <http://revista.fcmmg.br/ojs/index.php/ricm/article/view/408/108> Acesso em: 2021-06-02.
 15. Massive, H. Hang Massive - Once Again - 2011 (hang drum duo) (HD). Youtube, 29/12/2011. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=xk3BvNLeNgw>. Acesso em: 30/01/2022.
 16. Moreto, G; Blasco PG. A erosão da empatia nos estudantes de Medicina: um desafio educacional. [Internet]. 2012 [acesso em: 06 mai. 2022]; Disponível em: https://sobramfa.com.br/wp-content/uploads/2014/10/2013_jan_-A_erosao_da_empatia_nos_estudantes.pdf
 17. Mindlin G, Durosseau D, Cardillo J. Sua playlist pode mudar sua vida. Rio de Janeiro: Best Seller; 2014.
 18. Nghiem MD. Música, inteligência e personalidade: o comportamento do homem em função da manipulação cerebral. São Paulo: Vide Editorial; 2018.
 19. Paduani C. A Terapia do Som. Florianópolis: Edição do Autor; 2019.
 20. Perkins R, Mason-Bertrand A, Fancourt D, Baxter L, Williamon A. How Participatory Music Engagement Supports Mental Well-being: A Meta-Ethnography. *Qualitative Health Research*. 2020;30(12):1924–40
 21. Rolando B. Teoria da Musicoterapia: Contribuição ao conhecimento do contexto não-verbal. 3rd ed. São Paulo; 1988.
 22. Ruud E. Caminhos da Musicoterapia. São Paulo: Summus Editorial; 1990. 107.
 23. Ruud E. Música e Saúde. 2nd ed. Summus Editorial; 1991. 175.
 24. Sacks O. Alucinações Musicais: Relatos sobre a música e o cérebro. São Paulo: Companhia das Letras; 2007.
 25. Silva LFR da Cipullo MAT, Imbrizi JM, Liberman F. Oficinas de música e corpo como dispositivo na formação do profissional de saúde. *Trabalho, Educação e Saúde*. 2014;12(1):189–203.
 26. Smith M. Musicoterapia e identidade humana: transformar para ressignificar. São Paulo: Editora Memnon; 2015.
 27. Three, S. Simply Three - Maverick (Original Song). Youtube, 01/03/2017. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=tuGLUze6aSw>. Acesso em: 30/01/2022.

28. Tjernbäck, M. Chopin Spring Waltz. Youtube, 15/01/2016. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=vrcP0VWV320>. Acesso em: 30/01/2022.
29. Vianna G. REMUSP: a música como promoção de saúde em estudantes de medicina. *Rev Med (São Paulo)*. 2019 mar.-abr.;98(2):158-9. São Paulo, 2019. doi: <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v98i2p158-159>.
30. Varella, Marco Antonio Corrêa. Evolução da musicalidade humana: seleção sexual e coesão de grupo [tese]. São Paulo: , Instituto de Psicologia; 2011 [citado 2021-06-03]. doi:10.11606/T.47.2011.tde-07112011-123856.
31. Zonta, R.; Robles ACC.; Grosseman S. Estratégias de Enfrentamento do Estresse Desenvolvidas por Estudantes de Medicina da Universidade Federal de Santa Catarina. *Rev. Bras. De Educação Médica*. 2006; 30(3):147-153.

Anexo 1 – QUESTIONÁRIOS

Anexo 1 – QUESTIONÁRIOS

Questionário A (Identificação da Amostragem):

I. Idade:

II. Sexo:

III. Semestre que está cursando:

Questionário B (Percepção da Música pelo Estudante):

I - Faça uma **autoavaliação do seu estado de ânimo** desse **exato momento** respondendo sinceramente às perguntas abaixo. **Marque** o número correspondente à intensidade do estado em que você se encontra. **Quanto você se sente:**

Desanimado(a) 1---2---3---4---5 **Animado(a)**

Relaxado(a) 1---2---3---4---5 **Agitado(a)**

Triste 1---2---3---4---5 **Alegre**

Calmo(a) 1---2---3---4---5 **Inquieto(a)**

Você ouvirá agora uma série de músicas. Após a escuta de cada uma delas você será consultado sobre as suas impressões.

