

O impacto das dores e lesões nas práticas interpretativas e a importância da criticidade e do olhar artesanal no estudo instrumental

MODALIDADE: COMUNICAÇÃO

SUBÁREA: SA-5. Performance Musical

Douglas Henrique Lemes
Universidade Estadual de Maringá
doughenriquelemes@gmail.com

Alfeu Rodrigues de Araújo Filho
Universidade Estadual de Maringá
arafilho@uem.br

Resumo. Este trabalho tem como objetivos a compreensão do cenário e impacto das dores e lesões na vida do músico instrumentista, assim como propor uma reflexão sobre a importância da criticidade e do olhar artesanal na execução instrumental como ferramenta preventiva. O assunto é relevante, uma vez que o prejuízo causado pela lesão é uma realidade e o processo de prevenção, necessidade. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica de caráter qualitativo, utilizando em seu processo metodológico a coleta de dados através da revisão de literatura sobre a temática em questão e importantes professores/pesquisadores nacionais sobre o ensino de execução instrumental: José Alberto Kaplan (1935-2009) e Scheila Glaser (s/d). Os resultados apresentam ações que promovam autoconhecimento, propriocepção, construindo um processo qualitativo sobre o estudo de execução instrumental que respeite o tempo e as características psicológicas e fisiológicas através de um indivíduo crítico e reflexivo, na busca pelo equilíbrio entre as demandas e anseios do mundo contemporâneo.

Palavras-chave. Distúrbios musculoesqueléticos, Sintomas, Execução instrumental, Indivíduo, Contemporaneidade.

Title. *The Impact of Pain and Injuries on Interpretive Practices and the Importance of Criticality and the Artisanal Look in the Instrumental Study.*

Abstract. This work aims to understand the scenario and impact of pain and injuries in the life of the instrumental musician, as well as to propose a reflection on the importance of criticality and the artisanal look in instrumental performance, as a preventive tool. The subject is relevant, since the damage caused by the injury is a reality and the prevention process is a necessity. This is a qualitative bibliographical research, using in its methodological process the collection of data through the literature review on the subject in question and important national teachers/researchers on the teaching of instrumental performance: José Alberto Kaplan (1935-2009) and Scheila Glaser (undated). The results show actions that promote self-knowledge, proprioception, building a qualitative process on the stud of instrumental performance that respects time and psychological and physiological characteristics through a critical and reflective individual, in the search for balance between the demands and desires of the contemporary world.

Keywords. Musculoskeletal Disorders, Symptoms, Instrumental Performance, Individual, Contemporaneity.

Introdução

Através da revisão de literatura utilizada como base desta investigação, encontramos evidências que o número de instrumentistas que sofrem por lesões não só é expressivo, como se apresenta em um taxa crescente. Fragelli *et al* (2008, p.3) apontam que em “estudos de 1986 a 2005, a prevalência das lesões é estimada entre 55% a 86%, índices considerados altos, principalmente quando comparados a outras profissões”.

Dados ofertados por Gonçalves (2018) reforçam esta perspectiva:

No Brasil, Andrade e Fonseca (2000) realizaram um estudo sobre o nível de stress físico em instrumentistas de cordas friccionadas, enviando 1716 questionários a instrumentistas distribuídos em 13 estados brasileiros. Dos 1716 músicos inquiridos, 419 responderam ao inquérito e 368 (88%) apresentam desconforto ao tocar, sendo a dor o sintoma predominante em 354 (64,8%) dos músicos que apresentaram esta sintomatologia, 125 (30%) foram obrigados a interromper a prática instrumental e 189 (45,1%) foram forçados a abandonar a carreira de músico instrumentista (GONÇALVES, 2018, p.23).

Partindo do princípio que vivemos, atualmente, em uma sociedade que busca perfeição; da impossibilidade de dizer que há problemas; do medo pela manutenção das ações e respeito; pânico do olhar crítico e possível “cancelamento”, o assunto vira tabu e poucos se sentem à vontade para manifestar suas indagações. Neste contexto, tal temática é relevante e promissora para a área das práticas interpretativas.

