



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
CURSO DE TERAPIA OCUPACIONAL

**TELETRABALHO, MÚSICA, PANDEMIA E ISOLAMENTO SOCIAL – UMA
PERSPECTIVA A LUZ DA ERGONOMIA DA ATIVIDADE**

Mafferson Alexandre da Silva Lima

João Pessoa

2020

MAFFERSON ALEXANDRE DA SILVA LIMA

**TELETRABALHO, MÚSICA, PANDEMIA E ISOLAMENTO SOCIAL – UMA
PERSPECTIVA A LUZ DA ERGONOMIA DA ATIVIDADE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial
para a Conclusão do Curso de Bacharelado em Terapia Ocupacional
da Universidade Federal da Paraíba.

Orientadora: Barbara Iansã de Lima Barroso

João Pessoa

2020

Catálogo na publicação
Seção de Catalogação e Classificação

L732t Lima, Mafferson Alexandre da Silva. Teletrabalho, música, pandemia e isolamento social uma perspectiva a luz da ergonomia da atividade / Mafferson Alexandre da Silva Lima. - João Pessoa, 2020.

22 f. : il.

Orientação: Bárbara Iansã de Lima Barroso.

TCC (Graduação) - UFPB/CCS.

1. COVID-19. 2. Ergonomia. 3. Músico. 4. Saúde do Trabalhador. I. Barroso, Bárbara Iansã de Lima. II. Título.

UFPB/CCS

CDU 616.2(043.2)

Elaborado por TAHIS VIRGINIA GOMES DA SILVA - CRB-PB000396/0

MAFFERSON ALEXANDRE DA SILVA LIMA

**TELETRABALHO, MÚSICA, PANDEMIA E ISOLAMENTO SOCIAL – UMA
PERSPECTIVA A LUZ DA ERGONOMIA DA ATIVIDADE**

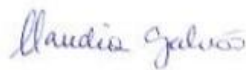
Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial para a Conclusão do Curso de Bacharelado em Terapia Ocupacional da Universidade Federal da Paraíba, apreciado pela banca examinadora composta pelos seguintes membros:

Aprovado em: 03/12/2020

COMISSÃO EXAMINADORA



Dra. Bárbara Iansã de Lima Barroso
Universidade Federal da Paraíba



Dra. Cláudia Regina Cabral Galvão
Universidade Federal da Paraíba



Dr. Ravi Shankar Magno Viana Domingues
Universidade Federal da Paraíba

SUMÁRIO

1.	RESUMO.....	05
2.	INTRODUÇÃO.....	05
3.	MÉTODO.....	06
4.	RESULTADOS.....	08
5.	DISCUSSÃO.....	15
6.	CONCLUSÃO.....	19
7.	REFERENCIAS.....	20

TELETRABALHO, MÚSICA, PANDEMIA E ISOLAMENTO SOCIAL – UMA PERSPECTIVA A LUZ DA ERGONOMIA DA ATIVIDADE

Bárbara Iansã de Lima Barroso

Mafferson Alexandre da Silva Lima

RESUMO

A pandemia do novo coronavírus forçou uma reconfiguração do trabalho presencial para o home office. Os docentes e músicos continuaram suas atividades de trabalho de forma remota, seguindo as recomendações de isolamento social. Diante desta realidade os trabalhadores necessitaram criar novas estratégias para trabalhar em consonância com as atividades domésticas e relações familiares, resultando em acúmulo de função e estresse no cotidiano do lar. O teletrabalho desencadeia uma reorganização do lar e do local de trabalho que hora se torna homogenia a ponto de dificultar a diferenciação do descanso domiciliar e o local de foco no trabalho.

Palavras-chave: COVID-19, Ergonomia, Músico, Saúde do Trabalhador.

ERGONOMIC ANALYSIS OF THE TELETRAVEL OF TEACHERS AND MUSICIANS FROM THE FEDERAL UNIVERSITY OF PARAIBA.

ABSTRACT

The crisis of the new coronavirus forced a reconfiguration of face-to-face work online from home. Teachers and musicians continued their work activities remotely, following the recommendations of social distance, given this reality, workers needed to create new strategies to work in line with domestic activities and family relationships, resulting in accumulation of function and stress in daily life home. Teleworking triggers a reorganization of the home and workplace that at one time becomes homogeneous to the point of making it difficult to differentiate home rest and the place to focus on work.

Keywords: COVID-19, Ergonomics, Musician, Occupational Health.

Introdução

O campo do trabalho é uma área transversal, que perpassa diversas áreas de conhecimento, assuntos e profissões, necessárias para ‘a compreensão do trabalho e o se fazer trabalhar’. Sendo necessário dimensionar a abrangência que o trabalho tem em todas as crenças e valores, além e do significado dado por cada indivíduo que o exerce. Nessa perspectiva, o trabalho está vinculado a vários âmbitos na vida: no que tange ao campo social, é pelo trabalho que o indivíduo se percebe inserido na sociedade, pois mesmo que acabe gerando um adoecimento no ato de trabalhar, o trabalho tem um potencial de fomento em construção de redes afeto, social e assim gerando um aconchego social para o trabalhador, fatores que devem ser interpretados e analisados ao entrar no campo do trabalho, levando em consideração seus vários espaços, atividade/tarefa exercidas pelo trabalhador, a ação de se trabalhar e as ferramentas (HELOANI, LANCMAN, 2020).

Para a Ergonomia, o trabalho possui uma relação intrínseca entre a atividade e o meio, nesse sentido, a Ergonomia da Atividade possui o objetivo de adequar o trabalho e ambiente

para as necessidades do trabalhador, levando em consideração suas habilidades, demandas e limitações, assim, criando um espaço favorável e menos prejudicial para a saúde do indivíduo durante a atividade de trabalho (PAULA, MARTINZ, 2020).

