

Qualidade de vida dos estudantes e profissionais de musicoterapia em tempos de pandemia da COVID-19 suas influências e adaptações

Mariana Oliveira da Cruz Soares
Universidade Federal de Minas Gerais
marioliveira719@gmail.com

Cybelle Maria Veiga Loureiro
Universidade Federal de Minas Gerais
cybelle@musica.ufmg.br

Verônica Magalhães Rosário
Universidade Federal de Minas Gerais
veronica@musica.ufmg.br

Resumo: Em março de 2020, a nova doença causada pelo Coronavírus, a COVID-19, foi classificada como pandêmica pela Organização Mundial da Saúde (OMS), a partir de então uma série de medidas começaram a ser tomadas em diversos países com a intenção de controlar a quantidade de casos da doença. Dentre as medidas tomadas, o isolamento social se destacou como uma delas. Esta pesquisa, fez a junção de dois estudos complementares, que têm como objetivo observar, refletir e questionar sobre como esse momento de pandemia, bem como as adaptações necessárias, têm influenciado a qualidade de vida dos estudantes e profissionais da musicoterapia. O estudo um é uma pesquisa bibliográfica integrativa, que foi feita em 3 portais de busca. O estudo dois é uma pesquisa de campo exploratória sobre a qualidade de vida dos estudantes e profissionais de musicoterapia, feita através da aplicação de entrevista e questionário de auto relato. Os resultados obtidos indicam que de fato a qualidade de vida dos estudantes de musicoterapia e profissionais musicoterapeutas tem sido afeta pela situação de pandemia, sendo que os principais prejuízos que afetaram a auto percepção da qualidade de vida foram: diminuição da energia e aumento da fadiga, sono e repouso e capacidade para o trabalho.

Palavras-chave: Qualidade de vida, Pandemia, COVID-19, Estudantes e profissionais de musicoterapia, Adaptações.

Quality of life of music therapy students and professionals in times of the COVID-19 pandemic, their influences and adaptations

Abstract: In March 2020, the new disease caused by the Coronavirus, COVID-19, was classified as a pandemic by the World Health Organization (WHO) the number of cases of the disease. Among the measures taken, social isolation stood out as one of them. This research combined two complementary studies, which aim to observe, reflect and question how this moment of pandemic, as well as the necessary adaptations, have influenced the quality of life of music therapy students and professionals. Study one is an integrative bibliographic research, which was carried out in 3 search portals. Study two is an exploratory field research on the quality of life of students and music therapy professionals, carried out through the application of an interview and a self-report questionnaire. The results obtained show that in fact, the quality of life of music therapy students and music therapist professionals has been affected by the pandemic situation, and the main damages affected the self-perception of quality of life were decreased energy and increased fatigue, sleep and rest and ability to work.

Keywords: Quality of life, Pandemic, COVID-19, Music therapy students and professionals, Adaptations.

Introdução

Em dezembro de 2019 um novo vírus, denominado Coronavírus, surgia na China. Esse vírus foi se alastrando mundo afora e em março de 2020 a Organização Mundial da Saúde (OMS) decretou a COVID-19, doença causada pelo novo vírus, como pandemia global (UNA-SUS, 2020). Uma doença é considerada pandêmica quando toma grandes proporções se espalhando por vários países em mais de dois continentes (HENRIQUE, 2020). Desde o início da crise sanitária no Brasil, datada pela OPAS/OMS de 11 de março de 2020, foram registradas 284.775 mortes por covid-19 e 11.693.838 casos. No dia 17 de março de 2021 foram registradas 90.303 novas contaminações e 2648 mortes em apenas 24 horas (BBC NEWS, 2021).

A população brasileira tem sofrido com a atual situação de pandemia, mesmo com a existência de vacinas que amenizam os sintomas, mas que ainda não são suficientes para toda a população devido a uma má administração governamental. Os brasileiros têm exibido elevados níveis de estresse, depressão, sofrimento mental e espiritual (DÍAZ-NARVÁEZ et al., 2020 apud LIMA et al., 2020, p. 52-53). Como diz Vitor Riniz da Uninter Notícias (2020), “As condições do meio ambiente e do sistema de saúde tem grande impacto sobre nossa qualidade de vida” e com a pandemia, o crescente número de casos e óbitos e o isolamento social, diversos aspectos da vida da população brasileira foram afetados.

O termo qualidade de vida abrange o estado físico, a saúde mental, o nível de independência, as relações sociais, o espiritual e até mesmo a relação com o meio ambiente e com o meio em que se vive (COUTO, 2019). A situação da pandemia tem afetado a vida de todos os brasileiros, e em relação a nós estudantes e profissionais musicoterapeutas, não tem sido diferente. A musicoterapia é definida pela World Federation of Music Therapy (2011) como:

A utilização profissional da música e seus elementos (melodia, harmonia e ritmo), para a intervenção em ambientes médicos, educacionais e cotidiano com indivíduos, grupos, famílias ou comunidades que procuram otimizar a sua qualidade de vida e melhorar suas condições físicas, sociais, comunicativas, emocionais, intelectuais, espirituais e de saúde e bem estar”. De acordo com Passarini (2013, p. 22), “a investigação, educação, prática e o ensino clínico em musicoterapia são baseados em padrões profissionais de acordo com contextos culturais, sociais e políticos.

Assim sendo, diversas adaptações precisaram ser feitas para garantir a continuidade do processo educacional por parte dos estudantes e dos atendimentos musicoterapêuticos. Tais medidas tiveram como objetivo minimizar o risco de exposição ao novo coronavírus em

relação aos pacientes, estudantes e profissionais de musicoterapia. Inserida neste momento histórico de pandemia e frente as adaptações consequentes, a presente pesquisa busca investigar a questão: como a pandemia e as adaptações e influências dela decorrentes têm influenciado a qualidade de vida dos estudantes e profissionais de musicoterapia?

Assim como vários outros segmentos da educação e da saúde, as aulas e estágios dos estudantes de musicoterapia precisaram ser adaptados de acordo com a possibilidade e necessidade, e os atendimentos/sessões dos profissionais já formados também precisaram passar por adaptações. As tecnologias da informação e comunicação tem nos auxiliado e nos dado apoio para essa continuidade dos nossos estudos, através do Ensino Remoto Emergencial, e dos atendimentos. A União Brasileira das Associações de Musicoterapia (UBAM) em março de 2020 formulou diretrizes para os atendimentos mediados pelas tecnologias da informação e comunicação (TIC 's). Essas diretrizes nos apontam as direções e como devemos fazer os atendimentos mediados pelas TIC's, seguindo sempre princípios éticos e morais.

Na época em que era discente do curso de Bacharelado em Música com habilitação em Musicoterapia da Universidade Federal de Minas Gerais, em período de finalização do curso, algumas reflexões foram feitas para chegar a um possível tema para este trabalho. Questionamentos vieram à tona a partir de observações pessoais. Como estariam os estudantes e profissionais de musicoterapia neste momento de pandemia? Como estariam enfrentando as dificuldades deste momento? O quanto a qualidade de vida deste público estaria sendo afetada? Visto o quanto a pandemia tem impactado nossas vidas e a importância das adaptações, essa pesquisa busca observar, refletir e questionar sobre como esse momento histórico de pandemia e essas adaptações têm influenciado a qualidade de vida dos estudantes e profissionais da musicoterapia.

Para atingir o objetivo deste trabalho foi feita uma investigação com consulta direta a estudantes de musicoterapia e profissionais musicoterapeutas através de entrevistas e aplicação de instrumento de auto relato sobre a percepção da qualidade de vida. Além disso, antes da entrevista e da aplicação do instrumento, foi realizado um estudo de revisão integrativa da literatura, por tanto esta pesquisa envolve dois estudos, uma revisão bibliográfica integrativa e uma pesquisa de campo com entrevista e com o questionário de auto relato da qualidade de vida.

Estudo 1: Pesquisa Bibliográfica Integrativa

Este primeiro estudo visa encontrar pesquisas relacionadas à qualidade de vida nesse momento de pandemia e o efeito desta em estudantes de musicoterapia e profissionais musicoterapeutas, no contexto brasileiro. A pesquisa bibliográfica integrativa ou revisão integrativa de literatura é uma abordagem metodológica ampla que permite a inclusão tanto de estudos experimentais, quanto de estudos não-experimentais para a compreensão do fenômeno que está sendo analisado. A revisão integrativa combina, também, dados da literatura teórica e empírica e incorpora vários propósitos, como: definições conceituais, revisão de teorias e evidências, além de análises metodológicas sobre um tópico em particular (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010, p. 103). Para esta pesquisa, serão coletados dados específicos dos artigos selecionados, como: nome do artigo, autor, tipo de estudo, amostra, objetivos, metodologia utilizada, efeitos sobre a qualidade de vida e/ou resultados. Com esta revisão integrativa espera-se encontrar trabalhos que contribuam para o tema desta pesquisa e que tenham utilizado uma metodologia de pesquisa parecida.

