

# EM BUSCA DE UMA BIBLIOGRAFIA ESPECIALIZADA PARA A PREVENÇÃO DE PROBLEMAS FÍSICOS E MOTORES EM ESTUDANTES DE REGÊNCIA E MAESTROS EM ATIVIDADE

Autor: Jorge Augusto Mendes Geraldo

Orientador: Prof. Dr. Eduardo Augusto Ostergren

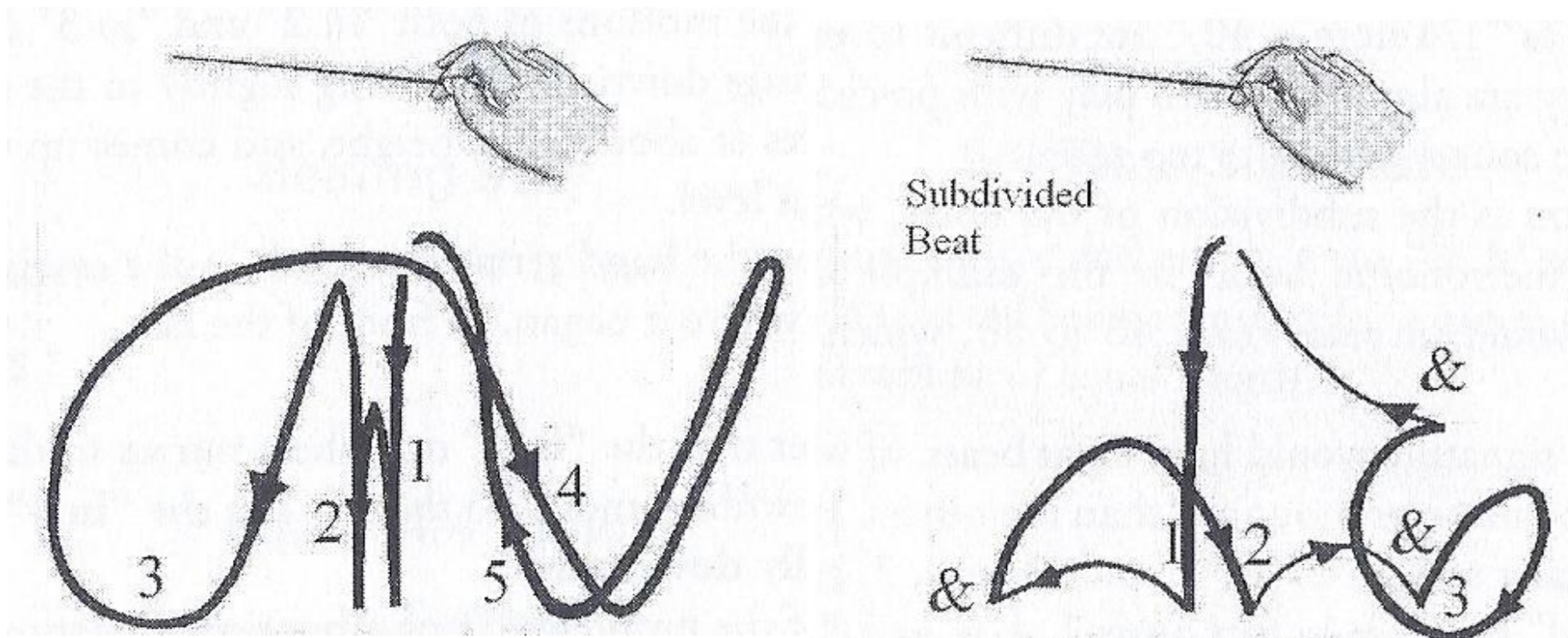
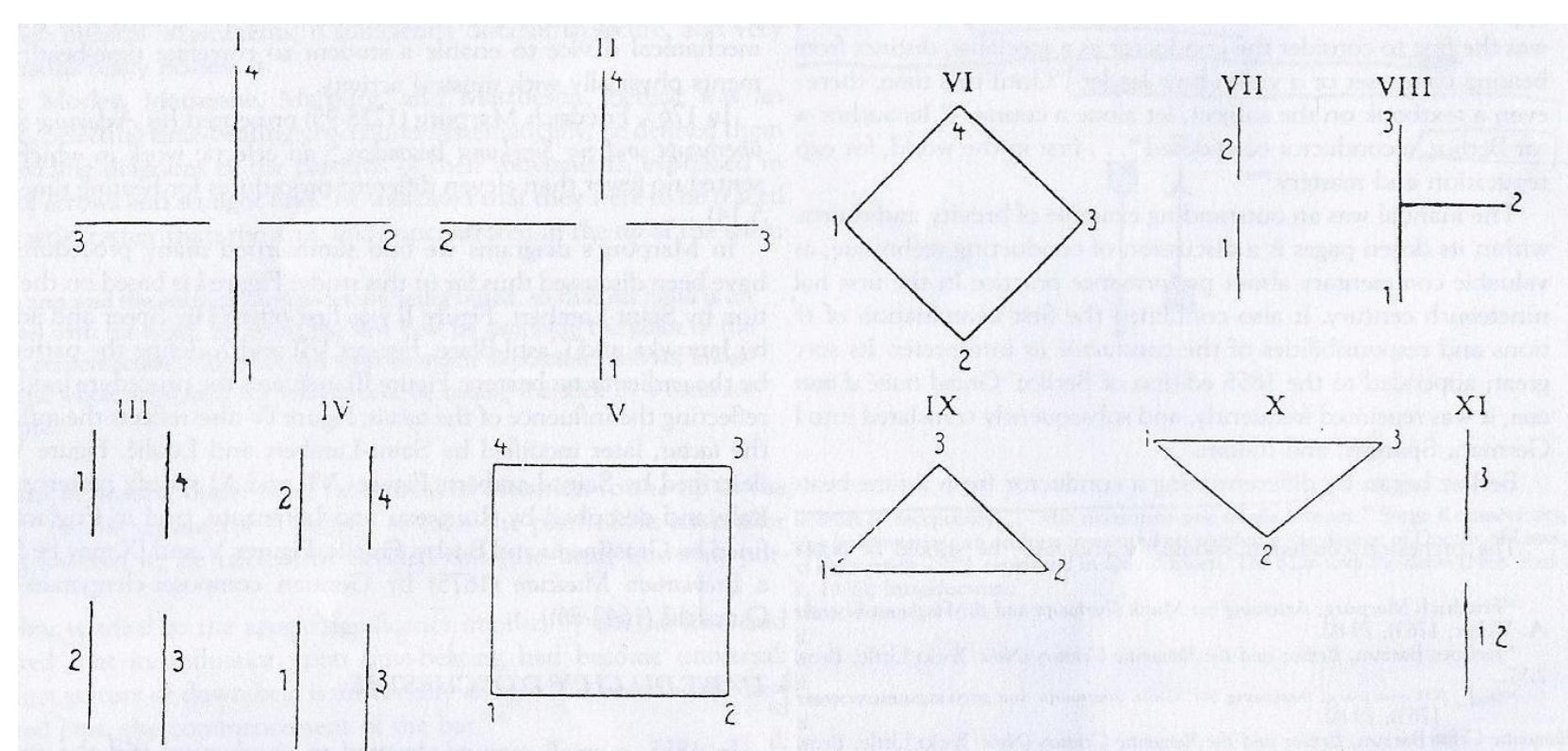
Departamento de Música – Instituto de Artes – Unicamp