Ao tratar do esforço físico empregado durante a prática profissional de um músico, a sua execução envolve uma força equivalente ao de um atleta de alta performance, em relação ao uso extremo do corpo para obtenção de um desempenho perfeito, entretanto acaba diferenciando dos atletas, pois os músicos entendem muito pouco sobre os componentes do corpo e a importância de fazer a manutenção do mesmo. O esforço muscular intenso utilizado para tocar seus instrumentos de forma repetitiva, associadas às elevadas horas de ensaios em posturas viciosas, que a longo prazo causam lesões nos músculos e articulações, conduzem ao limite físico dos músicos, pondo em risco o seu funcionamento pleno, a condição da saúde mental e física para alcançar os resultados esperados (LIMA, SIMONELLIA, 2014; MOURA, FONTES, FUKUJIMA, 2000).

Ainda, os músicos em sua prática profissional, necessitam de uma rotina diária para alcançarem uma performance de excelência, que demandam treinamento individual e ensaios com os demais integrantes da orquestra, expondo-se não somente a cargas físicas, mas também a cargas psíquicas, em decorrência da própria atividade, assim como a tensão de apresentação ao público e todas as cobranças da equipe e de si próprio. Para Trelha e colaboradores (2004), apresentam em suas pesquisas, resultados semelhantes quando se trata de sinais e sintomas de adoecimento dos sistemas musculoesqueléticos relacionados às elevadas cargas físicas da atividade de músico de orquestra. Dados similares também são encontrados nas pesquisas de Costa (2007) e Oliveira e colaboradores (2010).

Assim, a presente pesquisa teve como objetivo analisar os impactos decorrentes da atividade de teletrabalho para os músicos da Orquestra Sinfônica e para os Docentes músicos do Departamento de Música (DEMUS) e Departamento de Educação Musical (DEM), ambos pertencentes à Universidade Federal da Paraíba (UFPB).

Materiais e Métodos

A base teórica e metodológica empregada para execução deste estudo foi proposta a Análise à luz da teoria que norteia a Ergonomia da Atividade, como forma de facilitar a compreensão da dinâmica e processo de organização do trabalho e de suas condições durante a atividade de trabalho dos músicos.

Primeiramente foi realizada uma revisão exploratória da literatura sobre a saúde de músicos de orquestras, como forma de subsidiar a realização da pesquisa, posteriormente, houve uma análise sobre a pandemia causada pela doença COVID-19, como forma de fomentar cientificamente a relação entre teletrabalho e isolamento social de Músicos de orquestra e Docentes da área de Música.

Quanto ao objetivo da pesquisa, foi adotado como metodologia a investigação empírica de caráter experimental. Este é um estudo exploratório que possui elementos descritivos e correlacionais quantitativos. Esta pesquisa sofreu uma alteração devido ao isolamento social, causado pela doença COVID-19. Por motivos de segurança, foram suspensas as entrevistas presenciais com os músicos e o acompanhamento *in loco* de suas atividades de trabalho.

De acordo com Gil (2002), uma pesquisa descritiva pretende classificar, interpretar e apresentar as propriedades de uma determinada população ou fenômeno, possuindo peculiaridades no que tange a utilização de técnicas uniformizadas de coleta de dados, tais como o questionário e a observação sistemática. O estudo exploratório proporciona uma maior familiaridade com o problema pesquisado, podendo abranger levantamento bibliográfico, entrevistas com expertises na área pesquisada.

Para identificar o processo de trabalho remoto do músico, foi feita uma investigação que analisou o grau de estresse e dores no corpo causados pelo teletrabalho. Os dados foram coletados nos meses maio e junho de 2020, através de uma amostra por conveniência composta por músicos da Orquestra Sinfônica e do Departamento de Música.

Para Cozby (2003) existem dois perfis mais utilizados nas pesquisas – probabilidade e conveniência. Para este trabalho, foi utilizada uma amostra por conveniência, a qual pode ser justificada em um estágio exploratório da pesquisa, como uma base para geração de hipóteses e *insights*, e para estudos conclusivos em que os pesquisadores aceitam os riscos da imprecisão dos resultados do estudo.

A amostra por conveniência é adotada quando o pesquisador deseja obter informações de maneira rápida, operacional e de baixo custo, consiste em selecionar uma amostra da população que seja acessível (COZBY, 2003). Segundo Aaker, Kumar e Day (1995), uma vez que esse método versa em contatar unidades convenientes da amostragem, é possível angariar respondentes para tal interesse investigatório, podendo também ser utilizado instrumentos padronizados de avaliação.

O trabalho foi composto pelos músicos da Orquestra Sinfônica e docentes efetivos do Departamento de Música (DEMUS) e Departamento de Educação Musical (DEM), todos

servidores da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Foram excluídos os professores em processo de aposentadoria ou já aposentados e indivíduos afastados por licença médica.

Para análise estatística foram utilizados testes não-paramétricos, devido ao tamanho da população estudada e o número de componentes da amostra que foram comparados.

Este trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética do Centro de Ciências da Saúde (CAAE: 13153119.5.0000.5188) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Todos os participantes assentiram a sua participação nessa pesquisa, assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, fornecido pelos pesquisadores.

Resultados

Em relação à pesquisa realizada, a amostra foi constituída por 43 profissionais da música do Centro de Comunicação, Turismo e Artes (CCTA), distribuídos no Departamento de Música (DEMUS) e na Orquestra Sinfônica da UFPB.

No que tange ao sexo, houve uma maior quantidade de respondentes do sexo masculino (60,5%) em comparação com os do sexo feminino (39,5%), não existindo diferença significativa nos testes não paramétricos. Em relação a cor/raça/etnia/, (62,8%) dos respondentes se identificaram como pessoas brancas; (25,6%) como pardos; (4,7%) pretos e amarelos; e, (2,3%) indígenas.