Metodologia

A coleta de dados desta pesquisa foi realizada no período de 01 de novembro a 20 de dezembro de 2020, e as bases de dados utilizadas para a coleta foram, Google Acadêmico, Scientific Eletronic Library Online (SCIELO) e Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Para esta revisão de literatura foi definido como critérios de inclusão: artigos publicados no ano de 2020, pois como a proliferação da COVID-19 começou em dezembro de 2019, não constam nos bancos de dados publicações anteriores a 2020.

Outros critérios de inclusão considerados foram artigos em português que tivessem os descritores “qualidade de vida e COVID-19”; “qualidade de vida e pandemia”; “musicoterapia e COVID-19” e “musicoterapia e pandemia” no seu título, e que continham o artigo disponível em formato PDF. A busca com os descritores não foi feita em outro idioma, apenas no português, pois o objetivo desta pesquisa é analisar os reflexos da pandemia na qualidade de vida especificamente no contexto brasileiro.

Para seleção dos artigos foi realizada uma seleção em etapas com a finalidade de eliminar artigos repetidos e que não se enquadravam nos critérios de inclusão. A seleção, seguiu as seguintes etapas: (1ª) leitura dos títulos, (2ª) leitura exploratória dos resumos dos artigos selecionados na primeira etapa e (3ª) leitura integral dos artigos selecionados na etapa anterior para a coleta de dados.

Resultados

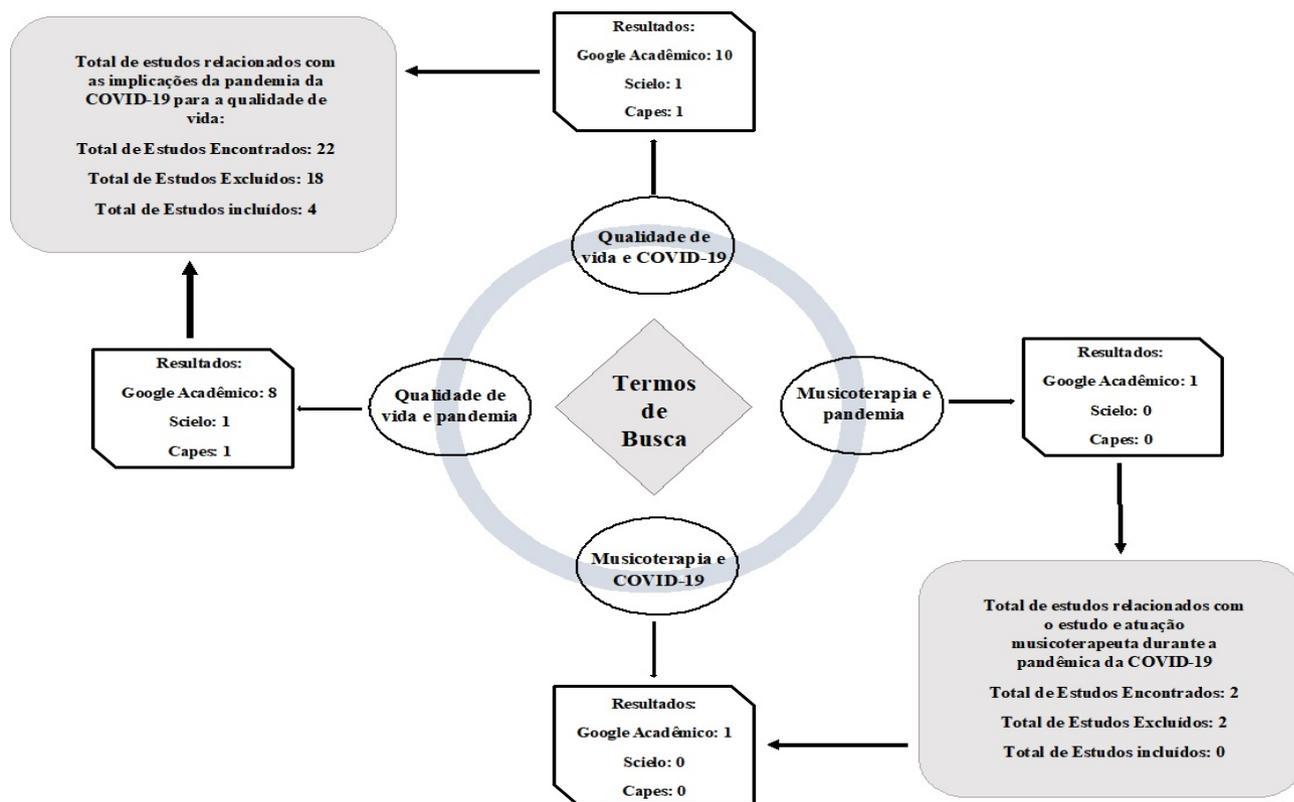
Com a busca nestes bancos de dados obtivemos um total de 24 resultados, sendo 22 deles relacionados aos descritores qualidade de vida e COVID-19 e qualidade de vida e pandemia. Destes 24 resultados, 6 artigos foram encontrados de forma repetida na plataforma Google Acadêmico com os descritores “qualidade de vida e pandemia” e “qualidade de vida e COVID-19” e 1 mesmo artigo foi encontrado em ambas as buscas utilizando os descritores “musicoterapia e COVID-19” e “musicoterapia e pandemia”.

Obedecendo os critérios de inclusão, inicialmente, selecionamos 4 artigos no Google Acadêmico que entraram para leitura exploratória. Sendo que 2 destes artigos foram encontrados pelos descritores “qualidade de vida e COVID-19” e “qualidade de vida e pandemia”, um dos artigos foi encontrado unicamente pelo descritor “qualidade de vida e pandemia” e o quarto apenas com o uso do descritor “qualidade de vida e COVID-19”. Nos portais Scielo e CAPES nenhum artigo se enquadrava nos critérios de inclusão desta pesquisa.

Após a leitura exploratória dos 4 artigos previamente selecionados, todos entraram para leitura integral, verificando que realmente estes artigos selecionados se enquadram dentro do tema desta pesquisa. Após a leitura integral foi possível observar que três dos estudos selecionados possuíam objetivo de pesquisa semelhantes a esta pesquisa: visavam observar, refletir e questionar sobre como a pandemia da COVID-19 e as adaptações decorrentes da situação tem influenciado a qualidade de vida de um público alvo específico, que no caso destes artigos não eram musicoterapeutas.

Já o quarto estudo é uma revisão de literatura que busca refletir sobre as implicações à saúde e a qualidade de vida decorrentes do nosso atual cenário de pandemia. Vale ressaltar que nenhum dos artigos selecionados abordaram sobre a musicoterapia ou profissionais e estudantes da musicoterapia, eles foram incluídos nesta pesquisa por conterem dados relevantes sobre a observação, reflexão e questionamento de como a qualidade de vida tem sido afetada neste momento de pandemia. A figura 1 mostra uma relação das pesquisas feitas nos bancos de dados e os resultados obtidos.

Figura 1 - Fluxograma contendo os dados obtidos pela busca nos bancos de dados.



Fonte: Elaboração da autora.

Cada um dos quatro artigos selecionados no estudo 1 são apresentados, constando seu título, autores, tipo de estudo, amostra, metodologia e resultados (Tabelas 1 e 2).

Tabela 1 - Apresentação dos dados específicos dos artigos selecionados na revisão integrativa de literatura (Nome do artigo, autor(es), tipo de estudo e amostra).

Nome do Artigo	Autor(es)	Tipo de estudo	Amostra
Qualidade de vida no trabalho em tempos de pandemia de COVID-19: Os desafios e oportunidades dos docentes do ensino superior	Leticia Aparecida Praça e Victor Miranda de Oliveira	Pesquisa exploratória através de entrevista	40 docentes do ensino superior
Percepção da qualidade de vida de professores das redes públicas e privadas frente à pandemia do COVID-19	Robson Alvarenga, et. al.	Pesquisa exploratória através de entrevista	35 participantes, sendo 20 homens e 15 mulheres.
O “novo normal” e a qualidade de vida do trabalhador: Uma análise das mudanças em decorrência da COVID-19	Tatiana Dorneles de Oliveira e Leticia Vilete Tosta	Pesquisa exploratória através de entrevista	9 participantes
Pandemia da COVID-19: Implicações para a saúde e qualidade de vida	Ana Karla Bezerra da Silva Lima, et. al.	Revisão de literatura	—

Tabela 2 - Apresentação dos dados específicos dos artigos selecionados na revisão integrativa de literatura (Objetivos, metodologia e resultados).

