



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DA VITÓRIA**

AMISTERDAN DE OLIVEIRA MELO JUNIOR

FREQUÊNCIA DE ESTRESSE E ANSIEDADE EM ESTUDANTES DE MÚSICA

**VITÓRIA DE SANTO ANTÃO
2022**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DA VITÓRIA
BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

AMISTERDAN DE OLIVEIRA MELO JUNIOR

FREQUÊNCIA DE ESTRESSE E ANSIEDADE EM ESTUDANTES DE MÚSICA

TCC apresentado ao Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientador: Profa. Dra. Rosana Ximenes
Coorientadora: Profa. Me. Aline Lima

**VITÓRIA DE SANTO ANTÃO
2022**

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

Melo Junior, Amisterdan de Oliveira Melo Junior.
Frequência de estresse e ansiedade em estudantes de música / Amisterdan
de Oliveira Melo Junior Melo Junior. - Vitória de Santo Antão, 2022.
44, tab.

Orientador(a): Rosana Christine Cavalcanti Ximenes Ximenes
Coorientador(a): Aline Ananias de Lima Lima
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de
Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória, , 2022.
Inclui referências, apêndices, anexos.

1. Estresse. 2. Ansiedade. I. Ximenes, Rosana Christine Cavalcanti
Ximenes. (Orientação). II. Lima, Aline Ananias de Lima. (Coorientação). III.
Título.

610 CDD (22.ed.)

AMISTERDAN DE OLIVEIRA MELO JUNIOR

**FREQUÊNCIA DE ESTRESSE E ANSIEDADE EM ESTUDANTES DE
MÚSICA**

TCC apresentado ao Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória, como requisito para a obtenção do título de Bacharelado em Educação Física.

Aprovado em: 28/10/2022.

BANCA EXAMINADORA

Prof^o. Me. Elayne Cristina de Oliveira Ribeiro (Examinador externo)
Universidade Federal da Paraíba

Prof^o. Dr. Lisiane dos Santos Oliveira (Examinador Interno)
Universidade Federal de Pernambuco

Prof^o. Me. José Emerson Xavier (Examinador Externo)
Universidade Federal de Alagoas

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por ter me dado forças em todo processo, a seguir em frente, mesmo diante de tantas tarefas e dificuldades que surgiram me incentivando a desistir, mas o apoio divino foi essencial para que eu não desistisse.

Agradeço também a minha família que me incentivou e me apoiou desde o início, me guiando e direcionando a traçar os melhores caminhos.

Gratidão a todos os amigos e colegas que de forma direta ou indireta ajudaram em toda a graduação, a fazer com que eu buscasse o melhor de mim na vida pessoal e acadêmica.

Também agradeço de forma especial a minha orientadora Profa. Dra. Rosana Ximenes e a minha Co-orientadora Profa. Me. Aline Lima, que me orientaram com maestria e assistência, sempre exigindo, com cautela e paciência, a melhor composição do presente trabalho.

RESUMO

A presente pesquisa objetiva determinar a frequência de sintomas de estresse e ansiedade em estudantes de música. Trata-se de um estudo epidemiológico de corte transversal, onde foram analisados os fatores determinantes, o estresse e a ansiedade, como também as suas associações. O estudo foi realizado no período de dezembro de 2021 a janeiro de 2022 e os dados foram coletados no formato de questionários online, no Conservatório Pernambucano de Música, na cidade do Recife, convidados através de plataformas digitais como whatsapp, instagram, e-mails e outros, de forma voluntária, tendo a amostra estudada de forma não probabilística do tipo intencional e consistiu em 60 indivíduos do sexo masculino e feminino, com idades entre 18 e 45 anos. Não foram incluídos estudantes que faziam uso de medicamentos depressores do sistema nervoso, a exemplo de ansiolíticos e hipnóticos. Foi percebido o alto índice de participantes com níveis consideravelmente preocupantes para o transtorno de ansiedade e o estresse, contabilizando 56,7% dos estudantes de música estudados, num grau médio e moderado respectivamente, sendo a maioria homens. Também foi analisado o fator sociodemográfico, onde foi perceptível a presença de estudantes de música, na sua maioria, que apresentaram um nível socioeconômico médio ou baixo, podendo ser também um dos agravantes dos elevados graus de estresse e ansiedade. Contudo, neste estudo, pode-se concluir que há de fato, uma grande frequência de estresse e transtorno de ansiedade em estudantes de música, mas é necessário se realizar mais pesquisas no intuito de aprofundar tais fatos, como promover também um assistencialismo ao grupo estudado.

Palavras-chaves: frequência de estresse; estresse; transtornos de ansiedade, ansiedade.

ABSTRACT

This research aims to determine the frequency of stress and anxiety symptoms in music students. This is a cross-sectional epidemiological study, in which the determining factors, stress and anxiety, as well as their associations, were analyzed. The study was carried out from December 2021 to January 2022 and data were collected in the form of online questionnaires, at the Conservatório Pernambucano de Música, in the city of Recife, invited through digital platforms such as whatsapp, instagram, e-mails and others, voluntarily, with the sample studied in a non-probabilistic, intentional way and consisting of 60 male and female individuals, aged between 18 and 45 years. Students who used medication that depress the nervous system, such as anxiolytics and hypnotics, were not included. A high rate of participants with considerably worrying levels of anxiety disorder and stress was noticed, accounting for 56.7% of the studied music students, in a medium and moderate degree respectively, most of them being men. The sociodemographic factor was also analyzed, where the presence of music students was noticeable, most of whom had a medium or low socioeconomic level, which could also be one of the aggravating factors of high levels of stress and anxiety. However, in this study, it can be concluded that there is, in fact, a high frequency of stress and anxiety disorder in music students, but it is necessary to carry out more research in order to deepen these facts, as well as to promote assistance to the studied group.

Keywords: frequency of stress; stress; anxiety disorders; anxiety.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Distribuição do sexo dos participantes.	23
Tabela 2 – Curso dos participantes.	23
Tabela 3 – Área de atuação dos músicos.	23
Tabela 4 – Instrumentos.	23
Tabela 5 – Frequência de estresse entre os participantes.	24
Tabela 6 – Nível sociodemográfico dos pesquisados.	24
Tabela 7 – Níveis de ansiedade traço.	24
Tabela 8 – Níveis de ansiedade estado.	24
Tabela 9 – Correlação entre o sexo e o estresse.	25
Tabela 10 – Correlação entre o sexo e Ansiedade-estado.	25
Tabela 11 – Correlação entre o sexo e Ansiedade-traço.	26
Tabela 12 – Teste Qui-quadrado da Correlação entre o sexo e o estresse (tabela 9).	26
Tabela 13 – Teste Qui-quadrado da Correlação entre o sexo e a ansiedade-estado (tabela 10).	26
Tabela 14 – Teste Qui-quadrado da Correlação entre o sexo e a ansiedade-traço (tabela 11).	27
Tabela 15 – Correlação entre o sexo e o estresse, ansiedade traço/estado e o nível sociodemográfico.	27

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	12
2.1 O estresse no contexto social	12
2.2 Ansiedade e sua percepção	13
2.3 A definição e a influência da música na sociedade	15
3 PERGUNTA CONDUTORA	16
4 HIPÓTESE	17
5 OBJETIVOS.....	18
5.1 Objetivo Geral.....	18
5.2 Objetivos Específicos	18
6 METODOLOGIA	19
6.1 Áreas de estudo, população, amostra e critérios de inclusão e exclusão	19
6.2 Coleta de dados	19
6.3 Processamento de dados.....	20
6.4 Aspectos éticos.....	21
7 RESULTADOS E DISCUSSÃO	22
8 CONCLUSÕES	31
REFERÊNCIAS.....	32
ANEXO A – ESCALA DE PERCEPÇÃO DE ESTRESSE (PPS-10)	35
ANEXO B – IDATE-T.....	36
ANEXO C – IDATE-E.....	37
APÊNDICE A – AVALIAÇÃO SOCIODEMOGRÁFICA.....	38
APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	39
APÊNDICE C – CEP (COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA)	42

1 INTRODUÇÃO

A ocorrência de sintomas de ansiedade e estresse tem sido evidenciada como um dos problemas de saúde mental cada vez mais frequentes entre estudantes de música, músicos amadores e profissionais, afetando ainda mais, quem está exposto ao julgamento alheio e à instabilidade profissional (do sucesso, do prestígio e das condições de trabalho). A competitividade na indústria da música, a cobrança, a pressão social e o estresse surgem com maior intensidade no momento em que os músicos se apresentam, pois diante dos cobradores e julgadores da arte apresentada, podem desencadear alguns sentimentos como aflição e tristeza (STORR, 2015).