No que se refere ao número de artigos referentes à temática estudada relacionada aos músicos, existem poucos estudos publicados nas fontes de informação pesquisadas, depreendendo-se assim a necessidade de se promover mais pesquisas em torno desta temática (CAVALCANTE *et al*, 2020, p.8).

Esta investigação qualitativa deriva de diversos estudos sobre dores e lesões relacionadas à prática instrumental, configurando uma pesquisa bibliográfica. A respeito desta metodologia científica, Filippo *et al* (2011, p.384) explicam:

As respostas para essas perguntas geram dados denominados qualitativos: eles não podem ser medidos diretamente, e geralmente são obtidos por meio de entrevistas, documentos ou observações do próprio pesquisador sobre as ações dos usuários.

Um importante ingrediente de uma pesquisa reside nas inquietações dos investigadores e, neste contexto, este trabalho apresenta uma multiplicidade de

questionamentos como: Quais os impactos das dores e lesões? Como preveni-las? Qual a importância da ação do indivíduo neste cenário? Qual a perspectiva do instrumentista e seu instrumento no processo das práticas interpretativas?

Com o objetivo de organizar e direcionar a diversidade de indagações, este trabalho será dividido em dois importantes tópicos dentro da área das Práticas Interpretativas:

- Dores e lesões: os impactos na execução instrumental;
- A importância do indivíduo crítico e do olhar artesanal no estudo instrumental como ferramenta de prevenção.

Vale frisar que os autores endossam o respeito e o cuidado sobre os preceitos da metodologia científica, assim como o respaldo teórico de outras pesquisas lidas na íntegra, assumindo a responsabilidade sob a veracidade das informações e a pertinência dos conteúdos, firmando conduta do código de ética da pesquisa acadêmica.

Dores e lesões e os impactos na execução instrumental

A dor é um dos sintomas essenciais que sinalizam provável manifestação de desconforto. Desantana *et al* (2020, p.1) mencionam que “A dor é sempre uma experiência pessoal que é influenciada em graus variáveis, por fatores biológicos, psicológicos e sociais”. Entretanto, a ausência do senso de observação do instrumentista sobre o seu estado de dor e, conseqüentemente, falta absoluta de esclarecimento técnico/didático e tratamento dos reais desconfortos, poderá resultar em lesões de baixa, média e alta complexidade.

Lesão é o nome dado a um grupo de características anatomicamente visíveis, e durante um período de tempo onde, funcionalmente, certas regiões do corpo podem estar comprometidas, podendo até ficar paralisadas (GONÇALVES, 2013, p.6).

Temos que levar em consideração que o emprego da repetição, para o estudo instrumental, é um procedimento técnico de grande valia por se tratar de uma ação prática que exige praticar. Entretanto, tal atitude deverá ser programática e crítica, contribuindo na integração do instrumentista com o seu instrumento, olhar que exige mudança de comportamento no processo ensino/aprendizado.

Na maior parte dos casos, as lesões advêm de uma ação instrumental fundamentada na repetição inconsciente. Em tais situações, houve, portanto, uma prática pedagógica que necessita ser reavaliada, tanto

por parte dos instrumentistas quanto dos profissionais que os orientam (GONÇALVES, 2013, p.1).

Outro importante componente está relacionado com as demandas do mundo contemporâneo através da cobrança por resultados em um ambiente competitivo e desumano, fomentando a quantidade em detrimento da qualidade. Esta realidade inibe a construção de hábitos saudáveis, construídos através da consciência corporal e do desenvolvimento perceptivo dos fenômenos musicais, enfraquecendo a motivação e o processo psicológico do indivíduo que acumula, em sua prática diária, tensão desnecessária e, conseqüentemente, dores e lesões.

