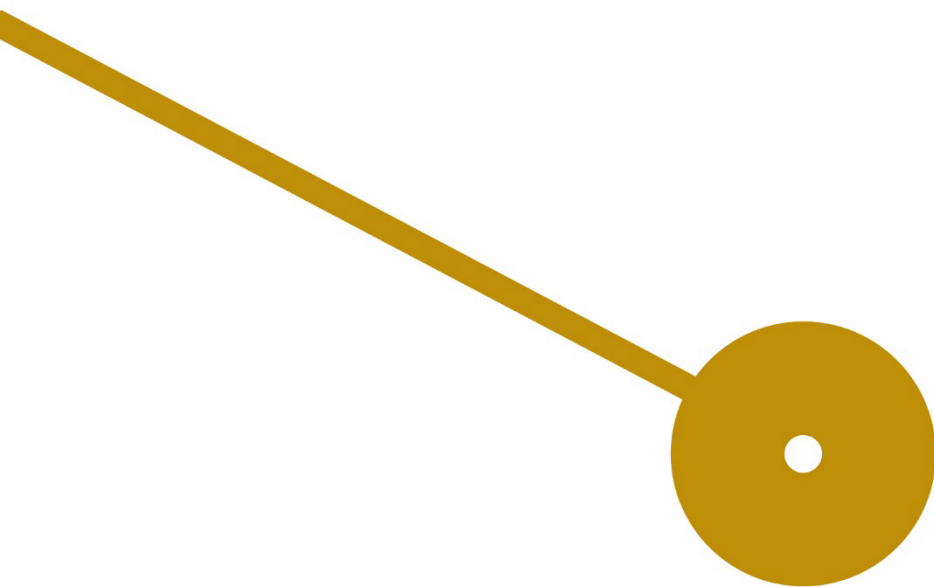


Distonia Focal

O Conhecimento sobre a Distonia Focal no Ensino Superior

Inês Gonçalves Fernandes

06/2025





Distonia Focal

O Conhecimento sobre a Distonia Focal no Ensino Superior

Inês Gonçalves Fernandes

Relatório de Estágio apresentado à Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo e à Escola Superior de Educação como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Ensino de Música, especialização Instrumento e Classes de Conjunto, *Guitarra*.

Professor(es) Orientador(es)
Artur Caldeira

Professor(es) Cooperante(s)
Paulo Peres
Augusto Pacheco

06/2025

Dedico este trabalho a todos aqueles que tiveram de descobrir novas paixões para além da música.

Agradecimentos

Ao professor orientador, Artur Caldeira, pela ajuda constante, por tudo o que me ensinou ao longo do meu percurso académico.

Aos professores cooperantes, Paulo Peres e Augusto Pacheco, com quem desenvolvi as minhas capacidades letivas, pela disponibilidade de cooperação, assim como por todas as orientações e ensinamentos fornecidos durante o meu estágio profissional.

Igualmente, aos alunos que permitiram a observação e lecionação, pela sua empatia e entrega.

Aos alunos das Escolas Superiores de Música.

Aos que puderam partilhar a sua história para este Projeto de Investigação.

Aos meus pais pelo apoio incondicional.

Aos meus amigos pela motivação.

À Eduarda.

Resumo

O presente Relatório de Estágio foi elaborado no âmbito da Unidade Curricular de Prática de Ensino Supervisionada do Mestrado em Ensino da Música da Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo e está organizado em três capítulos.

No Capítulo I, apresenta-se uma contextualização e caracterização do Conservatório de Música do Porto, desde a sua estrutura organizacional, recursos, comunidade educativa, até à descrição pormenorizada do ensino da guitarra clássica na instituição.

No Capítulo II, descreve-se a Prática de Ensino Supervisionada, através de perfis de alunos, relatórios de observação, planificação de aulas, entre outros.

No Capítulo III, o foco recai sobre o Projeto de Investigação, o qual explora a distonia focal, com ênfase no conhecimento que existe no Ensino Superior sobre a mesma, incluindo uma revisão bibliográfica, apresentação da metodologia de estudo, análise de dados de questionários aplicados a alunos e entrevistas realizadas a músicos, apresentação e discussão dos resultados e, por último, conclusão.