O perfeccionismo é outro agente estressor que pode desencadear os sintomas de ansiedade. O ato preocupante dos músicos em alcançar a perfeição é geralmente associado às cobranças de um bom desempenho profissional e de uma vida pessoal que se encaixe dentro dos padrões sociais existentes, relacionados a uma vivência perfeita de vida pessoal e profissional (COHEN; BODNER, 2019).

Outro fator que deve ser levado em consideração é o alto investimento financeiro atrelado a esses indivíduos, que aumenta a possibilidade de vulnerabilidade aos sintomas de ansiedade associados aos níveis elevados de estresse (GUYON, 2020).

A exposição, o turbilhão de apresentações para grandes plateias, as viagens, e a necessidade de manter uma agenda de constante contato com pessoas, também podem ser considerados fatores de risco relacionados aos sintomas de estresse e ansiedade para os músicos em âmbito geral. Tais características podem desencadear um nível de estresse tão intenso que, além da ansiedade, está diretamente associado a outros transtornos de origem mental, como a síndrome do pânico e os sintomas depressivos (SOLER, 2019).

É frequente a recorrência de sintomas de estresse e transtornos de ansiedade presentes em jovens e adultos que tenham alguma ligação com a música, seja ela profissional ou amadora, devido à instabilidade profissional e ao sucesso. A prevalência de problemas como o estresse e ansiedade em músicos profissionais está sendo estudada há algum tempo, contudo, sua relação em escolas de música e conservatórios, com alunos jovens e adultos jovens, além de ser uma temática relativamente nova, se mostra de grande relevância devido ao alto e crescente

acometimento dos jovens por sintomas de estresse e ansiedade (BRUGUÉS, 2011; COHEN; BODNER, 2019.).

Tais casos ainda foram agravados durante todo esse processo de estresse, medo, instabilidade, dor e aflição, em âmbito geral, que o cenário pandêmico proporcionou, que o mundo todo está vivenciando, diante da falta de solicitação da prática constante da realização de shows e apresentações, que foi quebrada pelas às restrições de segurança sanitária devido ao isolamento social.

Por essa razão é importante a execução da pesquisa em questão, tendo como objetivo identificar a frequência de sintomas de estresse, transtornos de ansiedade e suas possíveis associações, em jovens e adultos estudantes de música. A fim de explanar a necessidade de se obter um assistencialismo compacto, completo e eficaz, a esse público que enriquece a nossa cultura, auxiliando fundamentalmente no combate do estresse e ansiedade, para que se haja uma prevenção de ambos, promovendo ainda, uma qualidade de vida mais saudável, principalmente no que se diz respeito a saúde psicológica e psíquica; para que com sua arte, possa proporcionar ao mundo, momentos de prazer, lazer, conscientização e reflexão sobre a vida através da música.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 O estresse no contexto social

O estresse é uma reação natural do organismo que ocorre quando vivenciamos situações de perigo ou ameaça. Esse mecanismo nos coloca em estado de alerta ou alarme, provocando alterações físicas e emocionais. A reação ao estresse é uma atitude biológica necessária para a adaptação às situações novas, caracterizando-se em dois tipos de estresse: Crônico, que afeta a maioria das pessoas, sendo constante no dia a dia, mas de uma forma mais suave; Agudo: é mais intenso e curto, sendo causado normalmente por situações traumáticas, mas passageiras. E a evolução do estresse se dá em três fases: Fase de alerta: ocorre quando o indivíduo entra em contato com o agente estressor; onde cabem alguns sintomas: Mãos e/ou pés frios; boca seca; dor no estômago; suor; tensão e dor muscular, por exemplo, na região dos ombros; aperto na mandíbula/ranger os dentes ou roer unhas/ponta da caneta; diarreia passageira; insônia; batimentos cardíacos acelerados; respiração ofegante; aumento súbito e passageiro da pressão sanguínea; agitação. Fase de resistência: o corpo tenta voltar ao seu equilíbrio fazendo com que o organismo se adapte ao problema ou o elimine; tal fase pode apresentar sintomas como: problemas com a memória; mal-estar generalizado; formigamento nas extremidades (mãos e/ou pés); sensação de desgaste físico constante; mudança no apetite; aparecimento de problemas de pele; hipertensão arterial; cansaço constante; gastrite prolongada; tontura; sensibilidade emotiva excessiva; obsessão com o agente estressor; irritabilidade excessiva; desejo sexual diminuído. Fase de exaustão: nessa fase podem surgir diversos comprometimentos físicos em forma de doença; podendo desencadear sintomas como: diarreias frequentes; dificuldades sexuais; formigamento nas extremidades; insônia; tiques nervosos; hipertensão arterial confirmada; problemas de pele prolongados; mudança extrema de apetite; tontura frequente; impossibilidade de trabalhar; pesadelos; apatia; cansaço excessivo; irritabilidade; angústia; hipersensibilidade emotiva; perda do senso de humor. (BIBLITOECA VIRTUAL DE SAÚDE, 2012)

Com o advento da pandemia de COVID-19 no ano de 2020, novas adaptações sociais e educacionais foram impostas, implicando em um cenário de situações estressantes. Desse modo, o estresse percebido pode ser observado na maneira que às cobranças e às distrações presentes na sociedade podem desencadear condições de estresse. (FERREIRA, 2021)

O estresse torna-se cada vez mais recorrente no dia-a-dia das pessoas, colocando em evidência vários agentes estressores, tanto internos, relacionadas a pessoa, ligados as características de personalidade, como perfeccionismo, imediatismo, auto cobrança; quanto externos, relacionado ao ambiente, vivendo em cidades e enfrentando problemas bem diversos, como pressões para atingir metas, mudanças profissionais (troca de emprego, promoção, demissão), instabilidade financeira, social e pessoal; dentre outros fatores que podem desencadear sensação de desgaste constante, alteração no sono, perda de interesse pelos compromissos formais ou informais, mudança de apetite, alterações de humor, problemas de atenção, concentração, até mesmo ansiedade. Quão estressante é um fator que depende sempre do fator em si e da forma que a pessoa lida com ele (BORDIN, 2020).

2.2 Ansiedade e sua percepção

A ansiedade social é caracterizada pelo medo de uma ou mais situações nas quais o indivíduo é exposto à possível avaliação por parte dos outros, quando realiza atividades como, por exemplo, comer, beber, falar em público, ser o centro das atenções ou interagir com o sexo oposto. O indivíduo teme fazer algo errado ou comportar-se de maneira humilhante ou embaraçosa. A esquivas destas situações é frequente, porém, quando tais situações são inevitáveis, podem ocorrer manifestações importantes de ansiedade frequentemente, acompanhadas de sintomas autonômicos como: rubor, taquicardia e tremores. Os pacientes com ansiedade social, embora reconheçam a inadequação de seus medos, com relação à racionalidade e com relação ao excesso, não conseguem inibir suas respostas frente ao estímulo. Como todas as demais formas de manifestação da ansiedade, a ansiedade social também afeta processos cognitivos, perceptuais e de aprendizado. Além disso, a ansiedade social tende a induzir erros e distorções perceptivas de tempo e espaço, bem como na atribuição de significados às pessoas e situações. A

ansiedade social parece ser um fenômeno comum, modulado por mecanismos neurobiológicos associados aos sistemas de defesa. A complexidade da interação social humana, faz com que estes mecanismos possam também ser ativados por estímulos de natureza simbólica. Perceber as intenções ou impressões de outras pessoas é particularmente importante para que estas estratégias e comportamentos sejam adequadamente usados em favor do indivíduo. Ter um contato empático com outras pessoas torna-se, portanto, fundamental para que as reações de ansiedade social sejam ativadas ou inibidas de forma adequada e propiciem um convívio saudável. (MELLO; RAMOS, 2017).

A ansiedade pode ser caracterizada por sinais e sintomas inespecíficos, que juntos trazem uma sensação desagradável de apreensão, expectativa e medo quanto ao futuro. Em algumas definições, a ansiedade é entendida como algo passageiro e, em outras, como uma característica permanente da personalidade. Assim, o estado de ansiedade (A-estado) pode ser considerado como transitório e o traço de ansiedade (A-traço) refere-se a diferenças individuais, relativamente estáveis. (MARQUES, 2004).