No vídeo a seguir há uma música, que você ouvirá por alguns minutos. Feche os olhos e concentre-se na música. Ao final continue o preenchimento do questionário.
(Link para cada música)

II - Atribua uma nota, marcando um número na escala de cada um dos conjuntos de características abaixo, segundo sua própria impressão sobre a música que acabou de ouvir.

Utilize como referência o seguinte exemplo:

Bonita:

1 - *Nem um pouco (bonita)*

2 - *Pouco (bonita)*

3 - *Muito (bonita)*

4 - *Extremamente (bonita)*

- **Bonita** 1---2---3---4
- **Inusitada** 1---2---3---4
- **Inspiradora** 1---2---3---4
- **Sensual** 1---2---3---4
- **Complexa** 1---2---3---4
- **Irritante** 1---2---3---4
- **Animada** 1---2---3---4
- **Você conhece essa música?** ()Sim; ()Não.
- **Você gostou da música?** ()Sim; ()Não.

Questionário C (Utilização da Música pelo Estudante):

I - A respeito da sua própria musicalidade:

Quanto de experiência você tem em cantar e/ou tocar algum instrumento musical?

0---1---2---3---4---5---6---7---8---9---10

Nenhuma

Muita

Quanto você gosta de cantar?

0---1---2---3---4---5---6---7---8---9---10

Nem um pouco

Muito

Quanto você gosta de tocar algum instrumento musical?

0---1---2---3---4---5---6---7---8---9---10

Nem um pouco Muito

Quanto você gosta de apreciar/ouvir música?

0---1---2---3---4---5---6---7---8---9---10

Nem um pouco Muito

Quanto de música você ouve por dia?

0---1---2---3---4---5---6---7---8---9---10

Nem um pouco Muito

Qual a importância da música na sua vida

0---1---2---3---4---5---6---7---8---9---10

Nenhuma Muito importante

II - Atribua uma nota, marcando um número na escala de cada um dos conjuntos de características abaixo, segundo sua própria impressão sobre os momentos e motivos que o levam a ouvir/apreciar a música.

Utilize como referência o exemplo a seguir:

Relaxar-dormir-meditar

0 - Nunca

1 - Raramente

2 - Com pouca frequência

3 - Com certa frequência

4 - Com muita frequência

5 - Sempre

- **Relaxar – Dormir – Meditar**

0---1---2---3---4---5

- **Concentrar – Estudar – Criar**

0---1---2---3---4---5

- **Dançar – Exercício Físico**

0---1---2---3---4---5

- **Viagem – Passeios – Lazer**
0---1---2---3---4---5
- **Festas – Reunião com amigos/família – Eventos sociais**
0---1---2---3---4---5
- **Transporte (ônibus, carro, avião) – Caminhadas**
0---1---2---3---4---5

III - Atribua uma nota, marcando um número na escala de cada um dos conjuntos de características abaixo, de acordo com os elementos da música que fazem você gostar de uma determinada música.

Utilize como referência o exemplo a seguir:

Letra - Poesia

0 - Nunca

1 - Raramente

2 - Com pouca frequência

3 - Com certa frequência

4 - Com muita frequência

5 - Sempre

- **Letra – Poesia**
0---1---2---3---4---5
- **Melodia e harmonia**
0---1---2---3---4---5
- **Ritmo**
0---1---2---3---4---5
- **Lembranças geradas pela música – Conhecimento prévio**
0---1---2---3---4---5

IV – É muito comum que a música transporte as pessoas para diferentes locais. Marque na escala a seguir a frequência com que as músicas lhe remetem ao conjunto de situações descritas. Quando você ouve uma música significativa em sua vida, com que frequência a música lhe remete à:

Utilize como referência o exemplo a seguir:

Memórias antigas - infância - nostalgia

0 - Nunca

1 - Raramente

2 - Com pouca frequência

3 - Com certa frequência

4 - Com muita frequência

5 - Sempre

- **Memórias antigas - infância - nostalgia**

0---1---2---3---4---5

- **Futuro - projetos**

0---1---2---3---4---5

- **Emoções**

0---1---2---3---4---5

- **Determinados locais ou pessoas**

0---1---2---3---4---5

V - Nesse período de pandemia você procurou a música? Se sim, marque em que contexto:

Utilize como referência o exemplo a seguir:

Aliviar o estresse

0 - Nunca

1 - Raramente

2 - Com pouca frequência

3 - Com certa frequência

4 - Com muita frequência

5 - Sempre

- **Aliviar o estresse**
0---1---2---3---4---5
- **Expressar-se**
0---1---2---3---4---5
- **Conectar-se com as outras pessoas**
0---1---2---3---4---5
- **Conectar-se consigo mesmo**
0---1---2---3---4---5
- **Distrair-se**
0---1---2---3---4---5

VI - Responda de acordo com o seu coração: Para onde a música te leva?

VII - Faça uma auto-avaliação do seu estado de ânimo desse **exato momento** respondendo sinceramente às perguntas abaixo. **Marque** o número correspondente à intensidade do estado em que você se encontra. **Quanto você se sente:**

Desanimado(a) 1---2---3---4---5 **Animado(a)**

Relaxado(a) 1---2---3---4---5 **Agitado(a)**

Triste 1---2---3---4---5 **Alegre**

Calmo(a) 1---2---3---4---5 **Inquieto(a)**

Anexo 2 – TCLE

Caro participante,

Você está sendo convidado a participar da pesquisa “O contexto da música no bem-estar mental e emocional dos estudantes de Medicina da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública”. Trata-se de um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) sob responsabilidade de Júlia Amaral Fleischhauer, discente da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública (EBMSP), e sob supervisão da Dra. Dolores González Borges de Araújo, docente da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública (EBMSP).

Este trabalho apresenta como objetivo geral “conhecer o contexto da música no desenvolvimento do bem-estar mental e emocional dos estudantes de Medicina da EBMSP no período da pandemia do coronavírus”, e para tanto será aplicado um questionário online dividido em três etapas, as quais você responderá caso concorde em participar da pesquisa. A primeira corresponde a perguntas a respeito de aspectos sociais, como idade, sexo e semestre que está cursando; a segunda parte, por sua vez, é composta por perguntas a respeito da sua percepção sensorial, mental e emocional antes e após a escuta de determinadas músicas, inclusas no questionário, as quais você deverá escutar previamente ao preenchimento das respostas; por fim, a terceira etapa compreende um questionário que objetiva entender o contexto em que a música é utilizada por você (quando você ouve música, com que frequência, se toca instrumentos/canta, etc).

Este trabalho poderá lhe trazer, como benefício direto, a obtenção de uma maior consciência a respeito da utilização da música no seu cotidiano e como a mesma pode ser tornar uma poderosa ferramenta de cura e transformação mental e emocional, principalmente em períodos de pandemia. Para tanto, ao final desta pesquisa, será disponibilizada a você um material informativo, com o intuito de aumentar o seu conhecimento a respeito do tema e favorecer que você possa fazer uso da música para a criação de um estado de bem-estar mental e emocional.

Os resultados alcançados poderão, ainda, contribuir para a formação de novos conhecimentos sobre o tema, promovendo um maior incentivo, por parte das escolas médicas e dos acadêmicos de medicina, à utilização da música para a criação de um estado de bem-estar mental e emocional, bem como influenciando futuras pesquisas.

Caso você se sinta desconfortável ou prefira não dar prosseguimento ao assunto ao longo de sua participação na pesquisa, você poderá interromper

preenchimento do questionário a qualquer momento. Além disso, em caso de dúvidas ou necessidade de qualquer tipo de esclarecimento basta entrar em contato com a equipe de pesquisa.