Agência Financiadora: CNPq

Palavras-chave: regência - preparação física - bibliografia

## INTRODUÇÃO

O trabalho tratou da consulta de material bibliográfico que aborda a temática da regência procurando informações que auxiliassem os indivíduos atuantes na área a prevenir problemas físicos que podem ser desenvolvidos com a atividade profissional. O primeiro semestre compreendeu a catalogação da bibliografia disponível que a pesquisa teria acesso, para que posteriormente fosse realizada a análise proposta inicialmente. Também foi realizado no segundo semestre do trabalho uma pesquisa sobre o desenvolvimento de afecções ósteo-musculares devido à atividade física de qualquer gênero para elucidar como esses problemas podem ocorrer no trabalho do regente, e através de artigos científicos ficou clara a necessidade de um trabalho minucioso com maestros para que possam ser desenvolvidos mecanismos de prevenção de problemas físicos que podem ser desenvolvidos na profissão, oferecendo o mesmo suporte que os *performers* em instrumentos musicais tem tido ao longo dos anos.



## METODOLOGIA

1. Busca de bibliografia especializada em regência nas bibliotecas de universidades públicas que possuem o curso de música e acervos particulares.

2. Análise:

- Procura de referências na bibliografia que abordem diretamente o tema do preparo físico do regente.
- Análise do conteúdo dos volumes encontrados.
- Organização e exposição dos resultados.