A presença da ansiedade também está em evidência, principalmente na população jovem e adulta. A sensação de se encontrar numa situação de ansiedade pode ser tão desconfortável que, para evitá-la, as pessoas deixam de fazer coisas simples (como usar um simples elevador), por causa do desconforto que sentem. E o agravamento de tais situações podem desencadear transtornos de ansiedade, que são sintomas mais intensos do que a ansiedade normal do cotidiano, como: preocupações, tensões ou medos exagerados (a pessoa não consegue relaxar); sensação contínua de que um desastre ou algo muito ruim vai acontecer; preocupações exageradas com saúde, dinheiro, família ou trabalho; medo extremo de algum objeto ou situação em particular; medo exagerado de ser humilhado publicamente; falta de controle sobre pensamentos, imagens ou atitudes, que se repetem independentemente da vontade; pavor depois de uma situação muito difícil; dentre outros fatores que corroboram para uma situação de ansiedade de estado momentâneo, ou de transtornos com um prazo maior e mais preocupante. Os transtornos de ansiedade são doenças relacionadas ao funcionamento do corpo e às experiências de vida. A pessoa pode se sentir ansiosa a maior parte do tempo sem nenhuma razão aparente, ou pode ter ansiedade apenas às vezes, mas tão intensamente que se sentirá imobilizada (RIBEIRO, 2020).

2.3 A definição e a influência da música na sociedade

É válido entender de fato, o significado da música e suas possíveis reações dentro do contexto onde há uma certa instabilidade pessoal. A criação, a performance, o significado e até mesmo a definição de música variam de acordo com a cultura e o contexto social. Dentro das "artes", a música pode ser classificada como uma arte de representação, arte sublime, arte de espetáculo, que vai desde composições fortemente organizadas (e a sua recriação na performance), música improvisada e até formas aleatórias. Contudo é uma manifestação artística que possibilita uma criatividade do artista, que pode ser de cunho positivo, onde o artista externa com fluidez as suas criações, composições e/ou interpretações; ou de cunho negativo, onde tal fluidez liga-se a uma perspectiva de obrigação, de pressão, cobrança por algo melhor e mais complexo, tanto pessoal, quanto social. Para indivíduos de muitas culturas, a música está extremamente ligada à sua vida; atualmente se encontra em diversas utilidades não só como arte, mas também como educacional ou terapêutica (musicoterapia); porém, as linhas divisórias e as relações entre gêneros musicais são muitas vezes sutis ou agressivos, algumas vezes abertas à interpretação individual e ocasionalmente controversas (FNDE, 2017).

E no avanço constante da contemporaneidade, o consumo sofreu uma grande mudança. A economia de mercado, apoiada pelo marketing estimula o consumo de massas. O que se observa é uma mudança radical na cultura humana, como consequência da globalização, do desenvolvimento de uma cultura digital e de rede. Os jovens se movem e agem de maneira cada vez mais veloz, construindo estilo, estereótipos e cultura próprias. Estão sujeitos ao bombardeamento de informações de uma cultura opinativa, fictícia, virtual, onde há sedução pelo consumismo como também pelo informacionismo. (MARQUES, 2014).

3 PERGUNTA CONDUTORA

Qual a frequência de sintomas de estresse e ansiedade em estudantes de música e fatores associados?

4 HIPÓTESE

H0: Estudantes de música apresentam baixos índices de estresse e ansiedade sem associação significativa.

H1: Estudantes de música apresentam índices de sintomas de estresse e ansiedade sem significância.

H2: Estudantes de música apresentam índices de sintomas de estresse e ansiedade com significância.

5 OBJETIVOS

5.1 Objetivo Geral

Determinar a frequência de sintomas de estresse e ansiedade em estudantes de música.

5.2 Objetivos Específicos

- Caracterizar os aspectos socioeconômicas do público-alvo, jovens e adultos;
- Determinar a frequência de sintomas de estresse em estudantes de música e fatores associados;
- Verificar a frequência de sintomas de ansiedade em estudantes de música e fatores associados;
- Identificar diferenças entre as frequências de estresse, ansiedade e fatores socioeconômicos.

6 METODOLOGIA

6.1 Áreas de estudo, população, amostra e critérios de inclusão e exclusão

O presente trabalho trata-se de um estudo epidemiológico de corte transversal e de base populacional.

Este tipo de estudo apresenta muitas vantagens: por ser prático, objetivo e de baixo custo, com poder de evidência científica e com um amplo alcance do público alvo, por se tratar de uma coleta de dados mais flexível.

O estudo foi realizado no período de dezembro de 2021 a janeiro de 2022 e os dados foram coletados no formato de questionários online, no Conservatório Pernambucano de Música, na cidade do Recife, com alunos do curso de nível preparatório e técnico, convidados através de plataformas digitais como whatsapp, instagram, e-mails e outros.

Os cursos regulares do conservatório, como o curso preparatório, abrangem estudantes entre 7 e 20 anos (instrumento) e entre 17 e 25 anos (canto) e no curso técnico, o objetivo é uma formação técnica em instrumento, canto ou regência.

A amostra estudada foi de probabilística do tipo não intencional e consistiu em 60 indivíduos do sexo masculino e feminino, com idades entre 18 e 45 anos. A participação dos alunos, no estudo, aconteceu de forma voluntária, utilizando os subsídios das plataformas digitais para serem realizados, visto que o conservatório de música ainda se encontrava no processo de flexibilização de fluxo de pessoas e aglomerações, diante a pandemia. Não foram incluídos no estudo alunos que faziam uso de medicamentos depressores do sistema nervoso, a exemplo de ansiolíticos e hipnóticos, como também a presença de diagnóstico de outros transtornos que poderiam influenciar os fatores determinantes da pesquisa.

6.2 Coleta de dados

Foram avaliadas as seguintes variáveis:

Sintomas de estresse

Para a identificação da variável estresse, foi utilizada a Escala de Percepção de Estresse (PSS-10 - anexo a) no formato online. A PSS-10 consiste em 10 perguntas com pontuação que variam de 0 a 4. Algumas questões (4, 5, 7 e 8) dão a sugestão de ausência de estresse e possuem o sistema de pontuação invertida. Os instrumentos são auto aplicativos e validados para uso no Brasil (REIS et al., 2010).

Sintomas de ansiedade

Para identificação da variável ansiedade, foi utilizado o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE - anexo b / anexo c). O IDATE possui duas escalas independentes, cada uma contendo 20 perguntas, medindo a ansiedade como um traço e como um estado de momento; traduzido e validado para a língua portuguesa (GORENSTEIN; ANDRADE, 1996).

Descrição do perfil sociodemográfico

O fornecimento de dados sobre os componentes sociais (presença de irmãos, ordem de nascimento, grau de instrução do chefe de família, acesso a serviços públicos, número de pessoas que convivem na casa, dentre outros) e econômicos (como a renda familiar) serão obtidos através um questionário baseado nos Critérios de Classificação Socioeconômica Brasil (ABEP, 2019 - apêndice a); e para caracterizar a amostra, o questionário permite classificar através de um sistema de pontos, nos níveis econômicos A (“mais alta”), B1 (“alta”), B2 (“médio alto”), C1 (“médio”), C2 (“médio baixo”), D (“baixo”) e E (“mais baixo”).

6.3 Processamento de dados

A construção do banco de dados foi feita no Excel, através do score obtido pela utilização do programa estatístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 21.0, com o objetivo de avaliar o comportamento das variáveis segundo o critério da distribuição de normalidade. A análise dos dados foi realizada através de técnicas de estatística descritiva e inferencial, utilizando inicialmente como base os

testes qui-quadrado de Pearson ou o Exato de Fisher (quando as condições para o teste de Pearson não se aplicava) para verificar as possíveis associações entre as variáveis.

6.4 Aspectos éticos

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em pesquisa com seres humanos da Universidade Federal de Pernambuco (anexo c). Número de Parecer: 4.450.280, CAAE 38103620.7.0000.5208. Os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) concordando com a pesquisa (apêndice b).

7 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a análise de dados estatísticos foram realizadas algumas verificações e comparações através de algumas tabulações descritivas. Primeiramente foi descrita a quantidade de alunos voluntários (tabela 1) para o presente estudo, juntamente com a frequência do nível musical (tabela 2) de cada aluno analisado. Onde foi apresentado uma maioria de homens, obtendo a diferença de 12 homens a mais em relação as mulheres (tabela 1); e o nível técnico também apresentou maioria, obtendo a diferença de 30 participantes no nível técnico a mais em relação ao nível preparatório (tabela 2).

Em seguida, foi tabulada a área de atuação (tabela 3) de cada participante, como também o instrumento de domínio (tabela 4). Foi verificada a variedade em ambas análises, mostrando a diversificação de 8 áreas de atuação, onde destacou-se em quantidades relevantes: Cordas dedilhadas e Canto, formando juntas cerca de 48,3% de relevância no estudo (tabela 3); já nos dados constatados relacionados ao instrumento, percebe-se o Canto/Voz erudita, como maioria na pesquisa, obtendo frequência de 8 participantes, e uma semelhança de 5 participantes frequentes em 5 instrumentos distintos, Violino, Piano erudito, Cavaquinho/Cavaco, Flauta doce e Violão popular (tabela 4).