Objetivos	Metodologia	Resultados
Investigar os impactos causados pela pandemia do COVID-19 na qualidade de vida no trabalho dos docentes do ensino superior e expor conceitos específicos do tema e analisar as opiniões dos respondentes.	Realização de um estudo bibliográfico e de pesquisa de campo. O levantamento de dados ocorreu por meio da aplicação de um questionário, criado pelos pesquisadores via Google Forms.	Para uma boa qualidade de vida no trabalho é preciso equilíbrio entre trabalho e vida particular, estabilidade financeira, qualidade nos equipamentos e materiais, relacionamento harmônico com liderança e colegas de trabalho. De acordo com pesquisa, antes da pandemia, a maioria dos participantes ainda não havia trabalhado com o ensino online. 40% dos docentes sentiram sintomas de estresse e ansiedade durante a pandemia.
Busca averiguar a percepção da qualidade de vida de professores das redes públicas e privadas do ensino diante da pandemia da COVID-19.	Utilização do questionário WHOQOL-BREVE. Para a coleta de dados foi utilizado o formulário eletrônico do Google Forms. Além disso, foi coletado, também, dados pessoais dos participantes, como idade, estatura, massa corporal e IMC.	Diminuição da percepção da qualidade de vida, com uma pontuação baixa para o domínio das relações sociais, que pode estar ligado ao distanciamento social. Os scores apresentados em todos os domínios, exceto do domínio físico, estão abaixo do esperado para os países subdesenvolvidos.
Analisar as principais mudanças ocorridas na vida dos trabalhadores que foram orientados para atuarem em regime home office neste momento de pandemia e investiga, também, como este cenário afeta a qualidade de vida dos trabalhadores.	Levantamento de dados foi feito por meio de entrevistas abertas realizadas por meio do auxílio de programas de áudio e vídeo. Questionário estruturado em duas partes: 1 - análise do perfil dos entrevistados e 2 - qualidade de vida no trabalho, com base nas 8 dimensões do modelo de Walton.	Ampliação no volume de trabalho, extensão do horário de trabalho, aumento das cobranças. Para uma qualidade de vida efetiva as empresas precisam repensar seus ambientes de trabalho, pois estes precisaram ser adaptados às suas casas, e portanto elas devem fornecer maiores auxílios para que os trabalhadores possam ter ergonomia e mais conforto mesmo fora da empresa.
Refletir criticamente sobre as estratégias de enfrentamento contra o novo coronavírus que promovam o relaxamento.	Busca nas bases de dados, Medline, Scopus, Cinahl, Lilacs e Web of Science.	É preciso utilizar estratégias de enfrentamento que promovam o relaxamento e que trate aspectos dos âmbitos psicológicos e espirituais, isso contribui no nível do impacto causado por situações estressantes. Além destas estratégias auxiliarem na tomada de decisões de forma correta a fim de promover uma otimização na qualidade de vida.

Fonte: Elaboração da autora.

Conforme apresentado nas tabelas 1 e 2, dentre os 4 artigos selecionados, 3 artigos se caracterizavam como pesquisa exploratória com uso de questionários eletrônicos e um artigo se caracterizou como revisão de literatura. Observou-se que apenas um artigo utilizou o questionário WHOQOL-Bref para a coleta de dados.

Dos 4 artigos selecionados, em dois deles o objetivo de pesquisa se aproximou do objetivo desta pesquisa, de investigar os impactos da pandemia da COVID-19 na qualidade de vida e como os estudantes e/ou profissionais de alguma área do conhecimento perceberam esses impactos. Embora o objetivo de pesquisa do quarto artigo não esteja diretamente ligada à investigação de como a qualidade de vida tem sido afetada, ele contribui para este estudo com embasamentos teóricos, ao correlacionar, em um tópico, as estratégias de enfrentamento, voltadas para a espiritualidade, com a qualidade de vida.

Os estudos de campo selecionados obtiveram como resultados que os públicos pesquisados têm exibido um elevado nível de ansiedade e estresse. Além disso, mostram que de fato a qualidade de vida tem sido muito afetada neste momento pelo qual estamos passando.

Estudo 2: Pesquisa de Campo

Este segundo estudo relata uma pesquisa de campo com a utilização de entrevista (questionário discursivo) e de questionário de auto relato da qualidade de vida, com respostas fechadas, realizada com estudantes de musicoterapia e profissionais musicoterapeutas, durante o período de 21 de dezembro de 2020 a 5 de março de 2021. O estudo ou pesquisa de campo permite observar um local e/ou situação, observando uma realidade de um grupo de pessoas e, se necessário, buscando soluções para um determinado problema (SEIXAS, 2011).

Metodologia

O presente estudo é uma pesquisa de campo que se caracteriza como mista, por conter um questionário quantitativo e uma entrevista avaliada de forma qualitativa. Quanto a seus fins, esta pesquisa é classificada como exploratória, visto que até então não se tem muito conhecimento sobre o tema que norteia o estudo. A pesquisa já foi aprovada pelo Comitê de Ética da UFMG (CAAE 43340621.1.0000.5149).

Participantes

O intuito inicial dos pesquisadores era obter 30 respostas em ambos os questionários, sendo 15 de estudantes e 15 de profissionais de musicoterapia. Devido a quantidade específica de respostas que se pretendia obter, como esta pesquisa abrange todo o território brasileiro, foram criadas duas listas de contatos de estudantes e profissionais da área, com o auxílio das plataformas de comunicação (WhatsApp, E-mail e Instagram), para realização de um sorteio.

As listas foram separadas em estudantes e profissionais e os nomes foram agrupados e numerados dentro das listas de acordo com as regiões de pertencimento dos possíveis participantes. Para a criação dessas listas buscou-se grupos de musicoterapia nas redes sociais e perfis das associações de musicoterapia. Os sorteios foram feitos de forma aleatória com o intuito de selecionar 3 estudantes e 3 profissionais participantes de cada região brasileira, totalizando 6 por região (6 da região Norte, 6 da região Nordeste, 6 da região Centro Oeste, 6 da região Sudeste e 6 da região Sul).

Os estudantes e profissionais selecionados foram convidados a participar da pesquisa, recebendo os formulários por meio de E-mail ou WhatsApp. A participação não era obrigatória e existia a possibilidade de responder apenas a um dos questionários. O único dado pessoal do participante coletado para a pesquisa foi a idade.

Materiais

O levantamento de dados foi feito por meio da aplicação de dois questionários de formato online. Os questionários utilizados foram o WHOQOL-Bref que é uma versão abreviada do WHOQOL-100 e o Questionário - Influências e Adaptações na Pandemia (QIAP), pensado e desenvolvido especificamente para este estudo. Ambos os questionários estavam em formato de formulário eletrônico, criados e disponibilizados via Google Forms.

Esta plataforma é uma ferramenta de criação de pesquisas online, via formulário que podem conter questões abertas (de respostas curtas ou longas) e fechadas, podendo conter, também, imagens e vídeos. O Google Forms é uma plataforma 100% gratuita tanto para a criação quanto para a divulgação dos questionários, via compartilhamento por e-mail, Facebook ou Twitter ou via endereço eletrônico.

O questionário de auto relato da qualidade de vida utilizado no estudo foi o WHOQOL-Bref. Este questionário contém 26 questões, sendo que as duas questões iniciais abordam a percepção individual da qualidade de vida geral e as demais representam as 24 facetas que compõem o WHOQOL-100. Cada uma das 24 facetas é avaliada a partir de um domínio (OMS, 1996, p. 6). São quatro os domínios avaliados com as 24 questões restantes do WHOQOL-Bref, sendo eles: domínio físico (I), psicológico (II), relações sociais (III) e meio ambiente (IV).

O WHOQOL-Bref segue a escala de Likert, pesos de 1 a 5 são dados para cada alternativa das questões (Fig. 2) sendo assim, quanto maior a pontuação, ou seja, quanto mais próximo de 5, melhor é a qualidade de vida. Os quatro escores dos domínios denotam uma percepção individual da qualidade de vida em cada domínio em particular.

Figura 2 - Escala de Likert do domínio relações pessoais do WHOQOL-Bref.

Questões	DOMÍNIO 3 (relações pessoais)				
	Muito Insatisfeito	Insatisfeito	Nem satisfeito Nem insatisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito
Questão 20	1	2	3	4	5
Questão 21	1	2	3	4	5
Questão 22	1	2	3	4	5

Fonte: Elaboração da autora.

Para as questões 3, 4 e 26 do WHOQOL os pesos são invertidos, sendo assim a opção de respostas das questões 3 e 4, “nada” vale 5, “muito pouco” vale 4, “mais ou menos” vale 3, “bastante” vale 2 e “extremamente” vale 1 e as opções de repostas da questão 26, “nunca” vale 5, “algumas vezes” vale 4, “frequentemente” vale 3, “muito frequente” vale 2 e “sempre” vale 1.

A tabela 3 representa os 4 domínios avaliados pelo WHOQOL-Bref, as facetas de cada domínio e quais questões do questionário o domínio engloba.

Tabela 3 – Detalhamento das facetas avaliadas em cada domínio do questionário WHOQOL-Bref.

domínios	FACETAS	questões
Qualidade de Vida Geral	(1) Percepção da qualidade de vida; (2) Satisfação com a saúde.	1 e 2
I - Físico	(1) Dor e desconforto; (2) Energia e fadiga; (3) Sono e repouso; (4) Mobilidade; (5) Atividades da vida cotidiana (AVD) (6) Dependência de medicações ou tratamentos; (7) Capacidade de trabalho.	3, 4, 10, 15, 16, 17 e 18
II - Psicológico	(1) Sentimentos positivos; (2) Pensar, aprender, memória e concentração; (3) Autoestima; (4) Imagem corporal e aparência; (5) Sentimentos negativos; (6) Espiritualidade/religião/ crenças pessoais.	5, 6, 7, 11, 19 e 26
III - Relações Sociais	(1) Relações pessoais; (2) Suporte social; (3) Atividade sexual.	20, 21 e 22
IV - Meio Ambiente	(1) Segurança física e proteção; (2) Moradia; (3) Recursos financeiros; (4) Cuidados de saúde e sociais; (5) Aquisição de informações e habilidades; (6) Oportunidades de lazer; (7) Ambiente físico: poluição do ar e sonora, tráfego e clima; (8) Transporte.	8, 9, 12, 13, 14, 23, 24 e 25

Fonte: Elaboração da autora.