A sua participação nesta pesquisa ocorrerá de forma voluntária, sem que você tenha despesas ou receba contribuição financeira de qualquer tipo. É garantida a você plena liberdade em participar da pesquisa, podendo recusar sua participação ou retirar o consentimento em qualquer tempo, sem que haja necessidade de justificativa e sem que sua decisão provoque quaisquer tipos de prejuízo, constrangimento ou penalidade a você.

É importante salientar que, conforme descrito na resolução 466/12 do CNS, toda e qualquer pesquisa realizada com seres humanos apresenta riscos. No caso deste trabalho, os riscos a que o voluntário se submete podem ser identificados por cansaço, constrangimento e/ou aborrecimento ao responder aos questionários, além da possibilidade de mobilização emocional. Caso isso ocorra durante ou após a sua participação na pesquisa, pedimos que entre em contato com a equipe de pesquisa para que possa ser acolhido e encaminhado para atendimento psicológico. No caso de danos materiais e/ou morais comprovadamente ocasionados pela pesquisa, você poderá receber indenização e ter possíveis despesas ressarcidas.

Os resultados e informações desta pesquisa são confidenciais e poderão ser divulgados apenas em eventos ou publicações científicas, não havendo identificação dos voluntários. No entanto, por se tratar de uma pesquisa realizada de maneira virtual, existe o risco de vazamento dos dados. Para minimizar esse risco o nome do participante não será solicitado e os dados coletados serão armazenados de forma criptografada em HD externo, e acessados apenas pela equipe de pesquisa, a qual será a única responsável pela análise dos mesmos. O material coletado durante a pesquisa será armazenado por 5 anos, sendo devidamente descartado após o término desse período. No caso de danos materiais e/ou morais comprovadamente ocasionados pela pesquisa você poderá receber indenização e ter possíveis despesas ressarcidas.

Uma vez que se trata de um trabalho online, caso concorde em participar da pesquisa, é necessário o preenchimento do campo abaixo, no qual você declara ter lido e aceito os termos contidos neste documento.

Em caso de dúvida ou denúncia, contatar o Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública – Av. D. João

VI, 274 – Brotas – CEP: 40.285-001 – Salvador, Bahia. Telefone: (71) 2101-1921 / (71) 98383-7127; e-mail: cep@bahiana.edu.br

Contato das pesquisadoras:

Dolores González Borges de Araújo (71) 99106-3299 – email: doloresaraujo@bahiana.edu.br

Júlia Amaral Fleischhauer (48) 99971-6750 – email: juliafleischhauer18.2@bahiana.edu.br

Anexo 3 – Parecer de aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa



ESCOLA BAHIANA DE
MEDICINA E SAÚDE PÚBLICA -
FBDC

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: O CONTEXTO DA MÚSICA NO DESENVOLVIMENTO DO BEM-ESTAR MENTAL E EMOCIONAL DOS ESTUDANTES DE MEDICINA DA EBMSMP NO PERÍODO DA PANDEMIA DO CORONA VIRUS

Pesquisador: Dolores Gonzalez Borges de Araújo

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 51635921.2.0000.5544

Instituição Proponente: Fundação Bahiana para Desenvolvimento das Ciências - FUNDECI

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 5.225.767

Apresentação do Projeto:

A pesquisa propõe identificar e analisar como a música é utilizada pelos estudantes de medicina da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública (EBMSMP) no contexto atual em que vivemos. E, a partir dessa identificação e análise das informações, contribuir para o desenvolvimento de uma proposta que favoreça que o estudante de medicina possa perceber o contexto em que busca a música, como esta lhe afeta e desenvolver uma maior consciência a respeito de como pode utilizar a música adequada para lhe ajudar a recuperar ou ampliar o espectro do desenvolvimento do bem-estar mental e emocional no contexto atual em que vivemos. Para tanto, será aplicado um conjunto de questões qualitativas e quantitativas com o fim reunir as informações precisas sobre a utilização da música pelos estudantes de medicina da EBMSMP.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Conhecer o papel da música no desenvolvimento do bem-estar mental e emocional dos estudantes de Medicina da EBMSMP no período da pandemia do corona-virus.