Consequente se analisou os fatores determinantes, o estresse (tabela 5) e as condições Sociodemográficas (tabela 6), que fundamentam tal estudo. De forma respectiva, é notório a predominância de grau moderado para o Estresse (tabela 5) e o fato Sociodemográfico (tabela 6) apresentou maiores valores. No nível B2, com 16 participantes, e no nível C1, com 18 participantes, totalizando juntos, 56,7% de relevância.

Analisou-se ainda, de forma mais específica e qualitativa, a condição de ansiedade dos alunos voluntários, na perspectiva de verificar a característica individual do traço de personalidade, Ansiedade Traço (tabela 7); e a resposta passageira frente a uma determinada situação, Ansiedade Estado (tabela 8). Em ambas as verificações, traço-estado, destacou-se a predominância no nível médio, tabulando 48,3%, com 29 alunos em Ansiedade de Traço (tabela 7), e 65%, com 39 alunos em Ansiedade de Estado (tabela 8).

Tabela 1 – Distribuição do sexo dos participantes.

Distribuição do sexo dos participantes		
	Frequência	Porcentagem
Masculino	36	60
Feminino	24	40
Total	60	100

Fonte: O Autor (2022)

Tabela 2 – Curso dos participantes.

Curso dos participantes		
	Frequência	Porcentagem
Preparatório	14	23,3
Técnico	46	76,7
Total	60	100

Fonte: O Autor (2022)

Tabela 3 – Área de atuação dos músicos.

Área de Atuação		
	Frequência	Porcentagem
Sopro	8	13,3
Cordas ficcionadas	3	5
Cordas dedilhadas	17	28,3
Teclas	5	8,3
Percussão	3	5
Arranjo e composição	5	8,3
Canto	12	20
Regência	7	11,7
Total	60	100

Fonte: O Autor (2022)

Tabela 4 – Instrumentos.

Instrumento		
	Frequência	Porcentagem
Violino	5	8,3
Piano Erudito	5	8,3
Flauta Transversa/Flauta	2	3,3
Trompete	1	1,7
Percussão (bumbo, marimba, tímpano, xilofone)	1	1,7
Teclado	1	1,7
Cavaquinho/Cavaco	5	8,3
Flauta doce	5	8,3
Contrabaixo elétrico/Baixo elétrico	6	10
Violão erudito	3	5
Violão popular	5	8,3
Canto/Voz erudita	8	13,3
Canto popular	2	3,3
Guitarra	3	5
Saxofone	4	6,7
Guitarra	1	1,7
Bateria	2	3,3
Mais de um instrumento	1	1,7
Total	60	100

Fonte: O Autor (2022)

Tabela 5 – Frequência de estresse entre os participantes.

Esresse - PSS10		
	Frequência	Porcentagem
Leve	8	13,3
Moderado	34	56,7
Severo	18	30
Total	60	100

Fonte: O Autor (2022)

Tabela 6 – Nível Sociodemográfico dos pesquisados.

Sociodemográfico		
	Frequência	Porcentagem
A	7	11,7
B1	10	16,7
B2	16	26,7
C1	18	30
C2	7	11,7
D/E	2	3,3
Total	60	100

Fonte: O Autor (2022)

Tabela 7 – Níveis de ansiedade traço.

Ansiedade Traço - IDATE		
	Frequência	Porcentagem
Baixo	18	30
Médio	29	48,3
Alto	13	21,7
Total	60	100

Fonte: O Autor (2022)

Tabela 8 – Níveis de ansiedade estado.

Ansiedade Estado - IDATA			
		Frequência	Porcentagem
Válido	Baixo	15	25
	Médio	39	65
	Alto	6	10
	Total	60	100

Fonte: O Autor (2022)

Tomando como base as análises descritivas expostas diante do presente estudo epidemiológico, é notória a alta prevalência em relação aos fatores determinantes, o estresse, a ansiedade e a estratificação amostral dos níveis socioeconômicos. Logo, é fundamental a correlação de alguns fatores determinantes, e suas possíveis associações, para que haja com mais precisão, uma apresentação estatística analítica detalhada, que será realizada em estudos posteriores.

Diante da frequência entre o sexo e o estresse, representado pela tabela 9, foi observado, nas classificações usadas pelo PSS-10: leve, moderado e severo, que o sexo masculino apresentou números maiores descritos na contagem, em relação ao sexo feminino; porém em ambos os sexos, resultou que a maioria se encontrou na classificação moderada, numa contagem de 19 pessoas do sexo masculino e 15 pessoas do sexo feminino. Contudo é importante citar também, que a contagem classificada como severa apresentou números próximos a classificação moderada, pontuando 11 para o sexo masculino e 7 para o sexo feminino.

Foi verificada também a frequência entre o sexo e a ansiedade de estado na tabela 10, constatando uma pontuação para ambos os sexos de estudantes de música

que se enquadraram no nível médio. Entretanto é cabível destacar que o sexo masculino apresentou uma numeração mais elevada, 23 participantes no nível médio, e em relação ao sexo feminino, 16 participantes no nível médio.

Na tabela 11, onde foi tratada a frequência entre o sexo e a ansiedade de traço, foi verificado que o sexo feminino apresentou uma pontuação 15 no nível médio, em relação ao sexo masculino; que apresentou uma contagem de 14 estudantes de música no nível médio. Ambos os sexos foram maioria no nível médio de ansiedade-traço.

Tabela 9 – Correlação entre o sexo e o estresse.

Correlação entre o sexo e Estresse PSS10						
			PSS10-Classificação			Total
			Leve	Moderado	Severo	
Sexo	Masculino	Contagem	6	19	11	36
		Contagem Esperada	4,8	20,4	10,8	36
	Feminino	Contagem	2	15	7	24
		Contagem Esperada	3,2	13,6	7,2	24
	Ambos sexos	Contagem	8	34	18	60
		Contagem Esperada	8	34	18	60

Fonte: O Autor (2022)

Tabela 10 – Correlação entre o sexo e a ansiedade estado.

Correlação entre o sexo e Ansiedade - estado						
			IDATE - Estado			Total
			Baixo	Médio	Alto	
Sexo	Masculino	Contagem	10	23	3	36
		Contagem Esperada	9	23,4	3,6	36
	Feminino	Contagem	5	16	3	24
		Contagem Esperada	6	15,6	2,4	24
	Ambos sexos	Contagem	15	39	6	60
		Contagem Esperada	15	39	6	60

Fonte: O Autor (2022)

Tabela 11 – Correlação entre o sexo e a ansiedade traço.

Correlação entre o sexo e Ansiedade - traço						
			IDATE - Traço			Total
			Baixo	Médio	Alto	
Sexo	Masculino	Contagem	14	14	8	36
		Contagem Esperada	10,8	17,4	7,8	36
	Feminino	Contagem	4	15	5	24
		Contagem Esperada	7,2	11,6	5,2	24
	Ambos sexos	Contagem	18	29	13	60
		Contagem Esperada	18	29	13	60

Fonte: O Autor (2022)

Tabela 12 – Teste Qui-quadrado da Correlação entre o sexo e o estresse (tabela 9).

Teste Qui-quadrado da correlação entre o sexo e o estresse (tabela 9)				
	Valor	df	Significância Sig. (2 lados)	Sig. exata (2 lados)
Qui-quadrado de Pearson	,999 ^a	2	0,607	0,613
Razão de verossimilhança	1,045	2	0,593	0,613
Teste Exato de Fisher	0,94			0,613
Associação Linear por Linear	,168 ^b	1	0,682	0,838
N de Casos Válidos	60			

a. 2 células (33,3%) esperavam uma contagem menor que 5. A contagem mínima esperada é 3,20.

b. A estatística padronizada é 0,410.

Fonte: O Autor (2022)

Tabela 13 – Teste Qui-quadrado da Correlação entre o sexo e a Ansiedade-traço (tabela 10).

Teste Qui-quadrado da correlação entre o sexo e a Ansiedade-traço (tabela 10)			
	Valor	df	Significância Sig. (2 lados)
Qui-quadrado de Pearson	4,044a	2	0,132
Razão de verossimilhança	4,201	2	0,122
Associação Linear por Linear	1,206	1	0,838
N de Casos Válidos	60		

a. 0 células (0,0%) esperavam uma contagem menor que 5. A contagem mínima esperada é 5,20.

Fonte: O Autor (2022)

Tabela 14 – Teste Qui-quadrado da Correlação entre o sexo e a Ansiedade-estado (tabela 11).

Teste Qui-quadrado da correlação entre o sexo a Ansiedade-estado (tabela 11)						
	Valor	df	Significância Sig. (2 lados)	Sig. exata (2 lados)	Sig. exata (1 lado)	Probabilidade de ponto
Qui-quadrado de Pearson	,545 ^a	2	0,762	0,784		
Razão de verossimilhança	0,546	2	0,761	0,784		
Teste Exato de Fisher	0,644			0,721		
Associação Linear por Linear	,534 ^b	1	0,456	0,501	0,308	0,139
N de Casos Válidos	60					

a. 2 células (33,3%) esperavam uma contagem menor que 5. A contagem mínima esperada é 2,40.

b. A estatística padronizada é 0,731.