Observou-se ainda que, todos participantes da pesquisa possuem nível superior completo, sendo a maior parte com doutorado ou pós-doutorado (46,5%) e mestrado (34,9%), a menos fatia com valores iguais de (9,3%) especialização e (9,3%) apenas com o superior completo. A amostra apresentou a variação de instrumentos utilizados pelos músicos da orquestra, sendo eles: Piano (23,25%), Violino (20,93%) e o Violino (20,93%) com maior frequência e Saxofone (6,97%), Guitarra (6,97%), percussão (6,97%), Trompa (4,65%), Clarinete (4,65%), Fagote (4,65%), Percussão (4,65%), Violão (4,65%), Viola (2,32%), Contrabaixo (2,32%), Flauta transversal (2,32%), charanga (2,32%), Guitarra Barroca (2,32%), Trombone (2,32%), Harpa (2,32%), composição (2,32%), Baixo (2,32%), Koto (2,32%) e Chitarrone (2,32%) com a menor frequência respectivamente.

Quanto ao trabalho de forma remota em casa 79,1% dos participantes continuou trabalhando em sua própria residência, 9,3% responderam que continuaram o trabalho normalmente e 11,6% responderam que estavam trabalhando em outro local, porém não foi especificado.

Os resultados descritos no quadro 1, descrevem correlações fracas calculadas entre as percepções acerca da saúde física e aquelas referentes a saúde emocional. As maiores correlações dos dados foram identificadas entre: a avaliação da saúde física e a percepção de que a noção de dias da semana foi afetada (correlação igual a -0,4230); a frequência com que o músico se sentia angustiado e a percepção de dores no corpo durante o período de isolamento social (0,4369).

Quadro 1 – Correlação entre as percepções acerca da saúde física e saúde emocional

Percepções acerca da saúde emocional	Percepções acerca da Saúde Física			
	Avaliação da saúde física	A pandemia mudou a saúde física	Pratica atividades físicas no isolamento	Tem/Teve dores no corpo no isolamento
Noção de dias da semana foi afetada	-0,4230	0,1873	-0,2243	0,1687
Frequência de tristeza	-0,3140	0,2878	-0,1145	0,2427
Frequência de angústia	-0,3531	0,3263	-0,2255	0,4369
Frequência de ansiedade e nervosismo	-0,3279	0,2008	-0,2486	0,3951
Frequência de exaustão	-0,3242	0,2761	-0,2721	0,3466
Frequência de qualidade do sono comprometida	-0,2505	0,1234	-0,2237	0,2037

No quadro 2 observa-se também que não houve correlações moderadas ou fortes entre as percepções acerca da saúde emocional e variáveis sociodemográficas. Os maiores valores de correlações calculados foram entre a frequência de tristeza e o número de moradores na residência (-0,3618); a frequência com que sentia ansiedade ou nervosismo e o número de moradores idosos (0,3661).

Quadro 2 – Correlação entre as percepções acerca da saúde emocional e variáveis sociodemográficas

Percepções acerca da saúde emocional	Variáveis sociodemográficas				
	N. de cômodos	N. de moradores	N. de moradores com menos de 10 anos	N. de moradores idosos	Escolaridade

Noção de dias da semana foi afetada	-0,1505	-0,0691	-0,1310	-0,1435	0,0301
Frequência de tristeza	-0,3496	-0,3618	0,0605	0,1559	-0,2064
Frequência de angústia	-0,1494	-0,1723	0,0836	0,1145	0,0045
Frequência de ansiedade e nervosismo	-0,0587	-0,0035	0,0845	0,3661	-0,0400
Frequência de exaustão	-0,0373	0,0482	0,1456	0,3552	-0,0335
Frequência de qualidade do sono comprometida	-0,0823	-0,1480	-0,0692	0,0424	0,0132

O quadro 3 sugere uma ligação significativa apenas entre a presença ou não de sintomas gripais no período da crise sanitária e a frequência com que se sentiu exausto ($W=65$; valor $p=0,026$). Assim, a frequência com que se sentiu exausto foi significativamente diferente entre o grupo que alegou ter sentido sintomas de gripe e aquele que declarou não ter sentido. Entre as demais percepções emocionais e os dois itens que tratavam diretamente acerca da COVID-19 não foi identificada qualquer relação significativa.

Quadro 3 – Teste de Mann-Whitney comparando as percepções da saúde emocional entre dois grupos definidos por aspectos diretos da crise sanitária

Percepção acerca da saúde emocional (variáveis dependentes)	Aspectos diretos da crise sanitária (variáveis de agrupamento)	
	Teve sintoma gripal durante a crise sanitária	A covid-19 causou falecimento/caso grave em alguém próximo
Noção de dias da semana foi afetada	$W=74$ (valor $p=0,0491$)	$W=158$ (valor $p=0,7603$)
Frequência de tristeza	$W=130$ (valor $p=0,9556$)	$W=173$ (valor $p=0,8840$)
Frequência de angústia	$W=147$ (valor $p=0,4919$)	$W=121,5$ (valor $p=0,1358$)
Frequência de ansiedade e nervosismo	$W=112,5$ (valor $p=0,5952$)	$W=127,5$ (valor $p=0,2161$)
Frequência de exaustão	$W=65$ (valor $p=0,026$)	$W=171,5$ (valor $p=0,9257$)
Frequência de qualidade do sono comprometida	$W=168,5$ (valor $p=0,1236$)	$W=164,5$ (valor $p=0,9197$)

No quadro 4 observou-se ligações significativas entre a frequência com que se sentiu exausto e o sexo do respondente ($W=266$; valor $p=0,0217$); entre essa frequência de sensação de exaustão e o fato de viver ou não com o companheiro/a; a frequência com que se sentiu triste e o fato de morar ou não com a companheira/o ($W=248$; valor $p=0,0100$); a frequência com que se sentiu angustiado e o fato de morar com o companheiro/a ($W=232$; valor $p=0,0395$); também o fato de morar com o companheiro/a e a frequência de qualidade do sono ($W=258,5$; valor $p=0,0025$).