Pode-se concluir, portanto, que não é apenas a ação repetitiva que contribui para o surgimento de sintomas dolorosos nos músicos. A tensão, produzida pelo estabelecimento de prazos, muitas vezes fora dos limites de cada indivíduo, o ambiente frequentemente hostil e restritivo no que diz respeito ao crescimento e satisfação individual, a expectativa de enfrentamento artístico... Enfim, uma variedade de fatores exerce grande influência no aparecimento do sofrimento, que só é percebido pelos instrumentistas, na maioria das vezes, através da dor (GONÇALVES, 2013, p.7).

Durante a prática instrumental, desconfortos e dores dão sinais de que algo não está fluindo como deveria, entretanto, grande parte dos músicos que sentem algum tipo de incômodo, omite esta informação por medo das conseqüências em suas carreiras. Lidar com tais incertezas gera uma fragilidade emocional e psicológica, atrapalhando ou até mesmo impedindo o sujeito de buscar o tratamento adequado.

Nesta perspectiva, cabe destacar que tanto os sintomas quanto as lesões ocupacionais podem ser agravadas, pois os músicos são relutantes em procurar auxílio médico não apenas por razões econômicas, mas, sobretudo, pelo receio de comprometerem suas carreiras em função do tratamento e das possíveis conseqüências de tornar o problema público. Muitos instrumentistas continuam com a sua atividade mesmo quando já adquiriram problemas musculares (FRAGELLI *et al*, 2008, p.3).

Neste cenário, detectamos uma conseqüência desastrosa. Ao continuar as atividades da prática instrumental sem solicitar ajuda, configura em alimentar física e emocionalmente o prejuízo já existente, subtraindo, principalmente, o quadro emocional do indivíduo desassistido. O medo gera receio de assumir compromissos e de traçar metas musicais, uma vez que acredita estar incapacitado física e psicologicamente para realizá-las. O efeito

cumulativo de subtrações é uma constatação e pode interromper a atuação profissional de forma pontual ou, até mesmo, permanente.

As atividades repetitivas diárias e rotineiras, atividades por sua vez necessárias para um bom desempenho técnico do músico, são também consideradas um fator predisponente que produz um efeito de tensão cumulativo nos tecidos, excedendo o limiar de tolerância fisiológica podendo produzir incapacidade (FRAGELLI *et al*, 2008, p.3)

Em síntese, os impactos e prejuízos das dores e lesões relacionados à ação da execução instrumental são: limitação do desempenho performático; dificuldade de retenção da informação; redução da capacidade perceptiva e da audição seletiva devido a energia direcionada ao obstáculo físico e emocional vivenciado pelo instrumentista, criando um ciclo vicioso não promissor, um estado de inatividade e desmotivação, resultando em insegurança e baixa autoestima.

Segundo Gonçalves (2018, p.27) “o mais importante não será cuidar da lesão, mas sim preveni-la”, ratificando que “na realidade estas lesões só acontecem se deixarmos de tomar em conta os sinais dados pelo nosso corpo/organismo”.

A riqueza e a complexidade das ações direcionadas para as práticas interpretativas exigem educação consistente, equilibrando o desempenho físico, emocional e cognitivo. “A natureza da atividade dos músicos exige, além da precisão de movimentos, a pressão temporal e o tratamento de informações, demandas física, afetiva e cognitiva (FRAGELLI *et al*, 2008, p.6).

Para prevenir um problema é importante ter consciência do que o causa e, no campo das práticas interpretativas, a propriocepção torna-se uma ferramenta fundamental para compreender e inibir os fatores que podem gerar lesões. É sob este prisma que construiremos o segundo tópico deste trabalho, estimulando a importância na construção de um indivíduo crítico e, portanto, ativo e reflexivo, sensibilizando sua percepção para obter o olhar artesanal sobre o estudo instrumental, configurando um importante aliado para a prevenção e hábitos saudáveis.

A importância do indivíduo crítico e do olhar artesanal no estudo instrumental como ferramenta de prevenção

Iniciamos esta etapa afirmando que o principal instrumento de trabalho para um instrumentista é o seu corpo em todos os seus estados de aprendizado: cognitivo, reflexivo,

perceptivo, motor, entre outros. Isto significa que você transfere para o seu instrumento musical aquilo que construiu no seu instrumento corporal. Esta transferência de aprendizagem concretiza o processo de ensino/aprendizado da execução instrumental e estabelece uma relação viva e dinâmica entre o intérprete e seu instrumento.