Fonte: O Autor (2022)

Tabela 15 – Correlação entre o sexo, estresse, ansiedade traço/estado e o nível sociodemográfico.

	Frequência		Masculino		%	Feminino		%
Participantes	60		36		60	24		40
Estresse - PSS10	60		Leve	6	16,6	Leve	2	8,3
			Moderado	19	52,7	Moderado	15	62,5
			Severo	11	30,5	Severo	7	29,1
			Total	36	100	Total	24	100
Ansiedade Estado	60		Baixo	10	27,7	Baixo	5	20,8
			Médio	23	63,8	Médio	16	66,6
			Alto	3	8,3	Alto	3	12,5
			Total	36	100	Total	24	100
Ansiedade Traço	60		Baixo	14	38,8	Baixo	4	16,6
			Médio	14	38,8	Médio	15	62,5
			Alto	8	22,2	Alto	5	20,8
			Total	36	100	Total	24	100
Sociodemográfico	60		%					
	A (22.716,99\$)	7	11,6					
	B1 (10.427,74\$)	10	16,6					
	B2 (5.449,60\$)	16	26,6					
	C1 (3.042,47\$)	18	30					
	C2 (1.805,91\$)	7	11,6					
	D/E (813,56\$)	2	3,3					
	Total	60	100					

Fonte: O Autor (2022)

Diante dos dados estatísticos, é notório discutir os resultados expostos. Pois, nas tabelas apresentadas foi possível constatar que existe uma elevada quantidade de jovens e adultos estudantes de música que são acometidos pelo estresse e pela ansiedade. Os sintomas do estresse e da ansiedade acabam se tornando muito relevantes, dentro da análise de 60 estudantes de músicas, sendo 36 homens e 24 mulheres, onde 34 indivíduos mostraram-se com o grau de estresse moderado, foi marcado uma porcentagem de 56,7% (tabela 1), destacando que mais da metade das pessoas estudadas estão sob estresse, onde das 34 pessoas 19 são homens (tabela

9). Isso evidencia, por mais que esteja classificado num nível moderado, altos números num grupo de pesquisa de 60 estudantes de música no nível técnico e preparatório, um resultado relativamente grande, diante de coletas realizadas em escolas e conservatórios de música. Porém sendo disposto a tabulação do teste qui-quadrado, onde foi analisado a associação entre o sexo masculino e feminino, não foi apresentado associação significativa (tabela 12). Por essa razão é cabível uma atenção mais refinada para os fatores que desencadeiam os sintomas de estresse no público-alvo, visto que tais sintomas seguem numa crescente abrangência, não só no contexto musical, mas no social como um todo (BRUGUÉS, 2011; COHEN; BODNER, 2019.).

É recorrente ainda a vigência da ansiedade de traço e estado nos jovens e adultos participantes do presente estudo. Pois, nas das tabulações geradas, 39 participantes apresentaram um grau de ansiedade-estado médio (tabela 8), ou seja, no momento em que foi realizado a pesquisa tais participantes já se encontravam no estado de ansiedade, onde o sexo masculino tornou-se maioria, relatando 23 homens e 16 mulheres (tabela 10).

Já nos resultados referentes a ansiedade-traço, que destaca-se por caracterizar uma ansiedade a longo prazo, podendo se estender por semanas ou até meses, foi constatado uma relevância de 29 estudantes de música no nível médio de ansiedade (tabela 7), onde 14 foram do sexo masculino e 15 foram do sexo feminino (tabela 11), enfatizando que as mulheres estão submetidas a um tempo de estresse maior, não só por se tornar maioria nos dados em relação aos homens, mas por se tratar de uma ansiedade que não é momentânea e sim extensa, que se prolonga numa perspectiva de semanas e/ou meses. Porém, é válido ressaltar ainda que foi verificado também a tabulação de um número consideravelmente preocupante, também em relação a ansiedade-traço, mas agora no que se diz respeito ao grau mais severo, onde foi enquadrada 13 pessoas, sendo 8 homens e 5 mulheres (tabela 11); evidenciando que o sexo masculino mesmo não apresentando maioria no grau médio de ansiedade-traço, pela diferença de 1 participante em relação ao sexo feminino, se apresentou como maioria no grau severo, tornando quase que equivalente a presença de uma ansiedade prolongada em ambos os sexos, destacando uma situação preocupante. Mas mesmo assim, as tabulações no teste qui-quadrado também não apresentaram associação significativa entre o sexo feminino e o sexo masculino com a ansiedade tanto de traço (tabela 13), quanto de estado (tabela 14). Logo tal estudo

se torna importante, não só na perspectiva de analisar os sintomas de estresse e os transtornos de ansiedade presentes nos estudantes de música, mas também de precaver possíveis outros transtornos psicológicos, oriundos da ansiedade, seja ela de estado ou traço, no seu nível mais severo (SOLER, 2019).

É válido enfatizar que as diferenças de frequências, como a estratificação sociodemográfica, ao estresse e a ansiedade, também podem auxiliar na compreensão de como as variáveis se comportam na amostra. Tal fato pode se dar pela perspectiva de descrever os aspectos sociais e demográficos de cada participante enquadrado nos níveis socioeconômicos definido pela CCEB (Critério Brasil de Classificação Econômica) através da ABEP (Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa). Contudo, é de suma importância destacar que os problemas e as condições sociais estão diretamente relacionados, como um fator de influência positiva ou negativa para o desenvolvimento dos sintomas de estresse e ansiedade. Pois, pessoas que não possuem um assistencialismo social justo de segurança, educação, saúde, transporte, acessibilidade, infraestrutura social, como saneamento básico, ruas pavimentadas; como também pessoas que estão classificadas num nível social mais elevado, não estarão sujeitos aos mesmos aspectos sociais, mas podem estar dentro de orçamentos que fogem da renda média domiciliar, pressão social relacionado a status de sociedade, dentre outros; ambos níveis sociodemográficos estão consequentemente suscetíveis ao estresse e a ansiedade, porém os níveis mais baixos tendem a ter uma certa compensação. E diante das coletas realizadas, foi analisado que 56,7% dos participantes se encontram no nível socioeconômico “médio” (C1 com 18 participantes) sendo a maioria e “médio alto” (B2 com 16 participantes); entretanto é interessante destacar que 15% dos estudantes de música se encontram nas classes C2, “médio baixa” com 7 participantes e D/E “baixa” e “mais baixa”, respectivamente, com 2 participantes (tabela 6). Tal análise mostra que tais aspectos sociais podem estar relacionados aos níveis de estresse e ansiedade que podem interferir na performance musical dos estudantes de música, além de poder provocar também sentimentos negativos, como impaciência, aflição, insatisfação, medo, dentre outros, comprometendo relativamente a saúde do indivíduo (STORR, 2015). No entanto, as correlações apresentadas diante das tabulações expostas, entre os sexos, masculino e feminino, estresse, ansiedade traço-estado e os níveis sociodemográficos (tabela 15), com as suas possíveis associações, sexo masculino e feminino com estresse (tabela 12), sexo masculino e feminino com ansiedade-traço (tabela 13) e o

sexo masculino e feminino com ansiedade-estado (tabela 14), onde nenhuma das associações apresentaram significância, só podem ser vistas em estudos futuros contendo estatística inferencial ou estudos de caso controle com uma população amostral maior, para que se tenha uma pesquisa relativamente ainda mais aprofundada.

8 CONCLUSÕES

A maior parte dos estudantes apresentou níveis moderados de estresse e ansiedade, sendo mais frequentes no sexo masculino, porém não foi identificado nenhuma significância nas suas associações. Observa-se então a necessidade da realização de mais pesquisas com uma população amostral mais ampla, relacionadas ao presente estudo, no intuito de aprofundar tal tema tão presente na atual sociedade, na perspectiva de entender de fato, todos os fatores que podem desencadear os sintomas de estresse e ansiedade, como também os melhores métodos de aplicabilidade de assistencialismo social, no sentido de se ter um aparato de informação preventiva mais aguçada, através da conscientização; para poder atender as verificações possíveis de associação entre o estresse e a ansiedade, com os aspectos e as características socioeconômicos do público estudado, a fim de determinar a frequência de tal temática abordada.