Quadro 4 - Teste de Mann-Whitney comparando as percepções da saúde emocional entre dois grupos definidos por variáveis sociodemográficas

Percepção acerca da saúde emocional (variáveis dependentes)	Variáveis sociodemográficas (variáveis de agrupamento)		
	Sexo	Tipo de moradia	Vive com companheiro
Noção de dias da semana foi afetada	$W=239,5$ (valor $p=0,1175$)	$W=165$ (valor $p=0,1794$)	$W=224$ (valor $p=0,0747$)
Frequência de tristeza	$W=217,5$ (valor $p=0,3655$)	$W=120$ (valor $p=0,7806$)	$W=248$ (valor $p=0,0100$)
Frequência de angústia	$W=230$ (valor $p=0,1973$)	$W=132$ (valor $p=0,8965$)	$W=232$ (valor $p=0,0395$)
Frequência de ansiedade e nervosismo	$W=233,5$ (valor $p=0,1829$)	$W=145$ (valor $p=0,5589$)	$W=221,5$ (valor $p=0,1012$)
Frequência de exaustão	$W=266$ (valor $p=0,0217$)	$W=162,5$ (valor $p=0,2258$)	$W=221$ (valor $p=0,1026$)
Frequência de qualidade do sono comprometida	$W=220$ (valor $p=0,3088$)	$W=131$ (valor $p=0,9233$)	$W=258,5$ (valor $p=0,0025$)

Entre as percepções acerca da saúde física e as variáveis sociodemográficas (número de cômodos e número de moradores adultos, moradores crianças, moradores idosos) presentes na análise, apenas foram observadas correlações fracas. A maior dessas correlações ocorreu entre o número de moradores com menos de 10 anos na residência e a percepção de que a pandemia mudou a saúde física (correlação igual a 0,2600).

Considerando os resultados do teste de Mann-Whitney descritos no quadro 5, não foram observadas ligações significativas entre os dois aspectos diretamente associados à crise sanitária presentes no quadro e percepções acerca da saúde física (tempos valor $p>0,05$ para

todas as percepções, o que sugere que essas não foram diferentes entre quem sentiu sintomas gripais e aqueles que não sentiram, como também não foram significativamente diferentes entre aqueles que tiveram falecimento ou caso grave com pessoas próximas e aqueles que não tiveram).

Quadro 5 - Teste de Mann-Whitney comparando as percepções da saúde física entre dois grupos definidos por aspectos diretos da crise sanitária

Percepção acerca da saúde física (Variáveis dependentes)	Aspectos diretos da crise sanitária (Variáveis de agrupamento)	
	Teve sintoma gripal durante a crise sanitária	A covid-19 causou falecimento/caso grave em alguém próximo
Avaliação da saúde física	W=146 (valor p=0,5277)	W=162 (valor p=0,8625)
A pandemia mudou a saúde física	W=106 (valor p=0,4210)	W=192 (valor p=0,4426)
Pratica atividades físicas no isolamento	W=140,5 (valor p=0,6612)	W=174 (valor p=0,8608)
Tem/Teve dores no corpo no isolamento	W=95,5 (valor p=0,2563)	W=168 (valor p=0,9999)

O quadro 6 apresenta os resultados da comparação das percepções acerca da saúde emocional entre grupos definidos pelas variáveis sociodemográficas presentes no quadro usando o teste de Mann-Whitney. Essa comparação indica ligações significativas entre o sexo do respondente e a presença de dores no corpo durante o isolamento, ou seja, houve diferença significativa dessa percepção de dor entre homens e mulheres (W=267; valor p = 0,0206). Também foi observada uma ligação entre a avaliação geral da saúde física e o fato de morar com o companheiro/a, visto que houve diferenças significativas nessa percepção entre indivíduos que viviam com o companheiro/a e aqueles que não viviam (W=238; valor p=0,0232).

Quadro 6 - Correlações entre as percepções acerca da saúde emocional e variáveis sociodemográficas

Percepção acerca da saúde emocional (variáveis dependentes)	Variáveis sociodemográficas (variáveis de agrupamento)		
	Sexo	Tipo de moradia	Vive com companheiro

Avaliação da saúde física	W=130,5 (valor p=0,0921)	W=92 (valor p=0,2002)	W=132 (valor p=0,2635)
A pandemia mudou a saúde física	W=202 (valor p=0,6651)	W=178 (valor p=0,0639)	W=238 (valor p=0,0232)
Pratica atividades físicas no isolamento	W=201,5 (valor p=0,6837)	W=152 (valor p=0,3907)	W=153,5 (valor p=0,6554)
Tem/Teve dores no corpo no isolamento	W=267 (valor p=0,0206)	W=151 (valor p=0,4248)	W=214,5 (valor p=0,1543)

Não foram encontradas correlações moderadas ou forte entre percepções da saúde emocional e os aspectos do trabalho durante a crise sanitária. As maiores correlações dentre aquelas pesquisadas sobre a percepção de redução de produtividade decorrente da quebra de rotina e as frequências com que sentia tristeza (correlação igual a 0,4285) e com que sentia angústia (correlação igual a 0,4337).

Apenas correlações frágeis foram observadas entre percepções da saúde física e aqueles referentes aos aspectos do trabalho. A maior correlação dentre aquelas averiguadas nos testes estatísticos foi entre a percepção de que a pandemia mudou a saúde física e aquela acerca do tempo médio dedicado ao trabalho (correlação igual a -0,4205).

Entre as variáveis sociodemográficas testadas e as percepções acerca de aspectos do trabalho durante à pandemia não foram identificadas correlações moderadas ou fortes. A maior correlação dentre aquelas presentes nos testes ocorreram entre o número de cômodos na residência e a percepção de que o respondente se tornou menos produtivo devido à quebra de rotina (correlação igual a -0,3014).

Também foram observadas correlações entre a intensidade da restrição de contatos (que era um fator diretamente ligado à crise sanitária) e as percepções acerca da saúde física, emocional e aquelas referentes ao trabalho no período da pandemia. Apenas correlações fracas foram observadas. A maior dessas correlações ocorreu entre essa intensidade do isolamento e a percepção de que a pandemia mudou a saúde física (correlação igual a 0,1544).