O segundo questionário utilizado para a coleta de dados deste estudo foi o Questionário - Influências e Adaptações na Pandemia (QIAP). O QIAP é um questionário de respostas abertas, no formato de entrevista, que visa avaliar as influências da pandemia no trabalho e estudo dos profissionais e estudantes da musicoterapia e a adaptações necessárias decorrentes do atual cenário. Este instrumento de coleta de dados não passou por um processo de validação em um estudo piloto.

O questionário é composto de 6 questões, no qual, a primeira e segunda questão buscam investigar os maiores desafios acadêmicos e profissionais que os participantes têm passado

neste momento de pandemia. A questão três visa investigar como estes desafios das duas primeiras questões têm influenciado a rotina do público alvo, já as questões 4 e 5 objetiva analisar como os estudantes e profissionais de musicoterapia têm vivenciado a experiência das aulas e atendimentos remotos. E por último, a questão 6, busca investigar se os participantes têm se sentido ansiosos ou incapazes e como eles têm conseguido lidar com estes sentimentos. Para responder aos questionários não era necessário a identificação do participante.

A tabela 4 demonstra as seis questões que compõem o questionário QIAP e a relação do que cada questão pretende avaliar.

Tabela 4 – Detalhamento das questões que compõe o questionário QUIAP e as facetas avaliadas por cada questão.

PERGUNTAS	FACETAS
1. Descreva quais os maiores desafios que você acadêmico (estudante ou professor) tem enfrentado neste período de pandemia?	Desafios enfrentados como acadêmico
2. Descreva quais os maiores desafios que você tem enfrentado na sua profissão como musicoterapeuta durante o período de pandemia?	Desafios enfrentados como profissional musicoterapeuta
3. Descreva como você percebe que estes desafios têm influenciado a sua rotina?	Percepção individual da influência dos desafios na rotina
4. Como você estudante de musicoterapia tem vivenciado essa experiência de aulas e atendimentos remotos?	Percepção da vivência do formato remoto no meio acadêmico
5. Como você profissional de musicoterapia tem vivenciado essa experiência de aulas e/ou atendimentos remotos?	Percepção da vivência do formato remoto na vida profissional
6. Você tem se sentido ansioso(a) ou incapaz diante deste novo sistema de aulas e atendimentos remotos? Se sim, descreva como você tem conseguido lidar com esses sentimentos?	Lidar com sintomas de ansiedade e sentimento de incapacidade

Fonte: Elaboração da autora.

Procedimentos

Para que os participantes pudessem responder aos questionários, que foram disponibilizados em formato de formulário Google Forms, foram gerados 2 endereços eletrônicos (um para cada questionário) que dava acesso aos formulários e estes foram enviados via E-mail e/ou WhatsApp. Antes da apresentação do link, na mensagem, foi informado aos possíveis participantes o intuito da pesquisa, a não necessidade de identificação e sobre a confidencialidade dos dados.

Para obter estatisticamente os resultados da auto percepção da qualidade de vida, através do WHOQOL-Bref, os cálculos foram feitos via Excel, através de uma planilha já pré-programada criada por Bruno Pedroso et al. (2010, p. 35). A planilha utiliza os pesos de cada questão e a amostra para calcular a média ou escore que vai de 4 a 20 pontos e o escore transformado que vai de 0 a 100 pontos, conforme a proposta de resultados da OMS (1956, p. 8).

Para a avaliação dos resultados estatísticos da percepção da qualidade de vida através dos domínios estudados, foi utilizada uma escala, na qual, os resultados entre 0 e 40 são considerados insatisfatórios, os resultados entre 41 e 69 são razoáveis (zona de indefinição) e os resultados acima de 70 são considerados ótimos ou satisfatórios (GOMES; HAMANN; GUTIERREZ, 2014, p. 501).

A partir do escore final de cada domínio foi possível avaliar qual(is) o(s) domínio(s) que foram mais afetados pelo cenário de pandemia. Além das médias/escores, foi realizado, também, o cálculo da estatística descritiva para o WHOQOL-Bref. A estatística descritiva também foi obtida por meio da planilha pré-programada utilizada para os cálculos das médias.

Já para o levantamento de dados do questionário QIAP o delineamento foi feito de forma qualitativa e a análise dos dados ocorreu por meio da análise de conteúdo qualitativa, que busca analisar as respostas do questionário de maneira sistemática, por meio da categorização, que foram desenvolvidas dentro do tema abordado em cada construto do questionário. Ao final da análise do conteúdo obtivemos uma média de quatro categorias principais, que serão descritas nos resultados, para cada construto abordado.

Resultados

Ao final do período que os questionários ficaram disponíveis para resposta, obtivemos um total de 23 respostas no WHOQOL-Bref e 16 respostas no QIAP. Na tabela 5 estão representadas as estatísticas descritivas do WHOQOL-Bref, com média (4 a 20), desvio

padrão, escore transformado, coeficiente de variação, valor mínimo, valor máximo e amplitude.

Tabela 5 – Estatística descritiva dos resultados do WHOQOL-Bref.

Domínio	Média N = 23	Desvio Padrão	Escore Transformado (0 a 100)	Coeficiente de Variação	Valor Mínimo	Valor Máximo	Amplitude
Físico	13,42	1,05	58,85	7,80	10,86	14,86	4,00
Psicológico	14,70	1,16	68,85	7,91	13,33	17,33	4,00
Relações Sociais	15,71	2,98	73,19	18,97	8,00	20,00	12,00
Meio Ambiente	15,11	2,05	69,43	13,57	10,50	18,00	7,50
Auto-avaliação da QV	14,96	2,40	68,48	16,06	10,00	18,00	8,00

Fonte: Elaboração da autora.

Os resultados obtidos nesta pesquisa nos mostram que em média os participantes estão dentro da classificação regular (zona de indefinição) com pontuação entre 41 e 69 em todos os domínios, exceto no domínio Relações Sociais, que atingiu uma pontuação maior do que 70, sendo considerada uma pontuação satisfatória. O domínio que obteve um escore menor foi o domínio I (físico) de 58,85. Já o domínio com maior escore foi o domínio III (Relações Sociais) com média de 73,19.

A tabela 6 demonstra a média por domínio de acordo com a faixa etária dos participantes. A média de idade dos participantes é de 21 anos (DP = 10,73), variando entre 19 e 58 anos. Das 23 pessoas que responderam ao WHOQOL apenas 21 colocaram sua data de nascimento e dessas 21 pessoas apenas uma na faixa dos 19 anos respondeu ao formulário, na faixa de 20 a 29 anos um total de onze pessoas responderam, de 30 a 39 anos, três pessoas participaram, de 40 a 49 anos, cinco pessoas e na faixa de 58 anos apenas uma pessoa. A pontuação dos domínios variou pouco, ficando entre 65,34 e 71,43 (regular - 41 a 69 - ótimo - acima de 70). A faixa etária que obteve menor pontuação final foi a de 20 a 29 anos, sendo o domínio I (físico) de pontuação menor dentro da faixa etária.

Na tabela 6 é possível observar que na faixa etária de 19 e 58 anos não foram calculados o desvio padrão, pois dentro dessas faixas etárias tivemos uma amostra pequena (de apenas uma pessoa), tornando não possível o cálculo do desvio padrão para a média.

No questionário de Influências e Adaptações na Pandemia (QUIAP) obteve-se um total de 16 respostas e estas foram categorizadas de acordo com o construto (pergunta) e estes foram

apresentados na tabela 7. Cada construto teve em média quatro categorias, sendo que algumas categorias apareceram em mais de um construto por estes se relacionarem.

Tabela 6 – Correlação entre as pontuações e as faixas etárias.

