Revisão sistemática dos estudos recentes sobre práticas musicais e consumo de medicamentos e outras drogas

Gleidson Jordan dos Santos (Orientador)[1]

Washington Anjos dos Santos[2]

Peterson Rodrigues Camargos da Silva[3]

Ellian Izabely de Jesus Loureiro[4]

Categoria: Iniciação Científica

Resumo: O estudo analisou a relação entre músicos, práticas musicais e o uso de drogas e medicamentos. Por meio de uma revisão sistemática de pesquisas recentes, o objetivo foi entender quais substâncias são mais consumidas, os motivos por trás desse consumo e como a música pode influenciar tanto positiva quanto negativamente a saúde dos músicos. A pesquisa revelou um alto consumo de diversas substâncias, desde medicamentos prescritos até drogas ilícitas, por diferentes motivos, incluindo tratamento de doenças, uso recreativo e até fins religiosos. A música, por sua vez, pode tanto contribuir para problemas de saúde mental e física, devido à pressão por excelência, quanto auxiliar no tratamento de diversas condições. É fundamental promover a saúde mental e física dos músicos, oferecendo suporte psicológico e acesso a tratamentos adequados. Além disso, a música em si pode ser uma ferramenta poderosa para o bem-estar, mas é preciso equilibrar a prática musical com hábitos de vida saudáveis.

Palavras-chave: Estudantes de música. Saúde do músico. Medicalização. Revisão Sistemática.

Systematic review of recent studies on musical practices and the consumption of medication and other drugs

Abstract: The study analyzed the relationship between musicians, music practices, and the use of drugs and medications. Through a systematic review of recent research, the aim was to understand which substances are most commonly consumed, the reasons behind this consumption, and how music can influence both positively and negatively the health of musicians. The research revealed a high consumption of

[1] Doutor em Psicologia, Professor Adjunto da Faculdade de Música do Espírito Santo - FAMES, Departamento de Música, Educação e Humanas, gleidson.santos@fames.es.gov.br.

[2] Graduando em Licenciatura em Música, Faculdade de Música do Espírito Santo - FAMES, Centro de Ensino Superior de Música, washingtonanjosdossantos2022@gmail.com.

[3] Graduando em Bacharelado em Música, Faculdade de Música do Espírito Santo - FAMES, Centro de Ensino Superior de Música, peterson.peterson@hotmail.com.

[4] Farmacêutica. Graduanda em Licenciatura em Música,Faculdade de Música do Espírito Santo - FAMES, Centro de Ensino Superior de Música, elliandjl@gmail.com.

Iniciação Científica financiada pela Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Espírito Santo - FAPES.

various substances, ranging from prescription drugs to illicit drugs, for different reasons, including disease treatment, recreational use, and even religious purposes. Music, in turn, can both contribute to mental and physical health problems, due to the pressure for excellence, and help in the treatment of various conditions. It is essential to promote the mental and physical health of musicians, offering psychological support and access to appropriate treatments. In addition, music itself can be a powerful tool for well-being, but it is necessary to balance music practice with healthy lifestyle habits.

Keywords: Music students. Musician's health. Medicalization. Systematic Review.

Introdução

Músicos, como qualquer outra pessoa, podem enfrentar uma variedade de condições de saúde que podem levar ao consumo de medicamentos. É possível citar, dentre elas, lesões devido ao esforço físico contínuo e repetitivo da prática diária do instrumento; ansiedade, estresse e distúrbios do sono, ocasionados principalmente pelas pressões psicológicas, horários irregulares e exigentes; além de outras possibilidades como a perda auditiva e zumbido nos ouvidos, devido à exposição constante a altos níveis sonoros. Todavia, esse uso indiscriminado de medicamentos e outras drogas, para amenizar dores ou sintomas psicológicos, pode ter efeitos adversos à saúde e prejudicar o desempenho musical.

Os distúrbios neurológicos mais comuns entre os músicos, conforme as fisioterapeutas Moura, Fontes e Fukujima (2000), são as desordens musculoesqueléticas, neuropatias compressivas e disfunção motora. Segundo as autoras, essas condições patológicas podem ser tratadas com técnicas fisioterapêuticas, preventivas e terapêuticas, o que pode reduzir a necessidade do consumo demasiado de medicamentos. Essas doenças funcionais se tornam comuns entre músicos instrumentistas, devido à compressão direta do instrumento sobre os nervos, por exemplo.