A área das práticas interpretativas é a mais jovem no cenário científico. Talvez porque ela representa a construção do fazer artístico fomentado, por muitos anos, na valorização do talento e não do indivíduo, assim como nos processos pedagógicos e metodológicos derivados das ações conservatoriais e generalizadas, termo que configura a influência das escolas europeias.

Bem, se somos únicos e possuímos identidades específicas como podemos aceitar conceitos e paradigmas que se tornaram leis e generalizaram os procedimentos, colocando todos dentro da mesma fôrma?

A citação a seguir nos convida para a continuidade desta problemática: “...não existe uma técnica de execução no piano e sim “n” técnicas, tantas quanto intérpretes e obras para esse instrumento existem” (KAPLAN, 1987, p.17). Algumas considerações:

- Vamos substituir a palavra “piano” por qualquer instrumento, pois estamos tratando o corpo do instrumentista como principal ferramenta de trabalho;
- Kaplan, ao sugerir que existe “n” técnicas, ratifica a diversidade ligada à anatomia e formação cognitiva do indivíduo, portanto, a construção do processo é específica, única e não generalizada;
- O estímulo de tais considerações reforça a importância sobre o protagonista da ação de execução instrumental: o indivíduo em todos os seus estágios de aprendizado.

A problemática sobre aprender a ler, refletir sobre o significado do corpo como instrumento real de trabalho na execução instrumental, ter uma ação ativa, crítica e reflexiva baseada nas considerações construídas em sala de aula e desenvolvidas no estudo individual, tem como objetivo concretizar um novo posicionamento, uma vez que entende-se como indivíduo “... pessoas psicologicamente maduras, dotadas de iniciativa própria, adaptáveis a novas situações, capazes de ser responsáveis por suas ações, de resolver problemas a partir de suas próprias experiências, de ser cooperativas, de formular objetivos próprios e de ser flexíveis (GLASER, 2011, p73).

É neste contexto que salientamos a importância na construção de uma importante ferramenta no processo de ensino/aprendizado das práticas interpretativas: a criticidade. Um indivíduo crítico tem papel preponderante no seu processo formativo, alterando o olhar e a abordagem ao desenvolver uma perspectiva de conhecimento ativa, dinâmica e questionadora.

Ao trazer como referências pianistas/pesquisadores como José Alberto Kaplan (1935-2009) e Scheilla Glaser (s/d) é para ratificar a trajetória de conquistas que a *performance* instrumental conquistou a partir da segunda metade do século XX, enfraquecendo a crença sobre o talento, o inatismo, propondo ações fundamentadas no exercício da percepção, exigindo do indivíduo uma participação dinâmica no processo da construção dos saberes subjetivos e objetivos que esta prática exige, afinal de contas “o homem não é um ser especializado, e, portanto, não há comportamento que seja capaz de adquirir, devidamente orientado” (KAPLAN, 1987, p.12).

Através de seus trabalhos “Teoria da Aprendizagem Pianística – uma abordagem psicológica” e “O Ensino do Piano Erudito: um olhar Rogeriano”, Kaplan e Glaser apresentam importantes expressões que merecem atenção: “abordagem psicológica” e “olhar”. Tais expressões pontuam reais mudanças no cenário das propostas pedagógicas do ensino instrumental, mais humanistas e menos tecnicistas, alterando o foco sobre o indivíduo em detrimento de um conjunto de exercícios específicos como fórmulas desprovidas de funcionalidade. Não estamos desqualificando os achados e a literatura de métodos e procedimentos técnicos da execução instrumental, o arsenal é rico e precioso. A problemática reside na falta de compreensão do “como”, “quando” e “o que fazer”, assim como seus resultados através da leitura corporal e resultados musicais.