FAIXA ETÁRIA	DOMÍNIO	MÉDIA (DP)	ESCORE TRANSFORMADO
19 anos	(I) Físico	13,14	57,14
	(II) Psicológico	15,33	70,83
	(III) Relações Sociais	14,67	66,67
	(IV) Meio Ambiente	16,00	75,00
	Qualidade de Vida Geral	18,00	87,50
	Média Final	15,43	71,43
20 a 29 anos	(I) Físico	13,35 (1,50)	58,44
	(II) Psicológico	15,03 (1,47)	68,94
	(III) Relações Sociais	15,03 (3,32)	68,94
	(IV) Meio Ambiente	14,32 (2,46)	64,49
	Qualidade de Vida Geral	14,55 (2,38)	65,91
	Média Final	14,46	65,35
30 a 39 anos	(I) Físico	14,29 (0,57)	64,29
	(II) Psicológico	15,33 (1,76)	70,83
	(III) Relações Sociais	16,00 (3,53)	75,00
	(IV) Meio Ambiente	15,50 (3,46)	71,88
	Qualidade de Vida Geral	15,33 (3,06)	70,83
	Média Final	15,29	70,57
40 a 49 anos	(I) Físico	13,49 (0,77)	59,29
	(II) Psicológico	14,40 (0,89)	65,00
	(III) Relações Sociais	17,33 (3,13)	83,33
	(IV) Meio Ambiente	15,90 (0,65)	74,83
	Qualidade de Vida Geral	15,20 (2,28)	70,00
	Média Final	15,26	70,49
58 anos	(I) Físico	12,57	53,57
	(II) Psicológico	16,00	75,00
	(III) Relações Sociais	16,00	75,00
	(IV) Meio Ambiente	16,00	75,00
	Qualidade de Vida Geral	16,00	75,00
	Média Final	15,31	70,71

Fonte: Elaboração da autora.

Analisando a tabela 7 é possível observar que os tópicos ou categorias “ansiedade”, “dificuldades tecnológicas” e “adaptação à nova rotina” são tópicos comuns entre a primeira e segunda questões. Já nas questões 4 e 5 os tópicos “aprendizagem” e “desafiadora” aparecem em ambas.

Tabela 7 – Categorização das respostas do questionário QIAP.

Questões	Tópicos
<p>Questão 1: Descreva quais os maiores desafios que você acadêmico (estudante ou professor) tem enfrentado neste período de pandemia?</p>	Dificuldade de concentração Ansiedade Dificuldades tecnológicas Conciliação de atividades Adaptação à nova rotina
<p>Questão 2: Descreva quais os maiores desafios que você tem enfrentado na sua profissão como musicoterapeuta durante o período de pandemia?</p>	Ansiedade Dificuldades tecnológicas Adaptação à nova rotina Desafios profissionais atuais
<p>Questão 3: Descreva como você percebe que estes desafios têm influenciado a sua rotina?</p>	Psicológico: estresse, ansiedade, falta de motivação Físico: cansaço, falta de sono, excesso ou falta de apetite Dividir o espaço com outras pessoas Não influenciou ou influencia
<p>Questão 4: Como você estudante de musicoterapia tem vivenciado essa experiência de aulas e atendimentos remotos?</p>	Aprendizagem Frustração Desafiadora
<p>Questão 5: Como você profissional de musicoterapia tem vivenciado essa experiência de aulas e/ou atendimentos remotos?</p>	Inovação Aprendizagem Desafiadora
<p>Questão 6: Você tem se sentido ansioso(a) ou incapaz diante deste novo sistema de aulas e atendimentos remotos? Se sim, descreva como você tem conseguido lidar com esses sentimentos?</p> <p>Quantidade de sims: 8 Quantidade de não: 6</p>	Terapia Compreendendo limites Exercícios físico Contato, informações e vínculo

Fonte: Elaboração da autora.

Discussão Geral

Os achados da presente pesquisa apontam evidências que a atual situação de pandemia tem refletido na diminuição da percepção da qualidade de vida, e em especial na elevação dos níveis de estresse e ansiedade da população brasileira, em específico da amostra coletada de estudantes e profissionais de musicoterapia. Cabe ressaltar que a amostra desta pesquisa é pequena e não caracteriza toda a população de estudantes de musicoterapia e profissionais musicoterapeuta.

Os resultados obtidos através do questionário WHOQOL-Bref demonstram que o Domínio Físico foi o mais afetado, apresentando uma pontuação de 58,85, considerado, dentro da escala, uma pontuação razoável ou mediana, ficando dentro da zona de indefinição. Esta pontuação vai contra os resultados obtidos no estudo de Alvarenga et al. (2020, p. 6), citado na pesquisa bibliográfica integrativa (estudo 1 desta pesquisa) que analisou a percepção da

qualidade de vida de 35 professores das redes públicas e privadas, obtendo uma pontuação de 70,71 para o referido domínio.

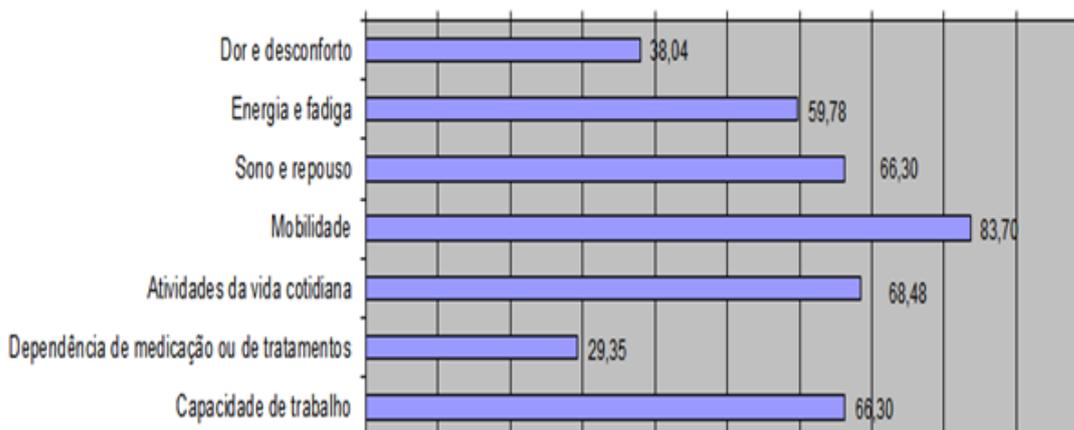
Dentro do Domínio Físico as facetas mais afetadas pela atual situação de pandemia e as adaptações decorrentes dela, foram o aumento da fadiga e a diminuição da energia (pontuação 59,78), influenciando o sono e repouso e diminuindo a capacidade para o trabalho (pontuação 66,30), dos estudantes de musicoterapia e dos profissionais musicoterapeutas, mostrando estes estarem insatisfeitos com o presente domínio (figura 3).

Quando relacionado a idade dos participantes, a faixa etária que obteve menor pontuação no domínio foi a de 58 anos. Esta exibiu pontuações mais baixas nas facetas energia e fadiga e mobilidade, conforme demonstra a figura 4. Uma possível explicação para esta faixa etária ter obtido pontuações mais baixas nestas facetas é que com o avanço da idade diversas perdas ou mudanças ocorrem no corpo. O envelhecimento compreende vários processos que se unem em diferentes níveis, desde o nível biológico, relacionado ao nosso sistema biológico e ao nosso físico, o psicológico, que envolve os sentimentos e emoções, até o nível social, que engloba, comportamentos e ações (SANTOS; JÚNIOR, 2014, p. 35). Por tanto, com o envelhecimento, naturalmente a pessoa vai perdendo a quantidade de energia e disposição, quando comparada com fases anteriores e com a atual situação essa condição pode ter sido piorada e/ou ter tido algumas condições físicas e biológicas características do envelhecimento, adiantadas visto a aproximação com o início da faixa etária brasileira em que a pessoa é considerada idosa.

Outro ponto de importante destaque é com relação a mobilidade que também é uma condição bastante afetada com o envelhecimento e que pode ter sua situação piorada com a pandemia. Ao exibirmos uma vida, de certa forma, mais sedentária, com o isolamento social e a necessidade de nos mantermos em casa, nós automaticamente passamos a nos mantermos mais sentados e/ou deitados podendo ocasionar uma piora na capacidade de locomoção que já poderia estar afetada anteriormente.

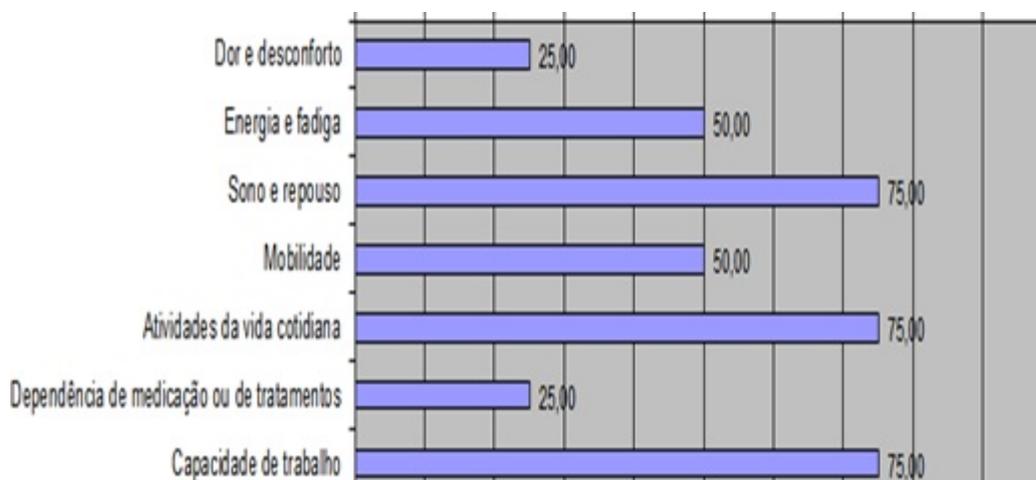
Através dos dados obtidos com o WHOQOL-Bref e o QIAP podemos concluir que os elevados níveis de ansiedade, estresse, dificuldades de concentração e cansaço retratados pelos participantes ao responderem o questionário QIAP, podem estar diretamente relacionado com a baixa pontuação no domínio físico e conseqüentemente na faceta energia e fadiga. Estes resultados do QIAP vão de encontro aos resultados obtidos nos estudos de Praça e Oliveira (2020, p. 14) em que 40% dos participantes, docentes do ensino superior, exibiram elevados níveis de ansiedade e estresse durante este período de pandemia.