Guimarães (2023) destaca que casos de transtornos como o de ansiedade, tiveram um aumento relevante durante e após a pandemia de Covid-19. A autora enfatiza que as dificuldades específicas enfrentadas pelo músico incluem o retorno aos palcos, que tem se tornado mais desafiador, uma vez que além do distanciamento, as pessoas parecem estar emocionalmente mais fragilizadas.

Autores como Barata (2002) e Correa (2020) afirmam que a complexidade das peças musicais estudadas e executadas repetidamente podem ampliar e agravar sintomas e eventual adoecimento do músico. Correa (2020) cita a complexidade e velocidade nas

obras de Wagner e Strauss, por exemplo. Já Barata (2002) afirma que para se chegar ao preciosismo da execução de um chorinho, como o Brasileirinho, é necessário muitas horas de estudo e exige o desenvolvimento da agilidade dos dedos, por exemplo.

Para aprofundar e compreender melhor essas questões, foi proposto este estudo cujo objetivo é realizar uma revisão sistemática dos estudos publicados nos últimos cinco anos que relacionam práticas musicais, alunos de música e o uso de medicamentos e outras drogas, por meio do método PRISMA (Page; Moher; 2020). A partir dessa revisão, buscou-se averiguar o avanço desses estudos, conhecer quais substâncias têm sido mais consumidas, os principais motivos que levam a esse consumo, além de discutir alternativas que utilizem estratégias menos intrusivas ao organismo e ações que visam a promoção de saúde, qualidade de vida e bem-estar dos estudantes de música.

1 Metodologia

Tendo em vista a amplitude de informações e com o intuito de organizá-las com rigor científico, optou-se por realizar uma revisão sistemática com um protocolo rigoroso e consolidado. Optou-se pela utilização do método PRISMA na versão revista e atualizada e revista por Page e Moher (2020), que apresenta um checklist com os principais itens para relatar revisões sistemáticas e metanálise. Por questões de tempo de execução, por se tratar de uma proposta de iniciação científica, não foi realizada uma metanálise com software estatístico, por exigir um aprofundamento e domínio maior dessas ferramentas. Sendo assim, a análise dos textos foi realizada qualitativamente a partir de categorias definidas após a síntese dos estudos elencados.

Para a busca, foi utilizada a ferramenta Google Escolar, que engloba uma alta variedade de periódicos, indexadores, dentre outras bibliotecas virtuais. Definiram-se como termos a serem pesquisados: 'Ensino de Música *and* Drogas *or* Medicamentos' e 'Prática Musical *and* Drogas *or* Medicamentos'. Na própria ferramenta, foi definido o período de busca correspondente aos anos de 2019 a 2024. Após aplicados os critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 29 estudos para compor a revisão, incluindo artigos, dissertações e teses. Trabalhos de Conclusão de Curso de Graduação, livros e anais de congressos foram excluídos.

2 Resultados

Nem todos os estudos apresentaram substâncias específicas, dentre as citadas estão: bloqueadores beta-adrenérgicos e ansiolíticos não-benzodiazepínicos, álcool, ritalina, risperidona, canabinoides, antidepressivos, inibidores de pressão arterial, crack, midazolam, vinho, dimetiltriptamina, kykeon, plantas enteógenas, amanita muscaria, chá da ayahuasca, chacrona, cogumelos, LSD, cannabis, cocaína, anfetamina, MDMA, heroína, morfina, LSD, paracetamol, metamizol, analgésicos opioides incluindo a codeína, neurolépticos, benzodiazepínicos, anticonvulsivante e tabaco.