Quadro 7 – Correlação entre a intensidade da restrição de contatos e as percepções acerca da saúde física, emocional e aspectos do trabalho na crise sanitária

Parte do questionário	Item	Correlação com um aspecto direto da crise sanitária (A intensidade da restrição de contatos)
-----------------------	------	---

Percepção de aspectos do trabalho na crise sanitária	Tempo médio de trabalho na pandemia	0,1100
	A quebra da rotina deixou menos produtivo	-0,1187
	A renda foi afetada	-0,0387
	A quantidade e tipo de trabalho foi afetado	-0,1827
Percepção acerca da saúde física	Avaliação da saúde física	-0,0613
	A pandemia mudou a saúde física	0,1544
	Pratica atividades físicas no isolamento	-0,0994
	Tem/Teve dores no corpo no isolamento	-0,0912
Percepção acerca da saúde emocional	Noção de dias da semana foi afetada	0,0470
	Frequência de tristeza	0,0242
	Frequência de angústia	-0,2203
	Frequência de ansiedade e nervosismo	0,0184
	Frequência de exaustão	0,2043
	Frequência de qualidade do sono comprometida	0,1135

A se realizar o teste comparativo de Mann-Whitney das percepções acerca do trabalho na pandemia entre os grupos definidos por dois aspectos diretamente ligados à crise sanitária, percebeu que não houve nenhuma diferença significativa entre os grupos, o que sugere que nenhum indício de ligação foi observado das percepções acerca do trabalho na crise sanitária e o fato de ter apresentado sintomas gripais ou da Covid-19 ter afetado mais gravemente alguém próximo (todos os resultados apresentaram valor $p > 0,05$).

O quadro 8 apresenta também uma comparação das percepções acerca de aspectos do trabalho no período da pandemia, mas agora entre grupos definidos por três variáveis sociodemográficas. O quadro mostra indícios de ligação de uma das percepções (a percepção de que a quantidade e tipo de trabalho foi afetado) com o sexo do respondente ($W=272,5$; valor $p=0,0096$). Também se observa ligação significativa do fato de viver com um companheiro/a e as percepções de que a quantidade e tipo de trabalho foram afetados ($W=236$; valor $p=0,0289$) e de que a renda foi afetada ($W=112,5$; valor $p=0,0427$).

Quadro 8 - Teste de Mann-Whitney comparando as percepções de aspectos do trabalho entre grupos definidos por variáveis sociodemográficas

Percepção acerca de aspectos do trabalho durante à crise (Variáveis dependentes)	Variáveis sociodemográficas (variáveis de agrupamento)		
	Sexo	Tipo de moradia	Vive com companheiro
Tempo médio de trabalho na pandemia	W=168,5 (valor p=0,5709)	W=98 (valor p=0,2741)	W=170,5 (valor p=0,9484)
A quebra da rotina deixou menos produtivo	W=172,5 (valor p=0,6529)	W=100,5 (valor p=0,3108)	W=201,5 (valor p=0,2795)
A renda foi afetada	W=194 (valor p=0,8342)	W=130 (valor p=0,9495)	W=112,5 (valor p=0,0427)
A quantidade e tipo de trabalho foi afetado	W=272,5 (valor p=0,0096)	W=152 (valor p=0,3835)	W=236 (valor p=0,0289)

DISCUSSÃO

A crise sanitária causada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2), que atingiu o mundo no ano de 2020, gerou repercussão negativa nos aspectos econômico, político e social, afetando a vida de todos os trabalhadores e trabalhadoras. Como forma de diminuir os índices de contágio, foi adotado o distanciamento social, impondo o fechamento do comércio, de empresas/fábricas, de escolas e universidades, entre outras entidades e serviços, considerados não essenciais. O sistema de teletrabalho foi adotado por muitas empresas e organizações como alternativa viável para manter alguns serviços e atividades (TANUS, SÁNCHEZ-TARRAGÓ, 2020; BARROSO, *et al.*, 2020).

A Universidade Federal da Paraíba (UFPB), através da Portaria N. 090 de 17 de março de 2020, determinou as medidas de adequação e funcionamento da Universidade adotadas no combate e enfrentamento da pandemia causada pela COVID-19, estabelecendo a alteração da jornada de trabalho em regime de teletrabalho e/ou de revezamento para os servidores, docentes e técnico-administrativos. O regime de trabalho estabelecido por revezamento foi adotado nas áreas de segurança, saúde ou em outras atividades consideradas essenciais pelo órgão. A medida sanitária de isolamento social foi aderida por todos os participantes da amostra dessa pesquisa.

No contexto atual, diante de uma crise sanitária o teletrabalho se tornou a forma mais segura do trabalhador exercer sua profissão, no entanto, a rotina de tarefas domésticas, a conexão de internet na residência, as insuficiências arquitetônicas, já que suas casas não foram

construídas e pensadas como espaços de trabalho, relacionados também às pressões por produção e a rotina familiar, transformando as discussões em torno do trabalho remoto algo necessário e imprescindível (BORGES, 2020).

Os resultados descritos no Quadro 1 descrevem a correlação entre as percepções acerca da saúde física e aquelas referentes a saúde emocional. Esses resultados demonstraram uma contradição entre os entrevistados, no qual, as maiores correlações identificadas foram entre a avaliação da saúde física e a percepção de que a noção de dias da semana foi afetada (correlação igual a -0,4230); a frequência com que se sentia angustiado e a percepção de dores no corpo durante o isolamento (0,4369). O hábito que envolve a prática de atividade física se manteve entre os praticantes, os auxiliando na diminuição dos níveis de estresse e proporcionando bem estar físico (CORREA *et al.*, 2020; PITANGA *et al.*, 2020).

Os resultados evidenciam que não obtiveram correlações moderadas ou fortes entre as percepções acerca da saúde emocional e variáveis sociodemográficas, apesar da renda entre a maioria dos participantes terem se mantido no mesmo nível. Os autores Pires, Carvalho e Xavier, (2020) apresentam que o fator moradia própria, traz o debate acerca do isolamento social como ele pode vir a ser um privilégio para poucos. Também outros fatores colocam a população de baixa renda em uma posição de maior exposição ao novo Coronavírus, já que a possibilidade de quarentena não é possível, pensando na precariedade do saneamento básico, contingente de moradores por domicílio, acesso precarizado a saúde e a incapacidade de manter o distanciamento social, observando a diminuição total e/ou parcial da renda familiar, devido ao desemprego, traz à tona o debate sobre renda, emprego, moradia e trabalho seguro.