Os resultados indicam que o conhecimento sobre a distonia focal, apesar de ao longo dos últimos anos se ter difundido um pouco mais, ainda é relativamente reduzido, pois trata-se de um tema pouco discutido, o que pode ser bastante prejudicial para a carreira dos músicos. De igual forma, concluiu-se que, no Ensino Superior, a saúde dos músicos, no que toca à prática musical e outros aspetos da saúde física e psicológica, não recebe a devida atenção.

Palavras-chave

Relatório de Estágio; Ensino da Música; Distonia Focal; Saúde dos Músicos.

Abstract

This Internship Report was prepared as part of the Supervised Teaching Practice curricular unit of the Master's Degree in Music Teaching at the Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo and is organized into three chapters.

Chapter I provides a contextualization and characterization of the Conservatório de Música do Porto, from its organizational structure, resources and educational community, to a detailed description of classical guitar teaching at the institution.

Chapter II describes the Supervised Teaching Practice, through student profiles, observation reports, lesson planning, among other things.

In Chapter III, the focus is on the Research Project, which explores focal dystonia, with an emphasis on the knowledge that exists in higher education about it. It includes a literature review, presentation of the study methodology, analysis of data from questionnaires applied to students and interviews conducted with musicians, presentation and discussion of the results and, finally, the conclusion. The results indicate that although knowledge about focal dystonia has become more widespread in recent years, it is still relatively limited, as it is a little-discussed topic, which can be quite detrimental to musicians' careers. Similarly, it was concluded that in higher education, musicians' health, in terms of musical practice and other aspects of physical and psychological health, does not receive the attention it deserves.

Keywords

Internship Report; Music Teaching; Focal Dystonia; Musicians' Health.

Índice

Índice de Figuras	xi
Índice de Gráficos.....	xi
Introdução.....	1
Capítulo I – Guia da Observação da Prática Musical.....	2
1.1 Introdução	3
1.2 História	4
1.3 Conservatório de Música do Porto – Caracterização da instituição.....	6
1.3.1 Enquadramento legal.....	6
1.3.2 Contexto físico e social	7
1.4 Comunidade Educativa	7
1.4.1 Alunos	7
1.4.2 Pessoal Docente	8
1.4.3 Pessoal não docente.....	9
1.4.4 Pais e Encarregados de Educação	9
1.4.5 Associação de Estudantes	9
1.5 Recursos Físicos e Património	9
1.5.1 Dimensões e Condições Físicas da Escola.....	10
1.5.2 Biblioteca Escolar	11
1.6 Operacionalização	11
1.6.1 Missão	11
1.6.2 Visão	12
1.6.3 Princípios.....	12
1.6.4 Valores	14
1.6.5 Linhas Orientadoras	15
1.6.6 Matriz Organizacional.....	16
1.6.7 Centro de Apoio à Aprendizagem	19
1.6.8 Equipa de Produção, Comunicação e Imagem.....	20
1.6.9 Equipa de Horários.....	20
1.6.10. Equipa PADDE.....	20
1.6.11. Gabinete de Apoio ao Prosseguimento de Estudos (GAPE)	21
1.6.12. Serviços de Psicologia e Orientação (SPO).....	22
1.7 Oferta Educativa	22