Entretanto, mutação e alterações de paradigmas são, com certeza, grandes obstáculos da natureza humana uma vez que, na maioria das vezes, o indivíduo é mero cumpridor de deveres, o “como” e o “quando” desempenhar-se é definido, geralmente, conforme conveniências.

Neste cenário, impossível não enfatizar a importância dos debates e do processo revolucionário inserido pelo pianista e pesquisador José Alberto Kaplan. O autor elenca importantes fatores que favorecem a prática instrumental crítica/reflexiva através do conhecimento sobre a relação do sistema nervoso central e a psicomotricidade; o estudo e a aquisição do movimento voluntário; o importante desenvolvimento da educação auditiva; a aplicabilidade da atividade cognitiva, substituindo a ação quantitativa pela qualitativa; a

prática da memorização realizada através das relações analíticas, evitando o insistente processo de repetição desassistida, promovendo a autonomia e a criticidade no processo de ensino e aprendizado da execução instrumental. Seu olhar difere dos diversos métodos de estudo sobre a execução instrumental fundamentados em propostas que quantificam e generalizam as ações, subtraindo de forma alarmante o comportamento crítico dos instrumentistas e, muitas vezes, dos próprios professores. Ainda salienta que na ação pedagógica “saber como se processa a aprendizagem no ser humano é de capital importância, de vez que só a partir desse entendimento poderá decidir qual a maneira mais adequada, dependendo das circunstâncias de orientá-la” (KAPLAN, 1987, p.3). Importante frisar o seu olhar: “a aprendizagem no ser humano”.

Já, Glaser enfatiza que as ações pedagógicas que permitem o desenvolvimento da criticidade ocorrem através da abertura entre docente e discente em um contínuo diálogo construído através da harmonia e postura reflexiva, facilitando a condução psicológica para novas descobertas e experiências; para a renovação de conceitos; para a aceitação das suas próprias peculiaridades e, principalmente, do outro, cada qual com suas diferenças, portanto de caráter individual, fruto do trabalho coletivo: “a vivência de experiências sentidas como não ameaçadoras amplia o repertório interno do indivíduo e gera mudanças capazes de aumentar seu campo perceptivo” (GLASER, 2011, p.71).

A criticidade altera o comportamento e instiga a construção de um corpo saudável em constante conexão com o que é experimentado e apreendido. O olhar artesanal do estudo instrumental parte deste comportamento e configura uma importante ferramenta para a prevenção de dores, lesões e desenvolvimento perceptivo qualitativo.

A proposição tem como foco o autoconhecimento do instrumentista que se modifica de acordo com os pontos positivos e negativos de suas experiências, revendo sua autoimagem e suas múltiplas relações com o eu, com o outro e com o mundo.

Contudo no campo das práticas interpretativas, além do histórico em relação às conquistas de investigação científica ser recente, o prejuízo de indivíduos despreparados para o campo de atuação perceptiva e crítica é uma realidade inquestionável, perturbadora e que exige reflexão, evitando a obtenção de fórmulas de estudos ineficientes, desprovidas de raciocínio para uma prática que, mesmo sendo coletiva, parte dos saberes individual. Ninguém executa um instrumento por você!

Aí reside um dos principais problemas quanto à falta de criticidade na área das práticas interpretativas: a resistência dos indivíduos em promover o desenvolvimento da ação perceptiva e a insistência na valorização do estudo quantitativo de repetição mecânica, deseducando os saberes dos fenômenos musicais e motores provenientes da desatenção ao corpo, seu principal instrumento de trabalho.

Muitas vezes a fala acontece, o trabalho pedagógico é realizado, as leituras são ofertadas, porém a inconsistência persiste. O estudante, embotado pelo próprio percurso da ação mecanicista não consegue desenvolver, com criticidade, o trabalho semanal. Volta como se nunca estivesse presente e, ao invés de construir o ano, passa de ano com a mesma falta de percepção que iniciou seus estudos. Não é por falta de possibilidade e inteligência, mas pela mais absoluta ausência de sua presença.