REFERÊNCIAS

- ABEP. Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. **Critério de Classificação Econômica Brasil (CCEB)** – Em Vigor a partir de 01/01/2019. Disponível em: <http://www.abep.org/criterio-brasil>. Acesso em: 25 ago. 2022.
- BIBLIOTECA VIRTUAL EM SAÚDE. **Estresse dicas em saúde**. São Paulo, BVS, 2012. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/dicas/253_estresse.html. Acesso em: 15 out. 2022.
- BORDIN, S. B. Estresse. In: **notícias da saúde**. São Paulo, Hospital Israelita Albert Einstein, 2020. Disponível em: <https://www.einstein.br/pages/doenca.aspx?eid=117>. Acesso em: 17 out. 2022.
- BURIN, A. B. **Ansiedade de performance musical: causas percebidas, estratégias de enfrentamento e perfil clínico de músicos brasileiros e australianos**. 2017. Tese (Doutorado) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2017. Disponível em <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/17/17148/tde-25052018-144106/publico/ANABEATRIZBURIN.pdf>. Acesso em: 01 out. 2022.
- COHEN, S.; BODNER, E. The relationship between flow and music performance anxiety amongst professional classical orchestral musicians. **Psychology of Music**, Ramat Gan, v. 47, n. 3, p. 420-435, 2019.
- FERREIRA, J. L.; ROSSI, S. V.; ARAUJO, K. F.; KLEIN, M. P.; MIRANDA, N. R.; CAMPOS, V. R. O estresse percebido no contexto de distanciamento social pela COVID-19 em estudantes de medicina do Espírito Santo. **Revista de Medicina**, Espírito Santo, v. 100, n. 6, p. 536-543, 2021. DOI: 10.11606/issn.1679-9836.v100i6p536-543. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/revistadc/article/view/189187>. Acesso em: 21 out. 2022.
- FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO. **Música**. Brasília: FNDE, 2017. Disponível em: <http://www.fnde.gov.br/index.php/acessibilidade/item/4098-m%C3%BAsica>. Acesso em: 17 out. 2022.
- GORENSTEIN, C.; ANDRADE, L. Validation of a Portuguese version of the Beck Depression Inventory and the State-Trait Anxiety Inventory in Brazilian subjects. **Braz J Med Biol Res.**, Bethesda, v. 29, p. 453–457, 1996. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462012000400005. Acesso em: 01 out. 2022.
- GUYON, A. JAA et al. Music performance anxiety from the challenge and threat perspective: psychophysiological and performance outcomes. **BMC psychology**, Lausanne, v. 8, n. 1, p. 1-13, 2020.
- KENNY, D. T.; DRISCOLL, T.; ACKERMANN, B. J. Effects of aging on musical performance in professional orchestral musicians. **Medical problems of performing artists**, Sydney, v. 33, n. 1, p. 39-46, 2018.

LEBLANC, A. et al. Effect of audience on music performance anxiety. **Journal of research in music education**, Michigan, v. 45, n. 3, p. 480-496, 1997.

LEHMANN, A. C. et al. **Psychology for musicians**: Understanding and acquiring the skills. Oxford: Oxford University Press, 2007.

MACIENTE, M. N. **Estratégias de enfrentamento para a ansiedade de performance musical (APM)**: um olhar sobre músicos profissionais de orquestras paulistas. 2016. Tese (Doutorado) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2016. Disponível em: <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/27/27158/tde-08092016-153009/pt-br.php>. Acesso em: 11 out. 2022.

MARQUES, L. C.; TAVANO, L. A. Ansiedade traço-estado em estudantes universitários. **Revista científica eletrônica de psicologia**, São Paulo, ano 1, n. 2, 2004.

MARQUES, R. N. **A influência da música no jovem na sociedade atual**. 2014. TCC (Curso de Especialização Gestão do Conhecimento e o Paradigma Ontopsicológico) - Antonio Meneghetti Faculdade, Restinga Seca – RS, 2014.

MELLO, A. A. F.; RAMOS, R. T. Supressão de ritmo mu durante exposição a estímulos associados a ansiedade social. **Revista de Medicina**, São Paulo, v. 96, n. 4, p. 254-263, 2017. DOI: 10.11606/issn.1679-9836.v96i4p254-263. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/revistadc/article/view/129024>. Acesso em: 19. Out. 2022.

MUSKAT, M. O cérebro musical. **Neuroeducação**, São Paulo, n.6, p.54-57, 2016.

REIS, R. S.; HINO, A. A.; ANEZ, C. R. Perceived stress scale: reliability and validity. RESTREPO, C. Bruxism in children. D.A. Paesani (Ed.), **Bruxism**: theory and practice. London: Quintessence publishing, 2010. pp. 111–120.

RIBEIRO, P. R. G. D. Ansiedade. **Notícias Da Saúde**, São Paulo, Hospital Israelita Albert Einstein, 2020. Disponível em: <https://www.einstein.br/doencas-sintomas/ansiedade>. Acesso em: 17 out. 2022.

ROCHA, S. F.; DIAS NETO, E.; GATTAZ, W. F. **Ansiedade na performance musical: tradução, adaptação e validação do Kenny Music Performance Anxiety Inventory (K-MPAI) para a língua portuguesa**. São Paulo, 2011. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0101-60832011000600001&script=sci_arttext. Acesso em: 13 out. 2022.

SOLER, A. Por que os músicos sofrem tanto de ansiedade e depressão?”. **UBC Music**, Madri, 13 maio 2019. Disponível em: <http://www.ubc.org.br/publicacoes/noticia/12502/por-que-musicos-sofrem-tanto-de-ansiedade-e-depressao>. Acesso em: 19 set. 2022.

STORR, A. **Music and the mind**. New York: HarperCollins, 2015.

TAYLOR, N. **Teaching healthy musicianship**: the music educator's guide to injury prevention and wellness. Oxford: Oxford University Press, 2016.

ANEXO A – ESCALA DE PERCEPÇÃO DE ESTRESSE (PPS-10)

Instrução: Para cada questão, pedimos que indique com que frequência se sentiu ou pensou de determinada maneira, **durante o último mês**. Apesar de algumas perguntas serem parecidas, existem diferenças entre elas e deve responder a cada uma como perguntas separadas. Para cada questão indique, com uma cruz (X), a alternativa que melhor se ajusta à sua situação.

	Nunca	Quase nunca	Algumas vezes	Frequentemente	Muito frequente
	0	1	2	3	4
1. No último mês, com que frequência esteve preocupado (a) por causa de alguma coisa que aconteceu inesperadamente?					
2. No último mês, com que frequência se sentiu incapaz de controlar as coisas importantes da sua vida?					
3. No último mês, com que frequência se sentiu nervoso (a) e em estresse?					
4. No último mês, com que frequência sentiu confiança na sua capacidade para enfrentar os seus problemas pessoais?					
5. No último mês, com que frequência sentiu que as coisas estavam a correr à sua maneira?					
6. No último mês, com que frequência sentiu que não aguentava com as coisas todas que tinha para fazer?					
7. No último mês, com que frequência foi capaz de controlar as suas irritações?					
8. No último mês, com que frequência sentiu ter tudo sob controle?					
9. No último mês, com que frequência se sentiu furioso (a) por coisas que ultrapassaram o seu limite?					
10. No último mês, com que frequência sentiu que as dificuldades se estavam a acumular tanto que não as conseguia ultrapassar?					

ANEXO B – IDATE-T

Nome: _____ Nº _____

Leia cada pergunta e faça um círculo em redor do número à direita que melhor indicar como você geralmente se sente.

Não gaste muito tempo numa única afirmação, mas tente dar a resposta que mais se aproximar de como você se sente geralmente.

Avaliação

Quase sempre.....4 As vezes.....2
Frequentemente.....3 Quase nunca.....1

1	Sinto-me bem	1	2	3	4
2	Canso-me facilmente	1	2	3	4
3	Tenho vontade de chorar	1	2	3	4
4	Gostaria de poder ser tão feliz quanto os outros parecem ser	1	2	3	4
5	Perco oportunidades porque não consigo tomar decisões rapidamente	1	2	3	4
6	Sinto-me descansado	1	2	3	4
7	Sou calmo, ponderado e senhor de mim mesmo	1	2	3	4
8	Sinto que as dificuldades estão se acumulando de tal forma que não consigo resolver	1	2	3	4
9	Preocupo-me demais com coisas sem importância	1	2	3	4
10	Sou feliz	1	2	3	4
11	Deixo-me afetar muito pelas coisas	1	2	3	4
12	Não tenho muita confiança em mim mesmo	1	2	3	4
13	Sinto-me seguro	1	2	3	4
14	Evito ter que enfrentar crises ou problemas	1	2	3	4
15	Sinto-me deprimido	1	2	3	4
16	Estou satisfeito	1	2	3	4
17	Às vezes, idéias sem importância me entram na cabeça e ficam-me preocupando	1	2	3	4
18	Levo os desapontamentos tão a sério que não consigo tirá-los da cabeça	1	2	3	4
19	Sou uma pessoa estável	1	2	3	4
20	Fico tenso e perturbado quando penso em meus problemas do momento	1	2	3	4

ANEXO C – IDATE-E

Leia cada pergunta e faça um círculo ao redor do número à direita da afirmação que melhor indicar como você se sente agora, neste momento.
 Não gaste muito tempo em uma única afirmação, mas tente dar uma resposta que mais se aproxime de como você se sente neste momento.