Figura 3 – Pontuações das facetas do domínio físico.



Fonte: Elaboração da autora.

Figura 4 – Pontuações das facetas do domínio físico na faixa etária de 58 anos.

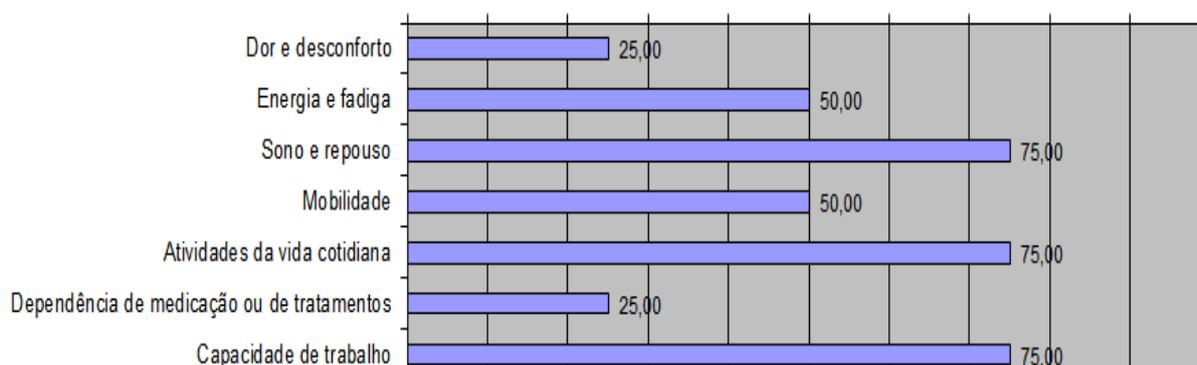


Fonte: Elaboração da autora.

O domínio dois que avalia a saúde mental, o psicológico, obteve uma pontuação de 68,85, este resultado foi de encontro ao estudo de Alvarenga et al. (2020, p. 6), no qual os participantes da pesquisa obtiveram uma pontuação de 68,21 na auto percepção de suas condições psicológicas. Para este domínio, a faceta de menor pontuação foi a que engloba os atos de pensar, aprender, memorizar e concentrar, obtendo 59,78 pontos, conforme demonstra a figura 5.

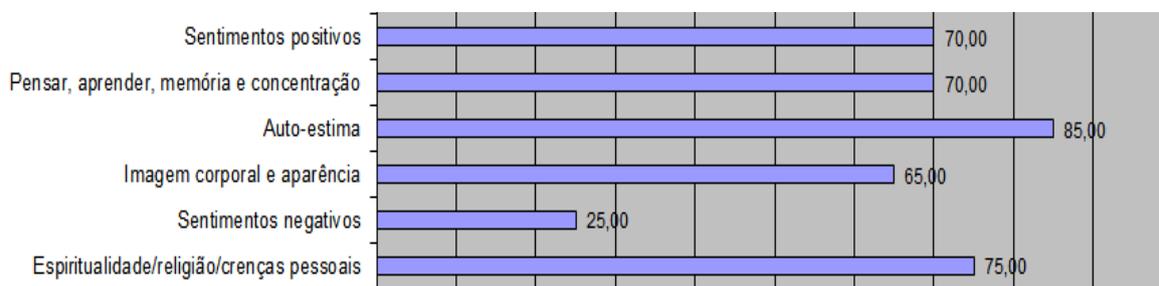
Para o domínio psicológico a faixa etária que foi mais afetada, ou seja, que teve menor pontuação, foi entre os 40 e 49 anos, obtendo 65 pontos e tendo como faceta mais afetada a imagem corporal e aparência (65 pontos), conforme demonstrado na figura 6.

Figura 5 – Pontuações das facetas do domínio psicológico.



Fonte: Elaboração da autora.

Figura 6 – Pontuações das facetas do domínio físico na faixa etária de 40 a 49 anos.



Fonte: Elaboração da autora.

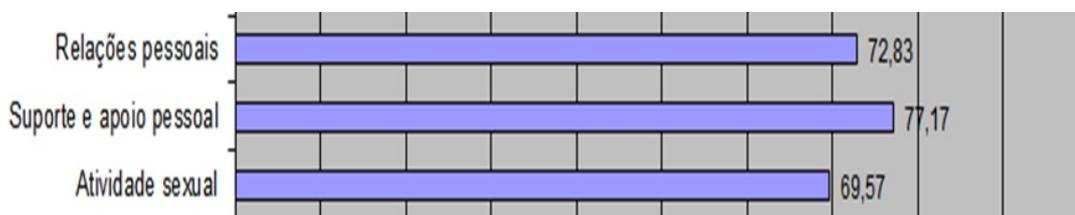
O terceiro domínio, ou o domínio das relações sociais, foi o de maior pontuação entre as faixas etárias (73,19). Esta pontuação vai contra os resultados obtidos na pesquisa de Alvarenga et al. (2020, p. 6), que teve um total de 64,52 pontos no domínio, 8,67 pontos a menos do que os obtidos pelos profissionais e estudantes de musicoterapia desta pesquisa. Segundo Alvarenga et al. a possível explicação para a baixa pontuação dos participantes de sua pesquisa, seria o distanciamento social empregado como umas das políticas para contenção do vírus. Porém, para esta pesquisa, está justificativa não é plausível, uma vez que este foi o domínio que obteve a maior pontuação.

A pontuação do domínio relações sociais obtida nesta pesquisa pode ser justificada pelo elevado escore da faceta suporte e apoio pessoal (77,17). Por mais que o isolamento social restrinja os encontros presenciais, os estudantes de musicoterapia e os profissionais musicoterapeutas têm recebido suporte e apoio pessoal de forma satisfatória de acordo com as respostas obtidas na última faceta do questionário QIAP.

A faixa etária que exibiu menor pontuação no domínio foi a de 19 anos, com pontuação igual a 66,67 e a faceta mais afetada foi a atividade sexual, com 50 pontos. Com o isolamento social é comum, que as pessoas solteiras, apresentem baixa atividade sexual por terem o

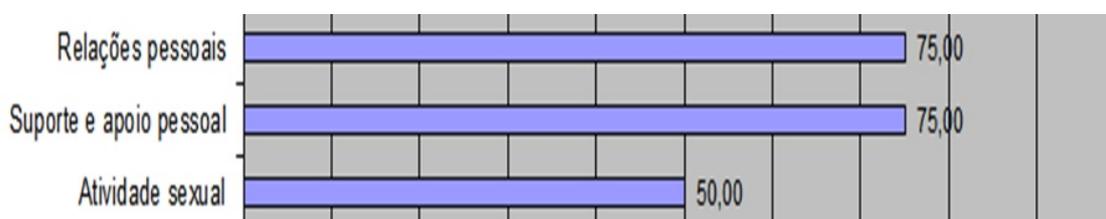
contato pessoal mais restrito. Abaixo, seguem as figuras 7 e 8, que representam as pontuações das facetas do domínio 3 e das facetas dentro da faixa etária de 19 anos, respectivamente.

Figura 7 – Pontuações das facetas do domínio relações sociais.



Fonte: Elaboração da autora.

Figura 8 – Pontuações das facetas do domínio físico na faixa etária de 19 anos.



Fonte: Elaboração da autora.

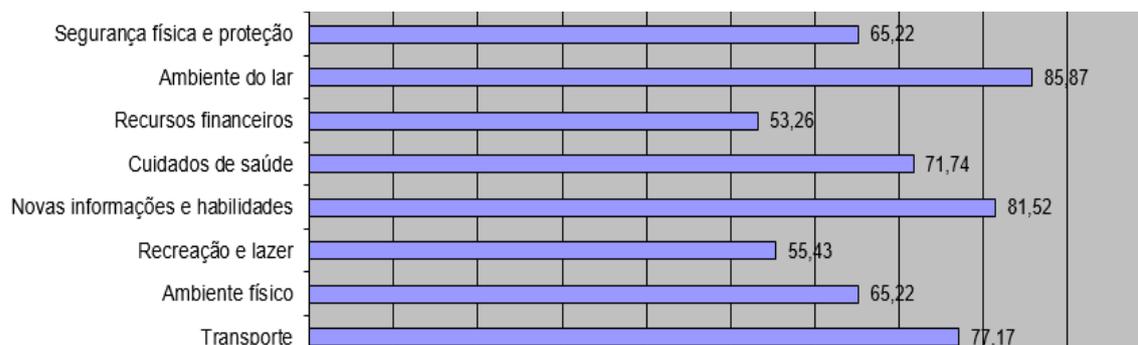
O meio ambiente, que é o quarto e último domínio avaliado pelo WHOQOL-Bref, se refere a tudo que é externo ao ser humano mas que são importantes para a percepção da qualidade de vida. Este domínio teve uma pontuação de 69,43, sendo o segundo domínio com maior pontuação. Fazendo, também, a comparação com os resultados da pesquisa de Alvarenga et al. (2020, p. 6), a percepção dos estudantes e profissionais de musicoterapia acerca do domínio meio ambiente está superior, em 4,49 pontos, a percepção dos professores das redes públicas e privadas (obtiveram 64,91 pontos) que participaram da pesquisa utilizada nesta comparação.