Concluimos que possuir capacidades não significa estar apto para aplicá-las. Neste contexto é que entramos no terreno das particularidades do olhar crítico, questionador e libertador, evitando resultados baseados em fórmulas generalizadas e desconectados de sua experiência, desrespeitando a diversidade de respostas em função da natureza de cada indivíduo.

Como a prática de execução instrumental exige o processo de repetição, já salientado, não podemos deixar de refletir que toda esta ação cria uma memória muscular e cognitiva. Se utilizada de forma automática e mecânica, amplia a desconstrução e promove a deseducação instrumental, fomentando o prejuízo corporal que responde com desconforto, dores e lesões. Também ocorre o prejuízo musical, uma vez que não há sonoridade adequada com um corpo inadequado, conseqüentemente, o prejuízo emocional ao perceber que mesmo estudando, o indivíduo não conquista reais avanços qualitativos.

Tudo isto interfere de forma negativa no processo educacional ao impedir o desenvolvimento do indivíduo através do conhecimento adquirido na busca constante de ser mais, ou seja, na busca permanente de si mesmo através do olhar artesanal sobre o seu corpo, sobre a sua percepção, sobre as suas sensações e sobre os seus interesses, com o apoio de um profissional que estimule ações e observações através de uma experiência real, não inibidora.

O processo de ensino-aprendizagem proposto por Rogers entende a aprendizagem como uma fonte de crescimento pessoal que deve contribuir para que o indivíduo adquira cada vez mais consciência de si próprio, e o professor como facilitador da aprendizagem, que coloca como foco principal o aluno e não o conteúdo (GLASER, 2011, p.64).

As investigações na área das práticas interpretativas ainda residem no campo da análise interpretativa, dos métodos de técnica instrumental, das metodologias de ensino e aprendizado, das relações estéticas com os períodos históricos e constatamos que, embora todas as reflexões sejam importantes, há uma lacuna quanto ao olhar sobre o indivíduo e a criticidade como ferramenta essencial para que todos estes recursos possam construir alterações no estudo, na qualidade de execução, no processo de ensino/aprendizado, na formação do indivíduo e, conseqüentemente, na saúde de seu principal instrumento de trabalho: seu corpo.

Neste sentido, tecemos algumas analogias entre educação crítica e padronização do comportamento, colocando o indivíduo como protagonista de sua trajetória de conquistas ou de perdas, uma vez que a atitude de cada um reside no movimento democrático das escolhas que fará, assim como qual é o preço que está apto para alterar o seu comportamento. Observem o Quadro 1:

Quadro 1 – Analogia entre educação crítica e padronização de comportamento

	Educação Crítica	Padronização de Comportamento
Comportamento	REFLEXIVO	SISTEMÁTICO
Fundamento	ARTESANAL	REPRODUÇÃO
Interesse	PERCURSO	TRABALHO FINAL
Integração	ASSOCIAÇÃO	DESINTEGRAÇÃO
Conteúdo	COMUNICAÇÃO	ALIENAÇÃO
Ênfase	UNICIDADE (INDIVIDUAL)	PADRÃO (GENERALIZADO)
Indivíduo	VALORIZADO	SUBTRAÍDO
Resultado	LIBERDADE	DEPENDÊNCIA

Fonte: Elaborado pelos autores (2023)

Através da analogia, apresentada no Quadro 1, a compreensão do constructo acerca da diversidade de acontecimentos ratifica um diferencial comportamental na esfera das práticas interpretativas através do comportamento reflexivo, fortalecendo e confirmando a ação artesanal do estudo instrumental.

O olhar do artesão valoriza o processo, o percurso, tudo aquilo que ocorreu durante a construção do arsenal de conhecimentos sobre a área em questão, permitindo a associação de achados, contribuindo no processo de comunicação através do viés particular, valorizando o indivíduo e, conseqüentemente, sua liberdade. A liberdade aqui representa a conquista do

conhecimento e a capacidade de transferência dos recursos para vencer novos obstáculos, ofertando autonomia e independência. Tal conquista é retroalimentada pela curiosidade, ampliando a criatividade fundamentada pela luz da crítica de quem faz.