1.8	O ensino da guitarra clássica no Conservatório de Música do Porto	25
1.8.1	Iniciação Musical - Competências e Conteúdos Mínimos	25
1.8.2	Ensino Básico (2.º Ciclo) – Competências e Conteúdos Mínimos.....	26
1.8.3	Ensino Básico (3.º Ciclo) – Competências e Conteúdos Mínimos.....	28
1.8.4	Ensino Secundário – Competências e Conteúdos Mínimos	31
1.8.5	Orquestra de Cordas Dedilhadas – Critérios de Avaliação	32
	3.º Ciclo	34
1.8.6	Provas de Avaliação e Matrizes.....	36
1.8.7	Corpo Docente da disciplina de Guitarra	42
	Capítulo II – Prática de Ensino Supervisionada	43
2.1	Introdução	44
2.2	Apresentação do Professor Supervisor e dos Professores Cooperantes.....	44
2.2.1	Professor Supervisor – Artur Caldeira.....	45
2.2.2	Professor Cooperante de Instrumento – Paulo Peres	47
2.2.3	Professor Cooperante de Classe de Conjunto (Orquestra de Cordas.....	48
	Dedilhadas 2.º ciclo) - Augusto Pacheco	48
2.3	Cronogramas da Prática de Ensino Supervisionada	50
2.3.1	Aula Individual de Ensino Básico	50
2.3.2	Aula Individual de Ensino Secundário	51
2.3.3	Classe de Conjunto de Ensino Básico – Orquestra de Cordas Dedilhadas do 2.º	
	Ciclo.....	52
2.4	Perfil dos Alunos e Classe de Conjunto.....	52
2.4.1	Aula Individual de Ensino Básico	52
2.4.2	Aula Individual do Ensino Secundário.....	53
2.4.3	Classe de Conjunto de Ensino Básico – Orquestra de Cordas Dedilhadas do 2.º	
	Ciclo.....	53
2.5	Relatório de Observação	54
2.5.1	Aula Individual de Ensino Básico	54
2.5.2	Aula Individual de Ensino Secundário	55
2.5.3	Classe de Conjunto de Ensino Básico – Orquestra de Cordas Dedilhadas 2.º Ciclo	
	56
2.6	Planificações	57
2.6.1	Aula individual de Ensino básico	57
2.6.2	Aula Individual de Ensino Secundário	64

2.6.3 Classe de Conjunto do Ensino Básico – Orquestra de Cordas Dedilhadas 2.º Ciclo	70
2.7 Atividades	75
2.9 Reflexão Final	76
Capítulo III – Projeto de Investigação	78
Distonia Focal – O Conhecimento sobre a Distonia Focal no Ensino Superior	78
3.1 Introdução	79
3.2 Definição dos Objetivos	81
3.3 Revisão de Literatura	82
3.4 Metodologia	93
Natureza do Estudo	93
Estudo Exploratório	93
Metodologia Mista	93
3.5 Instrumentos de Recolha de Dados	93
3.5.1 FUC das Licenciaturas em Música – Variante Instrumento e Canto e Mestrado em Ensino da Música e Interpretação Artística	94
3.5.2 Questionário	94
3.5.3 Entrevista	97
3.6 Métodos de Análise de Dados	98
3.6.1 Análise de Conteúdo	98
3.6.2 Estatística Descritiva	99
3.7 Apresentação e Análise de Dados	99
3.7.1 Análise dos Resultados	100
3.8 A Abordagem à Distonia Focal no Ensino Superior	100
3.8.1 Análise das FUC	100
3.8.2 Questionário	100
3.8.3 Entrevistas	102
3.9 O Conhecimento sobre a Distonia Focal no Ensino Superior	102
3.9.1 Questionário	102
3.9.2 Entrevistas	105
3.10 Opinião dos Participantes sobre a Importância de Abordar a Saúde dos Músicos no Contexto Académico	106

3.10.1 Questionário	106
3.10.2 Entrevistas.....	109
3.11 A Experiência.....	109
3.11.1 Questionário	109
3.11.2 Entrevista	109
3.12 Discussão dos dados.....	110
Bibliografia	116
Anexos.....	119
Anexo 1 - Relatórios de Observação das Aulas do Ensino Básico	120
Anexo 2 - Relatórios de Observação das Aulas de Ensino Secundário	138
Anexo 3 - Relatórios de Observação das Aulas de Classe de Conjunto.....	149
Anexo 4 - Questionário	166
Anexo 5 - Entrevista.....	175

Índice de Figuras

Figura 1	Missão, Princípios e Valores	15
Figura 2	Organograma de Articulação entre órgãos e estruturas de apoio no CMP ..	17
Figura 3	Instrumentos Ministrados no Conservatório de Música do Porto	24
Figura 4	Instrumentos de 144 pacientes com distonia focal	84
Figura 5	Principais Sintomas da Distonia Focal	85
Figura 6	Padrões típicos de postura distónica num pianista, violinista, flautista e trombonista	86
Figura 7	Representação somatossensorial dos dedos da mão num músico com distonia	87
Figura 8	Possível interação entre a predisposição e os fatores intrínsecos e extrínsecos	88
Figura 9	Métodos de reabilitação para a distonia focal	92