Ao compararmos os resultados do WHOQOL-Bref e do questionário QIAP observamos que os fatores externos que mais podem ter influenciado a percepção dos participantes quanto ao domínio meio ambiente, foram as dificuldades tecnológicas e a divisão do espaço físico com outras pessoas. Com a necessidade de adaptar as aulas e os atendimentos para o formato remoto as dificuldades tecnológicas, como lentidão da internet, som ruim, dificuldades de manuseio de dispositivos e plataformas eletrônicas e o excesso de tela (pontos retratados pelos participantes no QIAP) são fatores que contribuíram para a diminuição da percepção da qualidade de vida dos estudantes de musicoterapia e dos profissionais musicoterapeutas.

Com a necessidade de permanecerem em casa devido ao isolamento social, suas casas se tornaram seus locais de trabalho e estudo. Casas em que residem famílias grandes ou que existe a necessidade de dividir o espaço com outras pessoas, acaba muitas vezes por se tornar um ambiente desarmonioso devido ao excesso de barulho, ao choque de rotinas, dentre outros fatores, que também afetam negativamente a percepção da qualidade de vida.

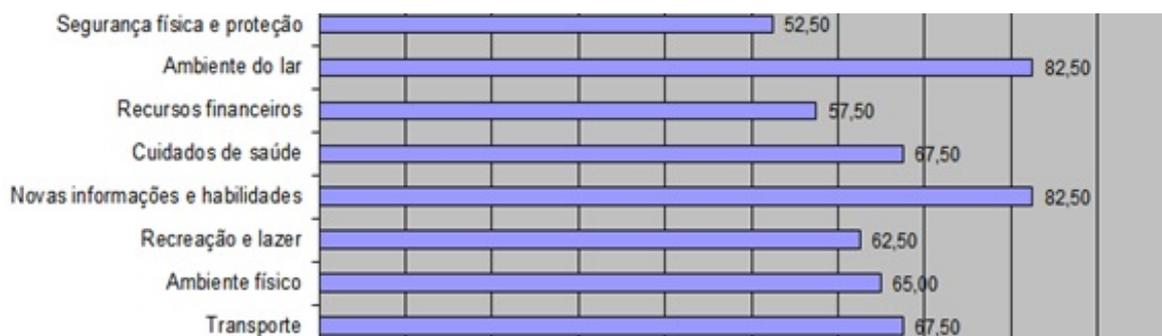
No domínio, a faceta mais afetada foi recursos financeiros (53,26) e a faixa etária que obteve menor pontuação foi a de 20 a 29 anos (64,49), tendo a faceta segurança física e proteção (52,50) com menor pontuação, seguida de recursos financeiros (57,50). No questionário QIAP, apenas uma pessoa relatou estar tendo dificuldades financeiras. Com a pandemia, a necessidade do isolamento social e a crise econômica, inúmeras pessoas perderam seus empregos e/ou começaram a passar dificuldades econômicas devido à redução de salários e aumento dos impostos e do valor dos alimentos e de produtos essenciais à vida humana. O recurso financeiro, também, é um ponto chave para a avaliação da percepção da qualidade de vida e devido às influências da pandemia este ponto refletiu de forma negativa na avaliação.

Figura 9 – Pontuações das facetas do domínio meio ambiente.



Fonte: Elaboração da autora.

Figura 10 – Pontuações das facetas do domínio físico na faixa etária de 20 a 29 anos.



Fonte: Elaboração da autora.

Os resultados desta pesquisa, obtidos através da análise das respostas dos participantes aos questionários WHOQOL-Bref e QIAP, sugerem que de fato a pandemia tem impactado na qualidade de vida dos estudantes e profissionais de musicoterapia, influenciando principalmente a capacidade para o trabalho, o sono e repouso e fadiga e energia. As influências e adaptações decorrentes da pandemia, apesar de serem vistas como uma aprendizagem, têm sido desafiadoras e desencadeadoras de maiores níveis de ansiedade e estresse.

Considerações Finais

A partir das observações e reflexões feitas nesta pesquisa, foi possível analisar e concluir o quanto este momento histórico de pandemia tem refletido sobre a qualidade de vida dos estudantes e profissionais de musicoterapia. Com exceção do domínio relações sociais, todos os demais domínios ficaram abaixo da pontuação classificada como ótima ou satisfatória, ficando estes na zona de indefinição (razoáveis). Os domínios que obtiveram menores pontuações, foram o físico e o psicológico, e dentro das respostas do questionário QIAP, as categorias mais frequentes estão diretamente relacionadas com estes dois domínios. Categorias estas como: falta de motivação, frustração, cansaço, falta de sono e falta ou excesso de apetite.

Diante do objetivo dessa pesquisa, avalia-se que a pandemia da COVID-19 e as influências e adaptações dela decorrentes tem tido impacto significativo no dia a dia de trabalho e/ou estudo dos musicoterapeutas e na qualidade de vida deste grupo que participou da pesquisa. Os participantes de modo geral, de acordo com suas respostas aos questionários, tiveram sua capacidade para o trabalho diminuídas, devido à dificuldade para se concentrar, o aumento da ansiedade e a dificuldade para se adaptar à nova rotina. Além disso, tiveram o tempo de sono e repouso afetados de forma negativa, sua energia para realização das tarefas do dia a dia diminuída e uma maior sensação de fadiga.

Diante dos resultados apresentados, faz-se necessário pensarmos em algumas estratégias de enfrentamento que ajudem a melhorar a qualidade de vida dos estudantes de musicoterapia e dos profissionais musicoterapeutas. Conforme citado no artigo de Oliveira e Tosta (2020, p. 16), apresentado no estudo 1 desta pesquisa, as empresas e instituições precisam melhor se adaptarem, e pensarem em estratégias melhores para que seus funcionários possam ter ergonomia e mais conforto para exercerem suas funções dentro de casa. O mesmo vale para instituições que empregam musicoterapeutas e para os musicoterapeutas que estão trabalhando no particular em formato remoto.

Atualmente, já existem algumas estratégias de enfrentamento de fácil acesso para os estudantes e profissionais de musicoterapia. O “Música na Cabeça” é um projeto de musicoterapia e saúde mental da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), desenvolvido pelo professor Frederico Pedrosa. O projeto foi criado neste ano de 2021 e visa atender estudantes que se sintam à vontade para cantar, tocar e escutar músicas como forma de enfrentamento às dificuldades ocasionadas pelo isolamento social. Os atendimentos do projeto ocorrem em formato remoto, via plataforma Microsoft Teams e acontecem às segundas-feiras de 17 às 17:40 horas.

Desde março de 2020 existe, também, o projeto “Música Para Quem Cuida” (MPQC), voltado para os profissionais da saúde que estão atuando neste momento de pandemia. O MPQC é um braço do projeto de extensão “Musicoterapia Hospitalar: Olhares Empáticos” da UFMG, criado pela professora Mariana Freire e funciona no formato de dedicatórias que são destinadas aos profissionais ou instituições de saúde. A pessoa interessada, pede uma canção e a dedica a um profissional ou instituição, deixando, junto com a música, uma mensagem de alento e carinho. A dedicatória é gravada por estudantes do curso de graduação de musicoterapia da UFMG e em seguida é postada no Instagram e no Facebook e endereçada ao destinatário.

Dentre as estratégias de enfrentamento, podemos citar ainda, o “Grupo Terapêutico Online - TOCA”, que visa acolher emoções e sentimentos e promover o cuidado em saúde mental, através das vivências dos participantes neste momento de pandemia (CARNEIRO, et al., 2020, p. 2). O TOCA é coordenado pelas professoras Fernanda Valentin e Larissa Arbues da Universidade Federal de Goiás (UFG). O grupo atende a estudantes, nas quintas-feiras às 18 horas e a profissionais, nas terças-feiras às 17:30 horas, de qualquer campo de atuação dentro da saúde.

De acordo com a pesquisa de Lima et al. (2020, p. 58), citada no estudo 1, é necessário utilizar de estratégias de enfrentamento, como as citadas acima, que promovam o relaxamento e que trate aspectos dos âmbitos psicológicos e espirituais, contribuindo, assim, no nível do impacto causado por situações estressantes. Conseqüentemente o uso destas estratégias de enfrentamento podem melhorar a percepção da qualidade de vida dos estudantes de musicoterapia e dos profissionais musicoterapeutas.