Nas questões que se referem à tristeza, ansiedade ou nervosismo os maiores valores de correlações calculadas foram a frequência de tristeza e o número de moradores na residência (-0,3618); a frequência com que sentia ansiedade ou nervosismo e o número de moradores idosos (0,3661) tiveram uma correlação alta.

Ainda, para a pessoa idosa, mesmo sendo independentes, existem barreiras domésticas, sociais e ambientais que muitas vezes os impedem de executar sua autonomia e independência, desconfigurando o seu cotidiano e suas relações interpessoais, até mesmo com os familiares, já que necessitaram evitar o contato com outras pessoas, mesmo que da sua família e por dificuldade com a tecnologia pode ser um tipo de barreira enfrentada por alguns dos idosos (HEILBORN; PEIXOTO; BARROS, 2020).

No universo do teletrabalho, houve uma ligação expoente entre a frequência com que os indivíduos se sentiam exaustos com o grupo que alegou ter sentido sintomas de gripe e aquele que declarou não ter sentido sintomas. Nesse sentido o trabalho dos músicos que sentiram

sintomas gripais variados – estado gripal, comprometimento do sistema respiratório, perda e/ou diminuição do paladar e do olfato, cansaço e sensação de sonolência ao longo do dia, relataram não conseguir desenvolver o trabalho de forma organizada e coerente com a necessidade do trabalhador (PESCARINI *et al.*, 2020).

Ainda, observou-se ligações significativas entre a frequência com que os músicos se sentiam exaustos e a correlação ao sexo do respondente ($W=266$; valor $p=0,0217$), trazendo mais uma vez o que a literatura nacional e internacional apontam sobre o teletrabalho associado ao trabalho doméstico. A sensação de exaustão e o fato de viver ou não com o companheiro/a, associada a frequência com que se sentiu triste e o fato de morar ou não com a companheira/o, teve um nível de significância expoente ($W=248$; valor $p=0,0100$) (CHEHAB, FERRAZ, 2020; OSKOVI-KAPLAN *et al.*, 2020).

Quesitos envolvendo saúde física, mental e o bem-estar dos trabalhadores apareceram em diversas etapas da pesquisa, legitimando com a pesquisa de Katsabian (2020) e o enredamento que rodeia os sentimentos de angustia e o fato de morar com o companheiro/a, aparecendo mais uma vez o desgaste vivenciado por mulheres e a discrepância da distribuição de atividades doméstica entre homens e mulheres.

Segundo Siqueira *et al.* (2020) com a necessidade de ficar em casa, homens e mulheres precisaram se unir para conciliar o trabalho e o cuidado com o lar, mas essa não é a realidade geral, as mulheres foram as mais afetadas com o isolamento social, a maioria da população pesquisada, cuidam de idosos e filhos, ainda, dividem o tempo entre as atividades de trabalho e o cuidado doméstico, resultando numa sobrecarga.

O trabalho durante a pandemia mudou sua forma de execução antes presencial físico e trouxe mudanças no cotidiano de muitos trabalhadores. Ambientes que outrora não tinham sido pensados para o fazer do trabalho, carregam consigo uma descaracterização da moradia, que agora mais que um local reservado para descanso, lazer e ócio, torna-se também o local de trabalho das pessoas, causado pelo fato da necessidade de isolamento social. E este trabalho que antes dispunha de espaço geográfico com vivências e ciclos sociais, agora encontra-se na ‘nuvem digital’ em que o trabalhador necessita estar sempre relatando e comprovando seus esforços (LOSEKANN; MOURÃO, 2020).

O teletrabalho modifica o funcionamento e a organização das atividades do indivíduo, no que se refere a sono, geralmente avaliado em nível da qualidade do sono, porém o mais pertinente é a profundidade do sono. Na situação dos músicos da pesquisa, a maioria da amostra não relatou qualquer alteração na qualidade do sono (BROOKS *et al.*, 2020).

Ao avaliar a qualidade de sono de músicos Pereira *et al.*, (2010) relata uma grande frequência de músicos com baixa qualidade de sono, mais baixa que até outras profissões como enfermagem, nesse sentido os músicos foram questionados sobre a sentimento de cansaço e de nervosismo ou ansiedade e para ambos os dados a maioria sente-se exausta e nervosa ou estressada com a chegada do isolamento social, são dados preocupantes, mas os estudos atuais que se refere a saúde mental durante a pandemia relatam o aumento do sofrimento psicológico como ansiedade e depressão, devido a essa quebra da rotina (BROOKS *et al.*, 2020). Entre as demais percepções emocionais e os dois itens que tratavam diretamente acerca da COVID-19 não houve qualquer relação significativa.

Em relação a quantidade de cômodos por residência, a maioria (76,8%) tem entre 4 ou mais cômodos. De acordo com IBGE (2010) são cômodos da casa, os quartos e salas do domicílio relacionados à quantidade de pessoas neste espaço. No universo da amostra pesquisada, a média de moradores por residência foi entre duas pessoas a (37%) e três pessoas por residência (34%), desta forma, considerando o espaço domiciliar possibilitando o isolamento social

A maioria dos participantes do estudo referiram sobre a sensação de não produtividade, que não se sentia menos produtivo trabalhando em casa e s facilmente era possível conciliar o trabalho com s atividades do lar tendo todas as demandas de ensino a distância, questões administrativas, trabalho como músico profissional que inclui ensaios diários, escolhas de repertório e afins adicionadas à sobrecarga de demandas diárias domiciliares, e ao não descanso do trabalho já que ele ocupava um lugar significativo dentro do lar dos músicos nesse momento excepcional.