Índice de Gráficos

Gráfico 1	Distribuição dos participantes por faixa etária	96
Gráfico 2	Curso a frequentar	96
Gráfico 3	Instituição de Ensino frequentada	97
Gráfico 4	Na tua instituição de ensino, existe alguma unidade curricular (obrigatória ou opcional) /atividade dedicada à saúde dos músicos?	101
Gráfico 5	Com que frequência recibes instruções durante as aulas sobre postura/ergonomia?	102
Gráfico 6	O que é a Distonia Focal?	103
Gráfico 7	Quais são os principais sintomas da distonia focal?	103
Gráfico 8	A distonia pode ser prevenida com técnicas de estudo adequadas?	104
Gráfico 9	Fonte de informação através da qual ouviu falar sobre distonia focal	104
Gráfico 10	Conheces/conheceste algum colega/professor com distonia focal?	105
Gráfico 11	Alguma vez tiveste sinais de distonia focal?	105
Gráfico 12	Na tua opinião, a saúde dos músicos é tratada com a devida importância no meio académico?	107
Gráfico 13	Participação em workshops/disciplinas relacionadas com a saúde dos músicos	108
Gráfico 14	Opinião sobre a utilidade de uma UC/atividade voltada para a saúde dos músicos	108

Introdução

O presente relatório descreve o estágio profissionalizante, realizado no âmbito da Unidade Curricular de Prática de Ensino Supervisionada, a qual integra o Mestrado em Ensino da Música da Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo (ESMAE).

Está organizado em três distintos capítulos, sendo que o primeiro caracteriza a Instituição na qual o estágio decorreu, o Conservatório de Música do Porto, tendo em conta o seu Projeto Educativo e incluindo uma descrição do ensino da guitarra clássica nessa mesma instituição, através dos seus documentos orientadores.

O segundo capítulo descreve a minha Prática de Ensino Supervisionada, realizada nessa mesma Instituição, através de cronogramas, relatórios de observação das diferentes aulas, perfis dos alunos envolvidos e planificações das aulas supervisionadas. Para além disso, inclui-se, ainda, uma reflexão final sobre todo este processo.

Por último, o terceiro capítulo apresenta o Projeto de Investigação. Com base na literatura existente, é feita uma breve contextualização sobre o conceito de distonia focal, bem como sobre fatores de risco, diagnóstico e estratégias de reabilitação. Um dos objetivos é perceber o nível de conhecimento que existe no Ensino Superior de Música sobre a distonia focal. Para tal, foram realizados questionários aos alunos das Escolas Superiores de Música e entrevistas a alguns alunos/ex-alunos desses mesmos cursos, pretendendo contribuir para práticas educativas que integrem a saúde dos músicos nos seus planos de estudo.

Capítulo I – Guia da Observação da Prática Musical

1.1 Introdução

O Conservatório de Música do Porto (CMP), instituição centenária, foi criado a 1 de junho de 1917, sendo uma das escolas mais prestigiadas na área do ensino artístico especializado de música.

O Conservatório de Música do Porto, enquanto escola pública do ensino especializado da música, destaca-se pelo seu papel de referência no contexto nacional do ensino artístico. Tal tem vindo a ser defendido ao longo de várias gerações de professores e alunos que têm contribuído para construir o seu prestígio.

Ao longo deste primeiro capítulo será realizada uma contextualização desta instituição, a qual me acolheu para a realização da Prática de Ensino Supervisionada, bem como uma descrição do ensino da guitarra clássica no Conservatório de Música do Porto. Seguidamente, apresento o Conservatório, utilizando, para efeitos de objetividade, informação retirada do documento “Projeto Educativo”, datado de 29 de janeiro de 2024 e disponível no website do Conservatório. Aqui serão descritos vários aspetos relativos à sua história, enquadramento legal, contexto físico e social, a sua comunidade educativa, os seus recursos físicos e a sua operacionalização, incluindo os princípios e valores, linhas orientadoras, plano de ação e oferta educativa.