Objetivo Secundário:

Endereço: AVENIDA DOM JOÃO VI, 274
Bairro: BROTAS **CEP:** 40.285-001
UF: BA **Município:** SALVADOR
Telefone: (71)2101-1921 **E-mail:** cep@bahiana.edu.br

Página 01 de 06



ESCOLA BAHIANA DE
MEDICINA E SAÚDE PÚBLICA -
FBDC

Continuação do Parecer: 5.225.767

Identificar as características dos participantes da pesquisa no que se refere à idade, gênero e semestre, bem como o contexto em que a música é utilizada por eles;
Obter informações a respeito da percepção que os participantes da pesquisa têm sobre diferentes músicas e o efeito das mesmas no seu estado mental e emocional;
Analisar se a música pode ter relação com o desenvolvimento do bem-estar mental e emocional dos estudantes de medicina da EBMSMP.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

É importante salientar que, conforme descrito na resolução 466/12 do CNS, toda e qualquer pesquisa realizada com seres humanos apresentar riscos. No caso deste trabalho, os riscos a que o participante se submete podem ser identificados por cansaço, constrangimento e/ou aborrecimento ao responder aos questionários, além da possibilidade de mobilização emocional. Caso isso ocorra durante ou após a participação na pesquisa, o participante poderá entrar em contato com a equipe de pesquisa para acolhimento e encaminhamento a atendimento psicológico. Para minimizar tais riscos, o questionário foi planejado de forma a ser respondido brevemente, e o participante poderá escolher não responder a qualquer pergunta, ou abandonar a pesquisa em qualquer momento, sem nenhum prejuízo para o mesmo. Os resultados e informações desta pesquisa são confidenciais e poderão ser divulgados apenas em eventos ou publicações científicas, não havendo identificação dos voluntários. No entanto, por se tratar de uma pesquisa realizada de maneira virtual, existe o risco de vazamento dos dados. Para minimizar esse risco o nome do participante não será solicitado e os dados coletados serão armazenados de forma criptografada em HD externo, e acessados apenas pela equipe de pesquisa, a qual será a única responsável pela análise dos mesmos. O material coletado durante a pesquisa será armazenado por 5 anos, sendo devidamente descartado após o término desse período. Os dados não serão armazenados em ambiente compartilhado ou "nuvem". Além disso, o recrutamento dos participantes ocorrerá por meio do envio de email na forma de lista oculta, evitando a identificação dos convidados e visualização de seus dados de contato por terceiros. Por se tratar de uma pesquisa realizada em meio virtual, serão seguidas as determinações do Ofício Circular nº 2/2021/CONEP/SECNS/MS, de 24 de fevereiro de 2021 - Orientações para procedimentos em pesquisas com qualquer etapa em ambiente virtual. Dessa forma, vale ressaltar que a política de privacidade da plataforma utilizada para coleta e análise dos dados (Microsoft Forms e Excel, respectivamente) está de acordo com o Regulamento Geral sobre a Proteção de

Endereço: AVENIDA DOM JOÃO VI, 274
Bairro: BROTAS **CEP:** 40.285-001
UF: BA **Município:** SALVADOR
Telefone: (71)2101-1921 **E-mail:** cep@bahiana.edu.br

Página 02 de 06



ESCOLA BAHIANA DE
MEDICINA E SAÚDE PÚBLICA -
FBDC

Continuação do Parecer: 5.225.767

Dados (RGPD), não havendo compartilhamento dos mesmos com parceiros comerciais para a oferta de produtos e serviços aos participantes da pesquisa. A participação nesta pesquisa ocorrerá de forma voluntária, sem que haja qualquer despesa ou contribuição financeira ao participante.