A nova realidade cotidiana é algo que precisa ser pensado, neste teletrabalho de forma menos prejudicial, conforme Moretti Guedes-Neta e Batista (2020) discutem sobre o cotidiano dos trabalhadores diante do isolamento social, apontando o isolamento social como um privilégio de certo indivíduos, entendendo que uma boa parte da população trabalhadora necessitou prosseguir com o trabalho de forma presencial e nos auxiliando a pensar em estratégias de enfrentamento a possíveis casos de adoecimento mental como ansiedade e afins, como estratégia proposta por exemplo, evitar acompanhar as atualizações exacerbadas das mídias sobre os casos de Covid-19, evidenciando que o acesso à informação é importante, mas a frequência pode gerar uma ansiedade desnecessária.

Ainda sobre o cotidiano, a possibilidade da quarentena afetar a noção temporal, no que diz respeito a lembrar dos dias da semana, trouxe 42% dos participantes notaram algum caso de esquecimento pelo menos uma vez por semana e 7% relataram episódios de duas a quatro

vezes por semana e outros 4,7% sentem que esquecem todos os dias da semana e 2,3% esquecem o tempo todo, então mesmo com uma rotina de trabalho a grande maioria sente dificuldade de manter uma memória temporal devido ao isolamento, ou seja, a quebra da antiga rotina de sair para o trabalho influencia nessa dificuldade de se situar no espaço temporal, associado a todo o estresse, deste modo pode afetar a saúde mental dos músicos que vivem esse cotidiano atípico e sem perspectiva para o fim, aumentando a probabilidade de adoecimento(GUINANCIO *et al.*, 2020).

Conclusões

Com a análise dos resultados encontrados na pesquisa foi possível obter informações sobre a saúde física e mental dos músicos e dos docentes, observando implicações significativas nas questões relacionadas ao cotidiano dos participantes da pesquisa em quarentena com relação ao convívio no domicílio com outras pessoas.

Nessa perspectiva, é preciso continuar a pesquisar a saúde e o trabalho dos músicos e docentes da música, como forma de entender melhor os danos causados pelo isolamento social e pelo teletrabalho.

Limitações do Estudo

Este estudo possui limitações em relação a sua amostra e o universo amostral pesquisado, pois a pesquisa poderia abranger um número maior de respondentes que ficaram de fora pois não responderam o questionário no período da pesquisa. Uma força que este estudo apresenta, são os resultados inéditos para os trabalhadores da área de música e o panorama social e de saúde que alterou o *modus* de vida da população mundial. Criar uma discussão sobre os resultados teletrabalho e suas problemáticas no cotidiano do indivíduo em isolamento.

REFERÊNCIAS

AAKER, D.; KUMAR, V.; DAY, G. Marketing research. John Wiley & Sons, **Inc. New York**, 1995. 783 p.

AMAZARRAY, Mayte Raya; OLIVEIRA, Gabrielle Farias; FEIJÓ, Fernando Ribas. Contexto de Trabalho e Transtornos Mentais Comuns em Trabalhadores do Judiciário Federal no Rio Grande do Sul, Brasil. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 19, n. 3, p. 687-694, 2019.

BARROSO, B. I. D. L; SOUZA, M. B. C. A. D; BREGALDA, M. M., LANCMAN, S; COSTA, V. B. B. D. A saúde do trabalhador em tempos de COVID-19: reflexões sobre saúde, segurança e terapia ocupacional. Vol. 28, **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**. 2020. p. 1093–102.

BORGES MJR. **O vírus e o invisível: a desigualdade de gênero e o trabalho de cuidado**. Disponível em: <http://as1.trt3.jus.br/bd-trt3/handle/11103/56022>. acessado em: 31 de outubro 2020

BRASIL. UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA. **Portaria nº 090, de 17 de março de 2020**. Dispõe sobre as medidas de prevenção e adequação do funcionamento da Universidade Federal da Paraíba às determinações oficiais referentes à emergência de saúde pública decorrente do Coronavírus (COVID-19). João Pessoa, PB, 17 mar. 2020. Disponível em: <http://www.progep.ufpb.br/progep/contents/noticias/medidas-de-prevencao-e-adequacao-do-funcionamento-da-ufpb-decorrentes-do-covid-19/Portaria090GRReitoriaUFPB.pdf>. Acesso em: 31 nov. 2020.

BROOKS S.K.; WEBSTER R.K.; SMITH L.E.; WOODLAND L.; WESSELY S.; GREENBERG N.; RUBIN, G. J. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The Lancet**, 2020. Disponível em: <[http://dx.doi.org/10.1016/s0140-6736\(20\)30460-8](http://dx.doi.org/10.1016/s0140-6736(20)30460-8)>. Acessado em: 4 de outubro de 2020

CHEHAB, I M C V. Sobre mulheres empregadas, teletrabalho e Covid-19: aspectos contextuais, normativos e suas consequências no Brasil. **DIREITOS HUMANOS E EMPRESAS EM TEMPOS DA PANDEMIA DA COVID-19**, p. 117

CORREA, C. A.; VERLENGIA, R.; RIBEIRO, A. G. S. V.; CRISP, A. H. Níveis de estresse, ansiedade, depressão e fatores associados durante a pandemia de COVID-19 em praticantes de Yoga. Vol. 25, **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**. 2020. p. 1–7. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.12820/rbafs.25e0118>. Acesso em: 3 nov. 2020.

Cozby PC. **Métodos de pesquisa em ciências do comportamento**. São Paulo: Atlas 2003. 454p.

FRANCO, Tânia; DRUCK, Graça; SELIGMANN-SILVA, Edith. As novas relações de trabalho, o desgaste mental do trabalhador e os transtornos mentais no trabalho precarizado. **Revista brasileira de saúde ocupacional**, v. 35, n. 122, p. 229-248, 2010.

GIL, Antonio Carlos. (Ed 4) **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002. 175 p

GUINANCIO, J. C.; SOUSA, J. G. M.; CARVALHO, B. L. de; SOUZA, A. B. T.; FLORIANO, A. A.; RIBEIRO, W. A. COVID - 19: Daily challenges and coping strategies in the face of social isolation. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 9, n. 8, p. e259985474, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i8.5474. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/5474>. Acesso em: 23 nov. 2020.