Esta pesquisa teve sua amostra limitada e por tanto os resultados obtidos não caracteriza toda a população de estudantes e profissionais da musicoterapia, sendo assim, nos trouxe uma visão limitada do impacto da COVID-19 para este grupo estudado. Entretanto, mesmo com esta limitação, é possível perceber alterações na rotina profissional e de estudo dos musicoterapeutas avaliados e também a observação das diferenças de qualidade de vida

deste público durante o período pandêmico. Além disto, foi possível observar algumas estratégias de enfrentamento desenvolvidas dentro de universidades federais para ajudar profissionais e estudantes de musicoterapia e de outras áreas, principalmente da saúde.

Referências

- ALVARENGA, R. et al. Percepção da qualidade de vida de professores das redes públicas e privadas frente à pandemia do covid-19. **Revista CPAQV**, Campinas, v. 12, n. 3, p. 6, 2020. Disponível em: <<http://www.cpaqv.org/revista/CPAQV/ojs-2.3.7/index.php?journal=CPAQV&page=article&op=view&path%5B%5D=538>>. Acesso em: 11 de fev. 2021.
- ALVARENGA, R. et al. Percepção da qualidade de vida de professores das redes públicas e privadas frente à pandemia do covid-19. **Revista CPAQV**, Campinas, v. 12, n. 3, p. 7, 2020. Disponível em: <<http://www.cpaqv.org/revista/CPAQV/ojs-2.3.7/index.php?journal=CPAQV&page=article&op=view&path%5B%5D=538>>. Acesso em: 11 de fev. 2021.
- Brasil registra 2.648 mortes por covid em 24 horas e média móvel recorde. **BBC NEWS BRASIL**, 17 de mar. de 2021. Disponível em: < <https://www.bbc.com/portuguese/brasil-51713943>>. Acesso em: 17 mar. 2021.
- CARNEIRO, L. A. et al. TOCA - Grupo Terapêutico Online: Relato de uma ação de cuidado em saúde mental para estudantes e profissionais da saúde no contexto da pandemia COVID-19. In: Seminário Regional de Extensão da Região Centro Oeste, XI 2020, Cuiabá. **Em defesa da ampliação dos direitos humanos na rede da extensão**. Cuiabá: UFMT, 2020. p. 1-6. Disponível em: <https://evento.ufmt.br/download/sub_53efbbf8b15797aaffecb0ae801d1b19.pdf>. Acesso em: 19 de fev. 2021
- COUTO, C. Qualidade de Vida. **SAUDEBEMESTAR.PT**, 15 de set. de 2019. Disponível em: <<https://www.saudebemestar.pt/pt/blog-saude/qualidade-de-vida/>>. Acesso em: 21 set. 2020.
- DINIZ, V. Pandemia expõe a péssima qualidade de vida dos brasileiros. **UNINTER NOTÍCIAS**, Curitiba, 23 de jul. de 2020. Disponível em: <<https://www.uninter.com/noticias/pandemia-expoe-a-pessima-qualidade-de-vida-dos-brasileiros/>>. Acesso em: 21 set. 2020.
- GOMES, J. R. de A. A.; HAMANN, E. M.; GUTIERREZ, M. M. U. Aplicação do WHOQOL-BREF em segmento da comunidade como subsídio para ações de promoção da saúde. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, Rio de Janeiro, v. 17, p. 501, 2014. DOI 10.1590/1809-4503201400020016. Disponível em: < <https://www.scielo.org/article/rbepid/2014.v17n2/495-516/pt/>>. Acesso em: 13 de mar. 2021.
- HENRIQUE, E. S. Pandemia, Epidemia e Endemia: Significados e Diferenças. **SANARIMED**, Salvador, 9 de abr. de 2020. Disponível em: <<https://www.sanarmed.com/epidemia-endemia-e-pandemia-seus-significados-e-suas-diferencas-colunistas>>. Acesso em: 21 set. 2020.
- LIMA, A. K. B. da S. et al. Pandemia da COVID-19: Implicações para a Saúde e Qualidade de Vida. Ed especial covid. **Temas em Saúde**, João Pessoa, p. 52-53, 2020. Disponível em: <<https://temasensaude.com/wp-content/uploads/2020/08/20covid4.pdf>>. Acesso em: 23 de set. de 2020.
- LIMA, A. K. B. da S. et al. Pandemia da COVID-19: Implicações para a Saúde e Qualidade de Vida. Edição Especial COVID-19, **Temas em Saúde**, João Pessoa, p. 58, 2020. DOI 10.29327/224587.1.1-4. Disponível em: <<https://temasensaude.com/wp-content/uploads/2020/08/20covid4.pdf>>. Acesso em: 23 de set. de 2020.

- OLIVEIRA, P. I. de. Organização Mundial de Saúde declara pandemia do novo Coronavírus. **Agência Brasil**, Brasília, 11 de mar. de 2020. Disponível em: <<https://www.unasus.gov.br/noticia/organizacao-mundial-de-saude-declara-pandemia-de-coronavirus>>. Acesso em: 21 set. 2020.
- OLIVEIRA, T. D. de; TOSTA, L. V. O “novo normal” e a qualidade de vida do trabalhador: Uma análise das mudanças em decorrência da COVID-19. **Revista GETS**, Sete Lagoas, v. 3, p. 16, 2020. Disponível em: < <https://ojs3x.gets.science/index.php/getts/article/view/55>>. Acesso em: 11 de fev. 2021.
- OMS – Organização Mundial da Saúde. **WHOQOL-BREF**: introduction, administration, scoring and generic version of the assessment: field trial version, December 1996. Geneva: OMS, 1996, p. 8. Disponível em: < <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/63529/WHOQOL-BREF.pdf?sequence=1>>. Acesso em: 23 set. 2020.
- PASSARINI, L. O que é, afinal, Musicoterapia? Revista no Tom, **editora Som**, São Paulo, ano 6, n. 36, p. 22, jan./fev. 2013. Disponível em: < http://www.escolasdemusica.com.br/_pdf/NoTom/NoTom36.pdf>. Acesso em: 23 de set. de 2020.
- PEDROSO, B. et al. Cálculo dos escores e estatística descritiva do WHOQOL-bref através do Microsoft Excel. **Revista brasileira de qualidade de vida**, Curitiba, v. 2, n. 1, p. 34-35, 2010. DOI 10.3895/S2175-08582010000100004 Disponível em: < <https://periodicos.utfpr.edu.br/rbqv/article/view/687/505>>. Acesso em: 13 de mar. 2021.
- PRAÇA, L. A.; OLIVEIRA, V. M. de. **Qualidade de vida no trabalho em tempos de pandemia de COVID-19**: os desafios e oportunidades dos docentes do ensino superior. 2020. 27 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Administração) – Centro Universitário Academia, Juiz de Fora, 2020. Disponível em: <<https://seer.cesjf.br/index.php/gestao/article/download/2665/1743>>. Acesso em: 12 de mar. 2021.
- SANTOS, F. da S.; JÚNIOR, J. L. O idoso e o processo de envelhecimento: um estudo sobre a qualidade de vida na terceira idade. **Id on Line**, Jaboaão dos Guararapes, v.8, n.24, p. 35, 2014. Disponível em: <<https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/300>>. Acesso em: 16 de mar. 2021.
- SEIXAS, C. F. B. Ciências: Estudo de campo. **UOL Planos de Aula**, 2011. Disponível em: <[https://educacao.uol.com.br/planos-de-aula/fundamental/ciencias-estudo-de-campo.htm#:~:text=O%20estudo%20de%20campo%20permite,solu%C3%A7%C3%B5es%20para%20um%20problema%20espec%C3%ADfico](https://educacao.uol.com.br/planos-de-aula/fundamental/ciencias-estudo-de-campo.htm#:~:text=O%20estudo%20de%20campo%20permite,solu%C3%A7%C3%B5es%20para%20um%20problema%20espec%C3%ADfico.)>. Acesso em: 30 de mar. de 2021.
- SOUZA, M. T. de; SILVA, M. D. da; CARVALHO, R. de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 103, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf>. Acesso em: 30 de mar. de 2021.
- UBAM - União Brasileira das Associações de Musicoterapia. **Diretrizes Nacionais de Atendimentos Musicoterapêuticos Mediados por Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC's)**. Rio de Janeiro: UBAM, 2020. 15 p. Disponível em: <<http://ubammusicoterapia.com.br/wp-content/uploads/2020/03/Diretrizes-Musicoterapia-e-TICs.pdf>>. Acesso em: 23 set. 2020.
- WFMT - Word Federation of Music Therapy. **Announcing WFMT's New Definition of Music Therapy**, Gênova: WFMT, 2011. Disponível em: <https://wfmt.info/2011/05/01/announcing-wfmfs-new-definition-of-music-therapy/#:~:text=%E2%80%9CMusic%20therapy%20is%20the%20professional,%2C%20emotional%2C%20intellectual%2C%20and%20spiritual>>. Acesso em: 23 de set. de 2020.