Dos 29 estudos selecionados, 16 compreendem como contexto de uso das substâncias o uso terapêutico, 6 não especificam, 3 abordam o uso recreativo, 1 a finalidade religiosa, 1 trata as drogas num contexto social, associada ao vício sem especificar os motivos do uso e 1 engloba os vícios e entretenimento. Quanto ao efeito da música, seja o estudo ou a performance musical, as abordagens apontam para os riscos à saúde mental e física ligados às pressões para o desenvolvimento da técnica e performance, mas também os seus benefícios para a saúde e a própria diminuição do consumo de determinadas substâncias, melhoras nos quadros de ansiedade e depressão, além do fortalecimento do processo de socialização, autonomia, cidadania, vínculos afetivos e relações interpessoais e grupais.

Dentre os efeitos adversos dos usos das substâncias apontadas nos estudos, incluem desde a dependência química e psíquica, como surgimento ou agravamento de doenças cardíacas, respiratórias, piora nos quadros de depressão, ansiedade e outros transtornos, além de consequências físicas que envolvem danos a audição e má formação do feto em casos de gravidez. Todavia, quando controlados e administrados corretamente sob orientação profissional, muitas dessas substâncias contribuem para a diminuição dos quadros de dor, ansiedade, transtornos específicos e melhora da performance em casos que exigem intervenção neuroquímica. Um dos estudos aponta o problema da marginalização, discriminação e violência gerada pelo tráfico de algumas dessas substâncias e outro apresenta, como consequência do seu uso indiscriminado, o insucesso acadêmico.

Dentre outros apontamentos dos estudos, é possível destacar que boa parte dos medicamentos utilizados pelos músicos não possui prescrição médica. Há muitos apontamentos sobre a importância do conhecimento do músico sobre os aspectos de

saúde, bem como suporte social e psicológico para manutenção da saúde física e mental. São apontadas também a importância do sono regular e de hábitos saudáveis como alimentação e atividade física, além da busca por estratégias com menos efeitos colaterais nos tratamentos e a criação de espaços mais acolhedores, principalmente nos espaços educacionais. É apontada uma relevância significativa das práticas musicoterapêuticas na melhora da saúde em geral e na diminuição da necessidade de medicação.

3 Considerações Finais

Esse resumo expandido não teve a intenção de esgotar as análises dos estudos selecionados, mas dar um panorama sobre os resultados parciais da iniciação científica aqui apresentada. Todavia, as informações levantadas apontam para a relevância de discutir a saúde do músico, os riscos que a prática musical intensa, desassistida e sob pressão, bem como a automedicação e abuso de substâncias acarretam, além de ressaltar o potencial benéfico das práticas associadas a música sob a saúde e qualidade de vida das pessoas.

Referências

BARATA, Germana. **Doenças ocupacionais afetam saúde dos músicos**. Cienc. Cult., São Paulo, v. 54, n. 1, p. 13, June 2002. Disponível em: http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0009-67252002000100009&lng=en&nrm=iso. Accesso em 02 ago. 2023.

CORREA, Melissa Alves. **A influência da saúde física e mental de músicos instrumentistas na execução de suas atividades profissionais:** uma análise da literatura. Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança. 2020. Disponível em: https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/248870. Acesso em: 2 ago. 2023.

GUIMARÃES, Karla Regina Araújo. **O aumento da ansiedade em músicos durante e pós-pandemia do Coronavírus:** os desafios enfrentados durante a performance musical. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Música). Universidade do Estado do Amazonas, Manaus, 2023. Disponível em: http://177.66.14.82/handle/riuea/4725. Acesso em: 2 ago. 2023.

PAGE, Matthew J.; MOHER, David. **A declaração PRISMA 2020:** diretriz atualizada para relatar revisões sistemáticas. Revista Panamericana de Salud Pública, v. 46, p. e112, 2023. DOI: 10.26633/RPSP.2022.112. Disponível em: https://www.scielosp.org/article/rpsp/2022.v46/e112/pt/. Acesso em: 2 ago. 2023.

MOURA, Rita de Cássia dos Reis; FONTES, Sissy Veloso; FUKUJIMA, Marcia Maiumi.

Doenças Ocupacionais em Músicos: uma Abordagem Fisioterapêutica. Revista Neurociências, [S. l.], v. 8, n. 3, p. 103–107, 2000. DOI: 10.34024/rnc.2000.v8.8938. Disponível em: https://periodicos.unifesp.br/index.php/neurociencias/article/view/8938. Acesso em: 2 ago. 2023.