HEILBORN, M. L. A.; PEIXOTO, C. E.; BARROS, M. M. L. DE. Tensões familiares em tempos de pandemia e confinamento: cuidadoras familiares. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/s0103-73312020300206>_Acesso em: 5 nov. 2020.

HELOANI, R.; LANCMAN, S. Psicodinâmica do trabalho: o método clínico de intervenção e investigação. *Rev. Prod.*, v.14, n.3, p.77-86, 2004. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/s0103-65132004000300009>. Acesso em: 20 nov. 2020.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATISTICA. **Estatísticas de Gênero Notas técnicas**. Disponível em: https://www.ibge.gov.br/apps/snig/v1/notas_metodologicas.html?loc=0 Acesso em 9 de novembro 2020

KATSABIAN, T. The Telework Virus: How the COVID-19 Pandemic Has Affected Telework and Exposed Its Implications for Privacy and Equality. **SSRN Electronic Journal**. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3684702>>.

LIMA J.; SIMONELLI A. P. Análise ergonômica da atividade dos músicos da Orquestra Sinfônica do Paraná: fatores de risco e cargas de trabalho. **Cadernos de Terapia Ocupacional UFSCar**. 22(1): p. 85-95. 2014.

MALTA, D. C, SZWARCOWALD, C. L, BARROS M. B. A, GOMES C. S, MACHADO, I. E, JÚNIOR P. R. B. S, ROMERO D. E, LIMA, M. G, DAMACENA, G. N, PINA, M. F, FREITAS, M. I. F, WERNECK, A. O, SILVA, D. R. P, AZEVEDO, L. O, GRACIE, R. A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal. 2020. **Epidemiol Serv Saúde**. 2020. 25 p. Disponível em: <https://scielosp.org/article/ress/2020.v29n4/e2020407/#>. Acessado em: 13 de agosto 2020. MORETTI, S. A; GUEDES-NETA, M, L, BATISTA, E. C. Nossas Vidas em Meio à Pandemia da COVID-19: Incertezas e Medos Sociais. **Revista Enfermagem e Saúde Coletiva-REDESC**, v. 5, n. 1, p. 32-41, 2020.

MOURA, R. DE C. DOS R.; FONTES, S. V.; FUKUJIMA, M. M. Doenças Ocupacionais em Músicos. **Revista Neurociências**, v. 8, n. 3, p. 103-107, 30 set. 2000. **Notas técnicas**. Disponível em: https://www.ibge.gov.br/apps/snig/v1/notas_metodologicas.html?loc=0 Acesso em 9 de novembro 2020.

OLIVEIRA, C. F. C. D; VEZZÁ, F. M. G. A saúde dos músicos: dor na prática profissional de músicos de orquestra no ABCD paulista. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 35, n. 121, p. 33-40, 2010.

OSKOVI-KAPLAN, Z. A. *et al.* **The Effect of COVID-19 Pandemic and Social Restrictions on Depression Rates and Maternal Attachment in Immediate Postpartum Women: a Preliminary Study.** *The Psychiatric quarterly*, 4 set. 2020. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1007/s11126-020-09843-1>>.

PAULA, S R; MARTINS, E T. Sob o foco da ergonomia cognitiva: o conhecimento modifica o comportamento. **Blucher Engineering Proceedings**, v. 3, n. 3, p. 343-348, 2016.

PEREIRA E. F, TEIXEIRA C. S, KOTHE F, MERINO E. A. D, DARONCO L. S. E. Percepção de qualidade do sono e da qualidade de vida de músicos de orquestra. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 37, n. 2, p. 48-51, 2010.

PESCARINI, J. *et al.* **Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil.** Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/scielopreprints.116>>.

PIRES, L. N; CARVALHO, L; XAVIER, L. L. COVID-19 e desigualdade: a distribuição dos fatores de risco no Brasil. **Experiment Findings**, 2020.

PITANGA F. J. G.; BECK C. C.; PITANGA C. P. S.; PITANGA, C. P. S. Atividade física e redução do comportamento sedentário durante a pandemia do Coronavírus. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 114, n. 6, p. 1058-1060, 2020.

PORTO COSTA, C. Contribuições da ergonomia à saúde do músico: considerações sobre a dimensão física do fazer musical. **Revista Música Hodie**, v. 5, n. 2, 24 nov. 2007.

SIQUEIRA, H. C. B.; SILVA, V. O. B.; PEREIRA, A. L. S.; GUIMARÃES FILHO, J. D.; SILVA, W. R. Pandemia de COVID-19 e Gênero: Uma Análise sob a Perspectiva do Princípio Constitucional da Isonomia. **Revista Psicologia & Saberes**, v. 9, n. 18, p. 216-226, 2020.

TANUS, G. F. S. C.; SÁNCHEZ-TARRAGÓ, N. Activities and challenges of brazilian university libraries during the covid 19 pandemic. **Revista Cubana de Informacion en Ciencias de la Salud**, p. 1-35, 2020.

TRELHA, C. S., DE CARVALHO, R. P., FRANCO, S. S., NAKAOSKI, T., BROZA, T. P., DE LORENA FÁBIO, T., & ABELHA, T. Z. Arte e saúde: frequência de sintomas músculo-esqueléticos em músicos da orquestra sinfônica da Universidade Estadual de Londrina. **Semina: ciências biológicas e da saúde**, v. 25, n. 1, p. 65-72, 2004.

Universidade Federal da Paraíba às determinações oficiais referentes à emergência de saúde pública decorrente do Coronavírus (COVID-19). João Pessoa, PB, 17 mar. 2020. Disponível em: <http://www.progep.ufpb.br/progep/contents/noticias/medidas-de-prevencao-e-adequacao-do-funcionamento-da-ufpb-decorrentes-do-covid-19/Portaria090GRReitoriaUFPB.pdf>.