## RESULTADOS

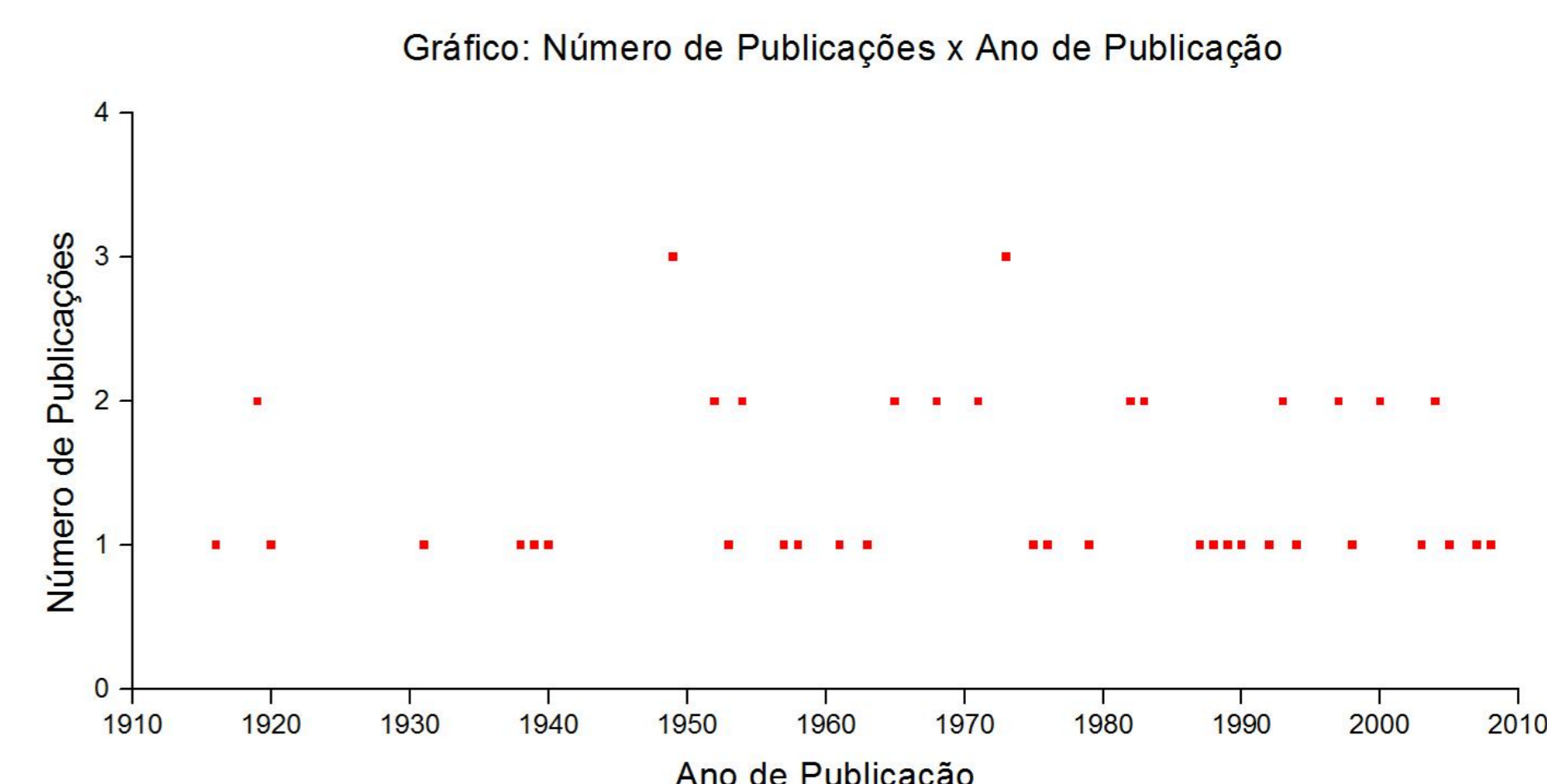