Avaliação

Muitíssimo.....4 Um pouco.....2
 Bastante.....3 Absolutamente não....1

1	Sinto-me calmo	1	2	3	4
2	Sinto-me seguro	1	2	3	4
3	Estou tenso	1	2	3	4
4	Estou arrependido	1	2	3	4
5	Sinto-me a vontade	1	2	3	4
6	Sinto-me perturbado	1	2	3	4
7	Estou preocupado com possíveis problemas	1	2	3	4
8	Sinto-me descansado	1	2	3	4
9	Sinto-me ansioso	1	2	3	4
10	Sinto-me "em casa"	1	2	3	4
11	Sinto-me confiante	1	2	3	4
12	Sinto-me nervoso	1	2	3	4
13	Estou agitado	1	2	3	4
14	Sinto-me uma pilha de nervos	1	2	3	4
15	Estou descontraído	1	2	3	4
16	Sinto-me satisfeito	1	2	3	4
17	Estou preocupado	1	2	3	4
18	Sinto-me super-agitado e confuso	1	2	3	4
19	Sinto-me alegre	1	2	3	4
20	Sinto-me bem	1	2	3	4

APÊNDICE A – AVALIAÇÃO SOCIODEMOGRÁFICA

1. Qual a sua idade? _____
2. Você tem irmãos? () Sim () Não **(Se NÃO passe para o item 4);**
3. Que lugar você ocupa com relação aos irmãos?
 () É o (a) filho (a) caçula () É o (a) mais velho (a) () É intermediário (do meio)
4. Até que série seus pais (ou responsáveis) estudaram?

	Mãe/responsável	Pai/responsável
Analfabeto (Nunca foi à escola) / Fundamental incompleto (estudou até a 3ª série).		
Fundamental 1 completo (estudou até a 4ª série) / fundamental 2 incompleto (até a 7ª série)		
Ensino fundamental 2 completo (estudou até a 8ª série).		
Nível médio completo/ superior incompleto		
Ensino superior completo (faculdade)		

5. Quantas pessoas moram na sua casa? _____ pessoas

6. Quantos cômodos têm na sua casa? _____ cômodos.

7. Você fez psicoterapia com psicólogo nos últimos dois anos?

() Sim. Qual abordagem: _____ () Não

10. Sobre a sua casa:

Itens em sua casa	Não tem	TEM (quantidade)			
		1	2	3	4
Banheiros					
Empregados domésticos					
Automóveis					
Microcomputador					
Lava louça					
Geladeira					
Freezer					
Lava roupa					
DVD					
Microondas					
Motocicleta					
Secadora de roupas					

Serviços públicos	Sim	Não
Água encanada		
Rua pavimentada		

APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO – UFPE
CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA - CAV
TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE CIÊNCIAS MÉDICAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NEUROPSIQUIATRIA E CIÊNCIAS DO
COMPORTAMENTO**

**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO
(PARA MAIORES DE 18 ANOS OU EMANCIPADOS)**

Convidamos o (a) Sr. (a) para participar como voluntário (a) da pesquisa intitulada **“Ansiedade, estresse e ansiedade de performance musical em alunos de cursos profissionalizantes de música no Recife”**, que está sob a responsabilidade do (a) pesquisador (a) Rosana Christine Cavalcanti Ximenes, com endereço Avenida da Engenharia, S/N, Prédio dos programas de Pós-Graduação CCM-UFPE, Cidade Universitária – CEP 50740-600, Recife-PE, telefone (81) 9.9999-4033, e-mail: rosana.ximenes@ufpe.br. Também participam desta pesquisa os pesquisadores: Aline Ananias de Lima (81 9.9609-4074), Daniel Filipe dos Santos (81 9.8251-2854), Plínio Gladstone Duarte (81 9.8521-2881), Sandra Lopes de Souza (9.8740-2484), Vinicius Belém Rodrigues Barros Soares (81 9.9750-3437), Wesley Alex da Silva Dionísio (81 9.8564-1969).

Todas as suas dúvidas podem ser esclarecidas com o responsável por esta pesquisa. Apenas quando todos os esclarecimentos forem dados e você concorde com a realização do estudo, pedimos que rubrique as folhas e assine ao final deste documento, que está em duas vias. Uma via lhe será entregue e a outra ficará com o pesquisador responsável.

O (a) senhor (a) estará livre para decidir participar ou recusar-se. Caso não aceite participar, não haverá nenhum problema, desistir é um direito seu, bem como será possível retirar o consentimento em qualquer fase da pesquisa, também sem nenhuma penalidade.

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

- Esta pesquisa tem como objetivo associar quantitativamente: a prevalência de sintomas de estresse, transtornos de ansiedade e ansiedade de performance musical em adultos jovens alunos de música do curso preparatório e técnico do Conservatório Pernambucano de Música em Recife/PE;
- O aluno irá responder a perguntas relacionadas à ansiedade, estresse, sintomas de ansiedade de performance musical e à economia da família, durante um tempo de quarenta minutos. Isso tentando minimizar ao máximo prejuízos à aprendizagem dos alunos com relação às aulas;
- O aluno tem a **garantia de poder perguntar em qualquer momento** da pesquisa sobre qualquer dúvida e garantia de receber resposta ou esclarecimento a respeito dos procedimentos, riscos, benefícios e outras situações relacionadas à pesquisa;

- Existe total liberdade para **retirar o consentimento e não permitir** sua participação no estudo, em qualquer momento, sem que isso traga qualquer problema ou prejuízo;
- O aluno não será identificado em nenhum momento da pesquisa; todas as informações serão mantidas em sigilo;
- Alunos, que estejam em uso de medicações psiquiátricas, tratamento psicológico ou psiquiátrico, que já apresentem diagnóstico de transtornos mentais, ou outra condição que interfira nos resultados do estudo não serão incluídos no grupo que passará por análise e interpretação de dados. Entretanto, isso não impede o aluno de responder os questionários, se isso for de sua vontade.

RISCOS: Os riscos estão ligados ao cansaço devido ao tempo utilizado ou a algum constrangimento que o participante possa ter ao responder os questionários. No entanto, poderá desistir de participar da pesquisa em qualquer etapa, antes ou após o início da coleta dos dados, bem como o participante estará absolutamente livre para não responder alguma pergunta que não ache pertinente.

BENEFÍCIOS: Serão dadas as instruções devidas de como procurar ajuda profissional na instituição parceira e em serviços públicos de saúde destinados a este propósito. Além de palestras educativas envolvendo as três temáticas (estresse, ansiedade, ansiedade de performance musical).

Esclarecemos que os participantes dessa pesquisa têm plena liberdade de se recusar a participar do estudo e que esta decisão não acarretará penalização por parte dos pesquisadores. Todas as informações desta pesquisa serão confidenciais e serão divulgadas apenas em eventos ou publicações científicas, não havendo identificação dos voluntários, a não ser entre os responsáveis pelo estudo, sendo assegurado o sigilo sobre a sua participação. Os dados coletados nesta pesquisa, ficarão armazenados em computador pessoal, sob a responsabilidade da pesquisadora Rosana Christine Cavalcanti Ximenes, no endereço acima informado, pelo período de mínimo 5 anos após o término da pesquisa.

Nada lhe será pago e nem será cobrado para participar desta pesquisa, pois a aceitação é voluntária, mas fica também garantida a indenização em casos de danos, comprovadamente decorrentes da participação na pesquisa, conforme decisão judicial ou extrajudicial. Se houver necessidade, as despesas para a sua participação serão assumidas pelos pesquisadores (ressarcimento de transporte e alimentação).

Em caso de dúvidas relacionadas aos aspectos éticos deste estudo, o (a) senhor (a) poderá consultar o Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da UFPE no endereço: **(Avenida da Engenharia s/n – 1º Andar, sala 4 - Cidade Universitária, Recife-PE, CEP: 50740-600, Tel.: (81) 2126.8588 – e-mail: cephumanos.ufpe@ufpe.br).**

(assinatura do pesquisador)

CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO VOLUNTÁRIO (A)

Eu, _____, CPF _____, abaixo assinado, após a leitura (ou a escuta da leitura) deste documento e de ter tido a oportunidade de conversar e ter esclarecido as minhas dúvidas com o pesquisador responsável, concordo em participar do estudo ansiedade, estresse e ansiedade de performance musical em alunos de cursos profissionalizantes de música no Recife, como voluntário (a). Fui devidamente informado (a) e esclarecido (a) pelo(a) pesquisador (a) sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os possíveis riscos e benefícios decorrentes de minha participação. Foi-me garantido que posso retirar o meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade (ou interrupção de meu acompanhamento/ assistência/tratamento).