Benefícios:

Este trabalho trará como benefícios aos participantes a obtenção de uma maior consciência a respeito da utilização da música no seu cotidiano e como a mesma pode se tornar uma poderosa ferramenta de cura e transformação mental e emocional, principalmente em períodos de pandemia. Além disso, ao término da pesquisa será disponibilizada aos participantes um material informativo, com o intuito de aumentar seu conhecimento a respeito do tema e favorecer o uso da música para a criação de um estado de bem-estar mental e emocional por parte dos mesmos. Os resultados alcançados poderão, ainda, contribuir para a formação de novos conhecimentos a respeito do tema, promovendo um maior incentivo, por parte das escolas médicas e dos acadêmicos de medicina, à utilização da música para a criação de um estado de bem-estar mental e emocional, bem como influenciando futuras pesquisas.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O trabalho em questão compreende um estudo da literatura atual sobre a música e a saúde mental e emocional, bem como, a análise de informações obtidas por meio de questionários com o fim de favorecer aos estudantes o desenvolvimento da consciência do poder da música na saúde mental e emocional. Tais questionários serão aplicados nos participantes por meio de formulário eletrônico, em e-mail e WhatsApp, atendendo a uma abordagem qualitativa e quantitativa, sendo, portanto, um estudo primário, analítico de corte transversal, individualizado e clínico.

O recrutamento de participantes ocorrerá por meio do email e WhatsApp. Para tanto, será enviado um email, na forma de lista oculta, para os discentes da EBMSMP com o convite para a participação da pesquisa. Esse convite conterá as informações e o link para acesso ao questionário eletrônico. O mesmo convite será enviado em grupos de WhatsApp dos discentes da instituição.

Na aplicação do questionário qualitativo os participantes responderão a respeito de suas sensações a partir da escuta de determinadas músicas de diferentes gêneros, com o fim de analisar se a música promove alterações no estado mental e emocional do estudante,

Endereço: AVENIDA DOM JOÃO VI, 274
Bairro: BROTAS **CEP:** 40.285-001
UF: BA **Município:** SALVADOR
Telefone: (71)2101-1921 **E-mail:** cep@bahiana.edu.br

Página 03 de 06



ESCOLA BAHIANA DE
MEDICINA E SAÚDE PÚBLICA -
FBDC

Continuação do Parecer: 5.225.767

caracterizando um estudo de intervenção nesse sentido. Tal formulário inclui os questionários (Anexo 1) e o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (Anexo 2), o qual deverá ser preenchido pelos participantes como requisito obrigatório para prosseguir participando da pesquisa e respondendo aos questionários.

INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS:

Questionário A (Identificação da Amostragem): O Questionário A será planejado com o fim de obter as informações pessoais e sociais sobre o estudante de medicina;
Questionário B (Percepção da Música pelo Estudante): O Questionário B foi inspirado em Varella (2011, anexo 6) com o fim de obter informações a respeito da percepção que o estudante de medicina tem sobre diferentes músicas e o efeito das mesmas no seu estado mental e emocional. Para tanto, serão selecionadas músicas com características distintas entre si, buscando atingir um maior espectro de possíveis sensações ao escutá-las. Com esse propósito em mente, serão avaliadas características como o gênero musical, a melodia, a harmonia, o timbre, o ritmo, dentre outras. A quantidade de músicas utilizadas será definida a partir da seleção das mesmas, para que o objetivo possa ser alcançado sem que os participantes percam o interesse na pesquisa. A playlist de músicas está em fase de definição, mas a sugestão é de que se utilize de trechos selecionados de aproximadamente 1 minuto.

Questionário C (Utilização da Música pelo Estudante): O Questionário C foi inspirado em Varella (2011, anexo 6) com o fim de obter as informações sobre o contexto em que a música é utilizada pelo estudante de medicina.

As variáveis de estudo do questionário A são: idade, gênero, semestre.

As variáveis de estudo do questionário B são classificadas por:

- sobre a percepção sensorial, mental e emocional antes e após a escuta de determinadas músicas;
- sobre a consciência: reconhecimento do poder curador e transformador da música no corpo, na mente e nas emoções.

As variáveis de estudo do questionário C são: sensação de acordo com o gênero musical instrumento, utilização, tempo, frequência, individual/coletivo, consciência dos motivos e dos resultados.