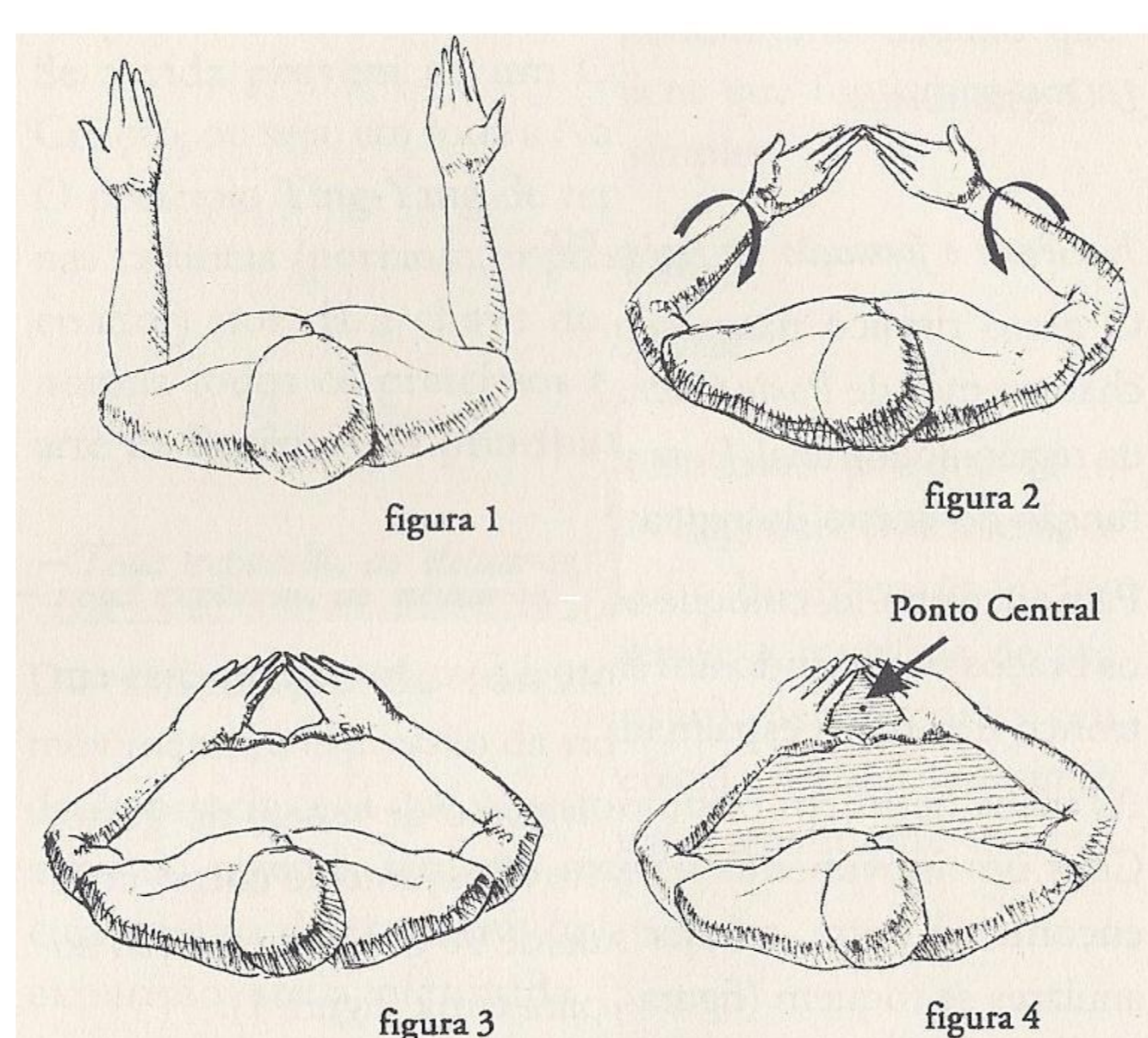