Por fim, será apresentado o ensino de guitarra clássica, através dos seus documentos orientadores, onde estão descritos os conteúdos mínimos e competências a atingir em cada nível de ensino, bem como a organização e matrizes de avaliação das provas intercalares e finais para cada ano e grau de instrumento.

1.2 História

Desde a segunda metade do século XIX, o Porto sentia a necessidade da criação de uma instituição pública destinada ao ensino da Música, a par do que aconteceu em Lisboa aquando da criação do Conservatório Nacional, em 1835. Após algumas tentativas, das quais se destaca a do Professor Ernesto Maia, a pedido da Direção Geral da Instrução Prática, surge uma mais consistente, da responsabilidade do pianista e diretor da orquestra Raimundo de Macedo. Já desde dezembro de 1911, logo após a Implantação da República, esta figura marcante da vida musical portuense, vinha a desenvolver um conjunto de iniciativas que acabaram por culminar na definitiva sensibilização do poder local para este empreendimento.

No dia 7 de maio de 1917, em reunião, a Comissão Administrativa da Câmara Municipal do Porto, composta pelo então Presidente Eduardo dos Santos Silva, por Armando Marques Guedes e Joaquim Gomes de Macedo, foi encarregada de estudar a organização de um conservatório de música nesta cidade.

Assim, a 1 de junho de 1917, o Senado da Câmara Municipal do Porto aprovou, por unanimidade, a criação do Conservatório de Música do Porto. O número de alunos matriculados no ano letivo de 1917/1918 foi de 339, estando distribuídos pelos cursos de piano, canto, violino, viola, violoncelo, instrumentos de sopro e composição.

O corpo docente fundador era constituído por Raimundo de Macedo, Joaquim de Freitas Gonçalves, Luís Costa, José Cassagne, Pedro Blanco, Óscar da Silva, Ernesto Maia, Moreira de Sá, Carlos Dubbini, José Gouveia, Benjamim Gouveia e Angel Fuentes. Por indicação do Conselho Escolar e decisão da Câmara Municipal, a primeira direção foi constituída por Moreira de Sá como diretor e Ernesto Maia como subdiretor.

Oficialmente, o Conservatório de Música do Porto foi inaugurado a 9 de dezembro de 1917 e ficou instalado na Travessa do Carregal, n.º 87 e manteve-se aí até ao dia 13 de março de 1975. Até abril de 1974, o CMP teve como Diretores Moreira de Sá, Ernesto Maia, Hernâni Torres, Luís Costa, José Gouveia, Joaquim Freitas Gonçalves, Maria Adelaide Freitas Gonçalves, Cláudio Carneyro, Stella da Cunha, Silva Pereira e José Delerue. Quando as instalações se tornaram insuficientes e novos ventos sopraram no país e na escola, após abril de 1974, o Conservatório transferiu-se para instalações com maior capacidade e mais possibilidades de satisfazer a procura desta formação artística.

Deste modo, a partir de 13 de março de 1975, o Conservatório passou a ocupar o palacete municipal, outrora pertencente à família Pinto Leite, na Rua da Maternidade, n.º 13, no Porto.

Os sucessivos conselhos diretivos foram assumidos por um conjunto assinalável de profissionais de mérito, quer a nível pedagógico quer artístico, tendo sido seus presidentes Fernando Jorge Azevedo, Alberto Costa Santos, Anacleto Pereira Dias, Maria Fernanda Wandschneider, António Cunha e Silva, Manuela Coelho, Maria Isabel Rocha e António Moreira Jorge.

Os progressivos constrangimentos de espaço, que não a qualidade e beleza do edifício e jardins envolventes, no antigo Palacete da Rua da Maternidade, aliados à necessidade de melhores condições para satisfazer uma procura crescente e para assumir outros modelos de organização e de prática pedagógica, bem como o assumir de outros regimes de frequência, levaram a que fossem procuradas novas soluções para o crónico problema de instalações. Desde 15 de setembro de 2008, após obras de requalificação e ampliação, esta instituição mudou de instalações, para a Praça Pedro Nunes, vindo a ocupar a área oeste da Escola Secundária Rodrigues de Freitas. Tal mudança promoveu a reorganização do projeto educativo do Conservatório cujo elemento mais relevante foi a oferta do regime de frequência de ensino integrado.