Local e data _____

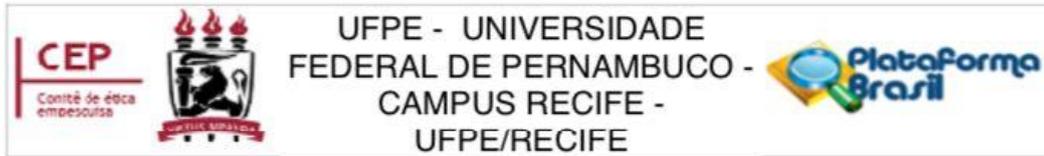
Assinatura do participante: _____

Impressão digital

Presenciamos a solicitação de consentimento, esclarecimentos sobre a pesquisa e o aceite do voluntário em participar. (02 testemunhas não ligadas à equipe de pesquisadores):

Nome:	Nome:
Assinatura:	Assinatura:

APÊNDICE C – CEP (COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA)



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: ANSIEDADE, ESTRESSE E ANSIEDADE DE PERFORMANCE MUSICAL EM ALUNOS DE CURSOS PROFISSIONALIZANTES DE MÚSICA NO RECIFE

Pesquisador: Rosana Christine Cavalcanti Ximenes

Área Temática:

Versão: 4

CAAE: 38103620.7.0000.5208

Instituição Proponente: Universidade Federal de Pernambuco - UFPE

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 4.450.280

Apresentação do Projeto:

Pesquisadora Responsável - Professora Colaboradora Rosane Christine

Cavalcanti Ximenes da Pós-Graduação em Neuropsiquiatria e Ciências do Comportamento.

DESENHO DO ESTUDO: "Pesquisa epidemiológica de caráter transversal e observacional analítico".

LOCAL DO ESTUDO: "Conservatório Pernambucano de Música na cidade de Recife, no Estado de Pernambuco...".

PARTICIPANTES: 800 alunos dos cursos técnico e profissionalizante de Música.

CRITÉRIOS DE INCLUSÃO - Ambos os sexos, entre 18 a 45 anos de idade devidamente matriculados no Conservatório.

CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO - "Indivíduos fora da faixa etária supracitada ou que não estejam matriculados na instituição. Além disso, serão excluídos da pesquisa indivíduos que estejam em uso de medicações psiquiátricas, tratamento psicológico ou psiquiátrico, que já apresentem diagnóstico de transtornos mentais, ou outra condição que interfira nos resultados do estudo". "Serão recrutados por e-mail através de uma ata disponibilizada pela direção da escola contendo nome, turma, turno e e-mail, dos alunos matriculados".

COLETA DE DADOS: será realizada através de 6 questionários tipo "Google Forms...".

ANÁLISE DOS DADOS - Será construído um banco de dados no Excel através da utilização do programa estatístico SPSS (versão 21.0). Esses dados serão analisados à partir de técnicas de

Endereço: Av. da Engenharia s/n° - 1º andar, sala 4, Prédio do Centro de Ciências da Saúde

Bairro: Cidade Universitária

CEP: 50.740-600

UF: PE

Município: RECIFE

Telefone: (81)2126-8588

E-mail: cephumanos.ufpe@ufpe.br



Continuação do Parecer: 4.450.280

estatística descritiva e inferencial.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo primário - "Determinar a prevalência de sintomas de estresse, ansiedade, depressão, distúrbios do sono e ansiedade de performance musical em adultos jovens alunos de música do curso preparatório e técnico do Conservatório Pernambucano de Música em Recife/PE".

Objetivos Secundários:

- Identificar sintomas de estresse, ansiedade e ansiedade de performance musical na população estudada;
- Analisar sintomas de depressão e distúrbios do sono na população estudada;
- Verificar associações entre as variáveis do estudo com relação a população em questão;
- Indicar associações entre as variáveis e aspectos socioeconômicos da população em questão".

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Avaliados adequados ao projeto.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Temática pertinente

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Apresenta a documentação exigida.

Recomendações:

Sem Recomendações.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Sem Pendências.

Considerações Finais a critério do CEP:

As exigências foram atendidas e o protocolo está APROVADO, sendo liberado para o início da coleta de dados. Informamos que a APROVAÇÃO DEFINITIVA do projeto só será dada após o envio do Relatório Final da pesquisa. O pesquisador deverá fazer o download do modelo de Relatório Final para enviá-lo via "Notificação", pela Plataforma Brasil. Siga as instruções do link "Para enviar Relatório Final", disponível no site do CEP/CCS/UFPE. Após apreciação desse relatório, o CEP emitirá novo Parecer Consubstanciado definitivo pelo sistema Plataforma Brasil.

Informamos, ainda, que o (a) pesquisador (a) deve desenvolver a pesquisa conforme delineada neste protocolo aprovado, exceto quando perceber risco ou dano não previsto ao voluntário participante (item V.3., da Resolução CNS/MS N° 466/12).

Endereço: Av. da Engenharia s/n° - 1° andar, sala 4, Prédio do Centro de Ciências da Saúde
Bairro: Cidade Universitária **CEP:** 50.740-600
UF: PE **Município:** RECIFE
Telefone: (81)2126-8588 **E-mail:** cephumanos.ufpe@ufpe.br



Continuação do Parecer: 4.450.280

Eventuais modificações nesta pesquisa devem ser solicitadas através de EMENDA ao projeto, identificando a parte do protocolo a ser modificada e suas justificativas.

Para projetos com mais de um ano de execução, é obrigatório que o pesquisador responsável pelo Protocolo de Pesquisa apresente a este Comitê de Ética relatórios parciais das atividades desenvolvidas no período de 12 meses a contar da data de sua aprovação (item X.1.3.b., da Resolução CNS/MS Nº 466/12). O CEP/CCS/UFPE deve ser informado de todos os efeitos adversos ou fatos relevantes que alterem o curso normal do estudo (item V.5., da Resolução CNS/MS Nº 466/12). É papel do/a pesquisador/a assegurar todas as medidas imediatas e adequadas frente a evento adverso grave ocorrido (mesmo que tenha sido em outro centro) e ainda, enviar notificação à ANVISA – Agência Nacional de Vigilância Sanitária, junto com seu posicionamento.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1630581.pdf	23/11/2020 19:36:25		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	CEP4.doc	23/11/2020 19:35:51	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Outros	resposta_pendenciasV3.docx	23/11/2020 19:23:46	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Outros	Anuencia_MS.pdf	23/11/2020 19:18:58	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Outros	resposta_pendenciasV2.docx	12/11/2020 00:09:42	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETOCEP.doc	12/11/2020 00:04:12	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	CEP3.doc	28/10/2020 21:11:43	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Outros	respostapendenciasV1.docx	20/10/2020 16:02:03	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_AMP2.doc	19/10/2020 16:37:43	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito

Endereço: Av. da Engenharia s/nº - 1º andar, sala 4, Prédio do Centro de Ciências da Saúde
Bairro: Cidade Universitária **CEP:** 50.740-600
UF: PE **Município:** RECIFE
Telefone: (81)2126-8588 **E-mail:** cephumanos.ufpe@ufpe.br



Continuação do Parecer: 4.450.280

Outros	Anuencia_intituicaoparceira.pdf	19/10/2020 16:37:32	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Outros	LattesSandra.pdf	19/10/2020 16:37:07	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Outros	Lattes_Wesley.pdf	16/09/2020 18:51:58	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Outros	Lattes_Vinicius.pdf	16/09/2020 18:51:31	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Outros	Lattes_Plinio.PDF	16/09/2020 18:51:06	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Outros	LATTES_ESTER.pdf	16/09/2020 18:50:43	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Outros	Lattes_Elderson.pdf	16/09/2020 18:50:06	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Outros	Lattes_Aline.pdf	16/09/2020 18:49:21	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	CEP_APM1.doc	16/09/2020 18:47:28	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Outros	Confidencialidade_APM.pdf	15/09/2020 13:55:14	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Outros	Anuencia.pdf	15/09/2020 13:54:33	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Outros	Lattes.pdf	15/09/2020 13:53:24	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito
Folha de Rosto	Folha_de_rosto_APM.pdf	15/09/2020 13:51:00	Rosana Christine Cavalcanti Ximenes	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

RECIFE, 09 de Dezembro de 2020

Assinado por:
LUCIANO TAVARES MONTENEGRO
(Coordenador(a))

Endereço: Av. da Engenharia s/nº - 1º andar, sala 4, Prédio do Centro de Ciências da Saúde
Bairro: Cidade Universitária **CEP:** 50.740-600
UF: PE **Município:** RECIFE
Telefone: (81)2126-8588 **E-mail:** cephumanos.ufpe@ufpe.br