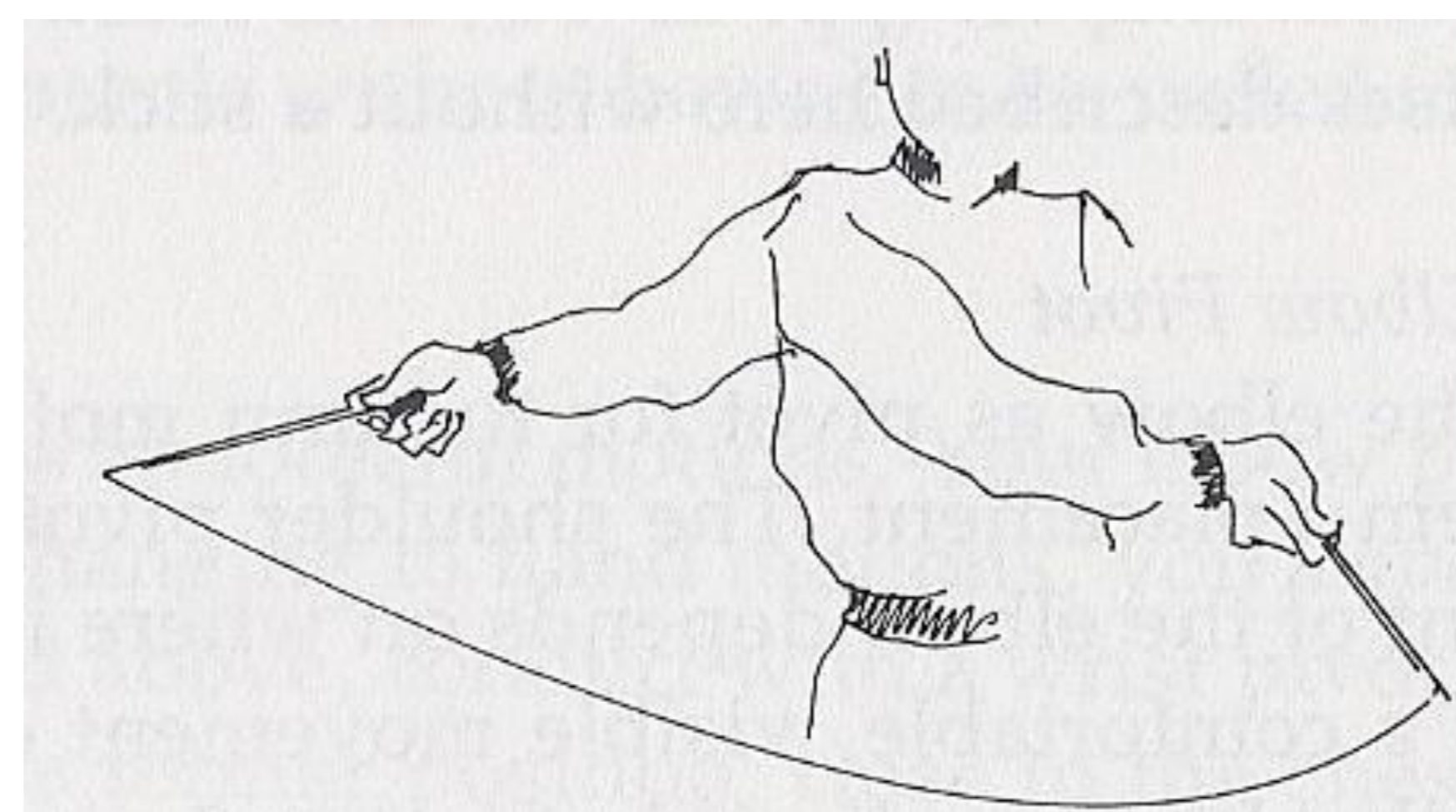
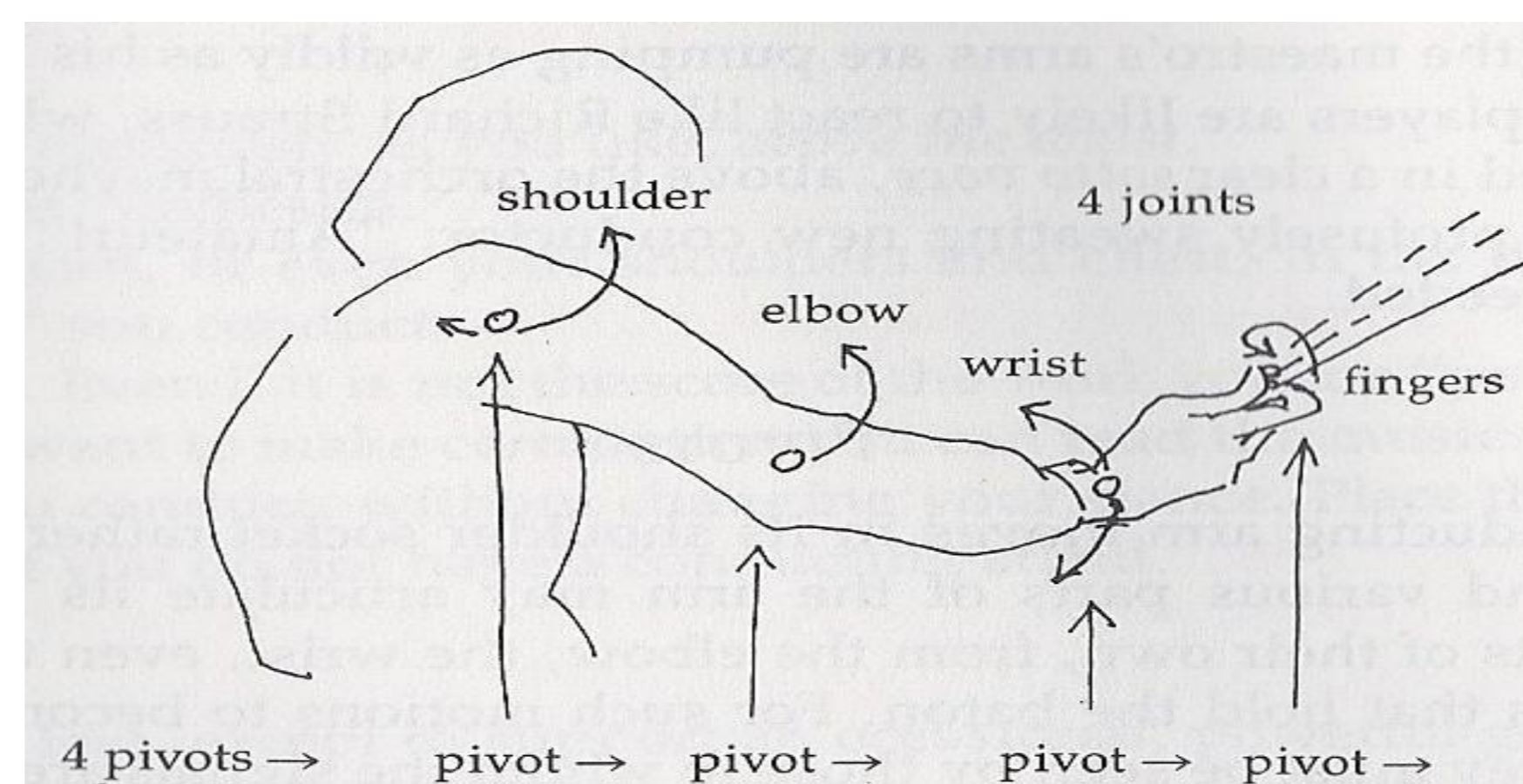
A Bibliografia foi dividida em:

- Livros que não abordam o tema da saúde física dos atuantes na área de regência.
- Livros que citam de maneira superficial o problema, porém sem um aprofundamento.
- Livros que mostram que o problema deve ser discutido e trabalhado para que haja uma melhor adaptação dos indivíduos ao trabalho que se dispõe.

Principais problemas citados na bibliografia:

- Fadiga Muscular
- Desenvolvimento de Memória Muscular
- Problemas nas articulações dos membros superiores

Dos livros da categoria (c) que abordam o tema, foram recolhidas idéias que podem ser utilizadas no desenvolvimento de uma bibliografia específica



## CONCLUSÃO

Com as informações obtidas através da bibliografia disponível, é visível que há dois grandes grupos de indivíduos que precisam ser melhor atendidos. O primeiro são os estudantes de regência que necessitam de um auxílio maior por meio de bibliografia ou de seus professores e instrutores para driblar os problemas encontrados em relação às dificuldades para a execução do gestual causadas pela má preparação física. O segundo grande grupo é formado pelos profissionais em atividade, que muitas vezes tem uma carga excessiva de trabalho e precisam prevenir-se de doenças ósteo-musculares causadas pela estafa do corpo frente às atividades que desenvolve.

A maior parte da bibliografia encontrada para o trabalho não aborda os temas referente à saúde do maestro com relação à problemas de ordem motora mostrando a necessidade da elaboração de trabalhos que possam ajudar esse tipo de profissional a sanar problemas que possam ser encontrados.

## BIBLIOGRAFIA

WATKINS, J. *The Art of the Conductor. The Definitive Guide to Music Conducting Skills, Terms, and Techniques*. iUniverse, Lincoln, 2007.

RAY, S. MARQUES, X. A. O alongamento muscular no cotidiano do *performer* musical: estudos, conceitos e aplicações. *Anais da ANPPOM*, 2005.

FRY, H. PETERS, G. Occupation-Related Physical Problems of Conductors: A Study of 68 Conductors. *Journal of the Conductors' Guild*, Vol. 8, No 2,3, p. 93-95, Spring-Summer 1987.

SIMONS, H. Health and the Choral Conductor. *Medical Problems of Performing Artists*, No. 2, Vol. 1, p.56-67, June 1986.

YENG, L.T. TEIXEIRA, M.J. ROMANO, M.A. PICARELLI, H. SETTIMI, M.M. GREVE, J.M. Distúrbios ósteo-musculares relacionados ao trabalho. *Cummulative trauma disorders. Revista de Medicina de São Paulo*. 80(ed. esp. pt.2):422-42, 2001.

BADARO, A.F.V. SILVA, A.H. BECHE, D. Flexibilidade versus alongamento: esclarecendo as diferenças. *Saúde, Santa Maria*. Vol 33, No 1, p. 32-36, 2007.