Dentro das possibilidades de ferramentas que poderiam dialogar para a construção de uma educação crítica e reflexiva do estudo instrumental, ratificando a posição de Kaplan e Glaser, são: a organização do estudo como “projeto”, permitindo a construção de ações em longo prazo, evitando o imediatismo do mundo contemporâneo; a aplicabilidade da leitura antecipada, organizando, conscientemente, a estrutura da articulação dos dedos e construindo a dissociação muscular; o estudo de repetição baseado no exercício da mutação, valorizando a qualidade em detrimento da quantidade e promovendo um ajuste corporal que partirá da leitura sensorial; a construção do movimento voluntário através da deliberação das necessidades de locomoção em função das demandas técnico-interpretativas; o desenvolvimento da audição diferenciada que permitirá organizar e reorganizar o movimento corporal para a sua realização cabal; a análise da obra sob o ponto de vista do intérprete (forma, frase, harmonia, ritmo e dinâmica), colocando o instrumentista no protagonismo através de decisões baseadas na análise, equilibrando os aspectos objetivos e subjetivos desta área de conhecimento.

Considerações finais

Através desta pesquisa, ratificamos a relevância deste assunto para as práticas interpretativas, ressaltando que o índice de dores e lesões é crescente no meio musical e o tabu é, infelizmente, uma realidade.

Com base na revisão de literatura, constatamos a importância de mais intervenções que promovam reflexão acerca desta problemática, principalmente porque estamos inseridos no movimento do mundo contemporâneo onde a quantidade de informações, o alto nível de exigência e urgência para apresentação de resultados, nos coloca em um cenário de extremo desafio sobre nossas capacidades críticas, reflexivas e autênticas.

Seria injusto e incongruente não reconhecer as mais diversas formas de metodologias que a área das práticas interpretativas conquistou ao longo do tempo. As indagações, nem de perto, deixam de reconhecer esta importância, mesmo porque este é o resultado esperado e almejado pela referida área de conhecimento. Entretanto, há inúmeras reflexões a cerca de

“como” este arsenal é utilizado no sentido de contribuir para uma educação que promova realmente o desenvolvimento humano e não a sua regressão ou estagnação.

Entre as conquistas reais na pedagogia de execução instrumental, podemos destacar: Eutonia; Técnica de Alexander; Autorregulação; Prática Deliberada, entre outros importantes achados. Entretanto, ainda nos deparamos nas diversas instituições de ensino musical como conservatórios, escolas livres de música e universidades com inúmeros estudantes que não conseguem desenvolver as pedagogias e metodologias ofertadas por falta de condução ativa para o desenvolvimento de suas responsabilidades individuais, emprego do raciocínio lógico e da ação de perceber e aplicar os processos dinâmicos através da prática diária, construindo a jornada do conhecimento e da autonomia através da uma participação ativa e, portanto, crítica.

É neste sentido e como instrumento de prevenção que a proposição direciona a reflexão sobre o indivíduo, protagonista de sua trajetória, através da atuação crítica e reflexiva, direcionando o olhar para suas sensações e percepções internas, aquela que fomenta importantes transformações porque parte de dentro para fora, do corpo para o instrumento.

Os desafios do mundo contemporâneo são reais, sendo fundamental mencionar que em tal sociedade, calcada pelo imediatismo, em um cenário de urgência pela entrega de resultados relacionados ao mercado de trabalho desumanizantes, muitas vezes, a necessidade de superação excede os limites do indivíduo, provocando distúrbios fisiológicos, psicológicos e sociais que refletem de forma expressiva em sua atuação no cenário musical. A realidade aponta para a diversidade de estudantes e profissionais que se frustram ao atender tais demandas, trazendo prejuízos relacionados à construção de hábitos saudáveis na prática instrumental.