Endereço: AVENIDA DOM JOÃO VI, 274
Bairro: BROTAS **CEP:** 40.285-001
UF: BA **Município:** SALVADOR
Telefone: (71)2101-1921 **E-mail:** cep@bahiana.edu.br

Página 04 de 06



Continuação do Parecer: 5.225.767

A coleta de dados está prevista entre 01/10/2021 a 01/12/2021

AMOSTRA A SER ESTUDADA

A população dessa pesquisa é composta por estudantes de Medicina da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública – EBMS totalizando no segundo semestre de 2021, aproximadamente 1601 estudantes. Mediante consentimento dos participantes, estima-se alcançar um conjunto de aproximadamente um sexto da amostragem possível, ou seja, cerca de 250 participantes.

Os dados coletados serão armazenados de forma criptografada em HD externo e acessados apenas pela equipe de pesquisa, a qual será a única responsável pela análise dos mesmos. O material coletado durante a pesquisa será armazenado por 5 anos, sendo devidamente descartado após o término desse período. Vale ressaltar que os dados não serão armazenados em ambiente compartilhado ou "nuvem".

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Folha de rosto: Adequadamente apresentada, assinada por pesquisador e Instituição.

Carta de anuência: Presente, assinada eletronicamente por Prof Atson Carlos de Souza Fernandes.

Orçamento: Presente valor de R\$ 5.300,00 recursos próprios.

Cronograma: Presente indicando coleta de dados iniciando em janeiro e fevereiro de 2022, e contemplando relatório final.

TCL.E: presente e ajustado as pendências informadas.

Protocolo de pesquisa: Ajustado, considerando as pendências do Parecer Consubstanciado nº 5.023.572.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Após Reanálise deste protocolo de pesquisa embasada na Res 466/12 do CNS/MS e documentos afins e diante do atendimento do mesmo em relação às pendências assinaladas no Parecer Consubstanciado de nº 5.023.572, somos favoráveis a sua aprovação.

Endereço: AVENIDA DOM JOÃO VI, 274
 Bairro: BROTAS CEP: 40.285-001
 UF: BA Município: SALVADOR
 Telefone: (71)2101-1921 E-mail: cep@bahiana.edu.br

Página 05 de 06



Continuação do Parecer: 5.225.767

Considerações Finais a critério do CEP:

Diante do exposto, o CEP-Bahiana, de acordo com as atribuições definidas na Resolução CNS nº 466 de 2012 e na Norma Operacional nº 001 de 2013 do CNS, manifesta-se pela aprovação deste protocolo de pesquisa dentro dos objetivos e metodologia proposta.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1818609.pdf	05/12/2021 08:59:13		Aceito
Outros	Resposta_de_pendencias_emitidas_pelo_CEP.pdf	05/12/2021 08:53:19	JULIA AMARAL FLEISCHHAUER	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	O_contexto_da_musica_no_desenvolvimento_do_bemestar_mental_e_emocional_dos_estudantes_de_medicina_da_EBMS.pdf	05/12/2021 08:52:17	JULIA AMARAL FLEISCHHAUER	Aceito
TCL.E / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	Termo_de_Consentimento_Livre_e_Escarecido.pdf	04/11/2021 17:55:25	JULIA AMARAL FLEISCHHAUER	Aceito
Outros	Carta_de_anuencia_Assinado.pdf	08/09/2021 19:04:30	JULIA AMARAL FLEISCHHAUER	Aceito
Folha de Rosto	Folha_de_rosto_assinado.pdf	08/09/2021 19:01:31	JULIA AMARAL FLEISCHHAUER	Aceito
Outros	Questionarios.pdf	03/09/2021 18:00:45	JULIA AMARAL FLEISCHHAUER	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

SALVADOR, 05 de Fevereiro de 2022

Assinado por:
Noilton Jorge Dias
 (Coordenador(a))

Endereço: AVENIDA DOM JOÃO VI, 274
 Bairro: BROTAS CEP: 40.285-001
 UF: BA Município: SALVADOR
 Telefone: (71)2101-1921 E-mail: cep@bahiana.edu.br

Página 06 de 06