Sob tais circunstâncias, a desmotivação é uma realidade. A soma desta situação desmotivadora e o alto grau de exigência das práticas interpretativas em faixas etárias cada vez mais jovens, provocam a desconstrução do senso perceptivo, criando um ciclo vicioso com um desfecho, geralmente, frustrante. Neste aspecto, em busca por superação, o corpo sofre, ocasionando dores, e posteriormente, lesões, afetando o indivíduo como um todo.

Ao considerar tais impactos, reforçamos a necessidade de reavaliar a prática instrumental e pedagógica com o objetivo de alinhar a expectativa social com os anseios e as reais possibilidades do músico instrumentista. Neste sentido, Kaplan e Glaser são referenciais consistentes para o desenvolvimento das habilidades baseada no espírito crítico e reflexivo de quem aprende, tornando o processo menos tecnicista e mais humanista. A “abordagem

psicológica” refletida por Kaplan e o “olhar” presente na investigação de Glaser potencializam a inclusão na ação da pedagogia do estudo instrumental, enfatizando o desenvolvimento do indivíduo com foco na mutação.

Ocorre que para obter resultados que validem o caminho ofertado pelos professores/pesquisadores e promovam mudança no processo de estudo, configuramos a criticidade como importante ferramenta das propostas metodológicas e pedagógicas em conjunto com o processo formativo, utilizando conhecimento teórico, prático, crítico e reflexivo para aprimorar o diálogo entre os moldes tradicionais e as necessidades do mundo contemporâneo em um contínuo processo de releitura e mutação.

Referências

CAVALCANTE, Michelly Siqueira; PANJWANI, Camila Maria Beder Ribeiro Girish; JÚNIOR, Marcos André Rodrigues da Silva; ARAUJO, Hilda Maria Pereira; ABREU, Silvio Romero de Oliveira. Distúrbios osteomusculares em músicos: revisão de literatura. *Diversitas Journal*, Universidade Estadual de Alagoas, v. 5, n. 4, p. 2839-2848, 2020.

DESANTANA, Josimari Melo; PERISSIONOTTI, Dirce Maria Navas; JUNIOR, José Oswaldo de Oliveira; CORREIRA, Luci Mar França; DE OLIVEIRA, Célia Maria; DA FONSECA, Paulo Renato Barreiros. Definição de dor revisada após quatro décadas. *Brazilian Journal of Pain*, Sociedade Brasileira sobre o Estudo da Dor, v.3, n.4, p. 197-198, 2020.

FILIPPO, Denise; PIMENTEL, Mariano; Wainer, Jacques. Metodologia de pesquisa científica em sistemas colaborativos. In: PIMENTAL, Mariano; FUKS, Hugo. *Sistemas Colaborativos*. 1ª Edição. Amsterdã (Holanda): Ed. Elsevier, 2011, Capítulo 23, p. 379-404, 2011.

FRAGELLI, Thaís Branquinho Oliveira, CARVALHO, Gustavo Azevedo, PINHO, Diana Lúcia Moura. Lesões em músicos: quando a dor supera a arte. *Revista Neurociências*, UNIFESP, v. 6, n. 4, p. 303-309, 2008.

FREIRE, Paulo. *Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 2011. 143 p.

GLASER, Scheilla. *O Ensino do Piano Erudito: um olhar Rogeriano*. São Paulo: Biblioteca 24 horas, 2011. 158 p.

GONÇALVES, Alexandre. A consciência corporal na prevenção de lesões em instrumentistas. In: Congresso da ANPPOM, XXIII, 2013, Natal (RN). *Anais do XXIII Congresso da ANPPOM*. 2013. p. 1-12.

GONÇALVES, João Francisco de Magalhães e Silva. *Os princípios da Técnica Alexander no ensino instrumental de Contrabaixo*. Braga (Portugal), 2018. 142 f. Dissertação de Mestrado. Universidade do Minho, Braga, 2018.

KAPLAN, José Alberto. *Teoria da Aprendizagem Pianística: uma abordagem psicológica*. 2ª Edição. Porto Alegre: Editora Movimento, 1987. 112 p.