Em 2017, o Conservatório de Música do Porto celebrou o seu centenário através de uma intensa programação cultural, a qual incluiu concertos, palestras, masterclasses, conferências, entre outros. O Conservatório de Música do Porto é das escolas mais prestigiadas na área do ensino artístico nacional. Mercê da ação de figuras musicais de primeiro plano, o Conservatório tem realizado um percurso relevante, consolidado pela competência dos seus professores e pelo rigor e exigência da sua formação.

No historial do CMP estão inscritos professores da mais alta qualificação pedagógica e artística, bem como alunos que vieram a ser reconhecidos como importantes figuras da música portuguesa, como intérpretes, compositores, diretores de orquestra, professores, investigadores ou em outras funções relevantes da área da música. A própria Orquestra Sinfónica do Porto, da RDP, posteriormente substituída pela Régie Cooperativa Sinfónica, Orquestra Clássica do Porto e pela Orquestra Nacional do Porto (hoje Orquestra Casa da Música), teve origem na Orquestra do Conservatório do Porto. O Conservatório foi agraciado com a Medalha de Mérito grau ouro da cidade do Porto.

1.3 Conservatório de Música do Porto – Caracterização da instituição

O Conservatório de Música do Porto é uma escola pública do Ensino Artístico Especializado da Música (EAEM), constituindo um setor específico do nosso sistema educativo. Assim, pela sua qualidade de escola pública, uma parte substancial da definição da sua organização interna e regime de funcionamento está reconhecida na legislação que enquadra e regulamenta o funcionamento destas escolas.

O CMP orienta-se por um conjunto alargado de documentos e normativos que estabelecem o funcionamento das escolas de ensino regular. No entanto, enquanto escola pública do ensino artístico, o Conservatório partilha com as restantes escolas do setor uma larga maioria dos elementos definidores e caracterizadores desta realidade do sistema de ensino.

1.3.1 Enquadramento legal

Os cursos ministrados no Conservatório de Música do Porto foram sempre legalmente enquadrados pela legislação específica que ia sendo criada para o Conservatório Nacional de Lisboa, nomeadamente os Decreto-Lei n.º 5.546, de 9 de maio de 1919 e o Decreto-Lei n.º 18.881, de 25 de setembro de 1930.

Em 1983, por força do Decreto-Lei n.º 310/83, de 1 julho, estes Conservatórios foram reconvertidos por uma reestruturação do ensino da Música, preconizada de acordo com as seguintes linhas gerais: inserção no esquema geral em vigor para os diferentes níveis de ensino; criação de áreas vocacionais da música integradas no ensino regular, preparatório e secundário; integração no ensino superior politécnico do ensino profissional, ao mais alto nível técnico e artístico. Deixam, assim, de ser lecionados nos Conservatórios de Lisboa e Porto os cursos superiores de Música. Atualmente, o Conservatório de Música de Porto rege-se pelo enquadramento geral, o Decreto-Lei n.º 55/2018, de 7 de julho e o Decreto-Lei n.º 54/2018, de 6 de julho, bem como pela legislação específica do ensino artístico especializado do ensino da música, a Portaria n.º 223-A/2018, de 3 de agosto e a Portaria n.º 229-A/2018, de 14 de agosto.

1.3.2 Contexto físico e social

O Conservatório de Música do Porto, situado no centro da cidade, é uma instituição com um impacto significativo não apenas na sua zona geográfica, mas também em toda a cidade e nos concelhos limítrofes, garantindo através das suas inúmeras atividades uma presença evidente na vida cultural de toda a região.

Como escola pública do ensino especializado de música, o Conservatório assinala também o seu papel no contexto do ensino artístico nacional. Este estatuto tem sido defendido através das sucessivas gerações de professores e alunos que vêm construindo a sua história.

Nos anos mais recentes, as condições materiais e humanas, entretanto criadas, conduziram a escola ao desenvolvimento de outras formas de organização e de oferta formativa, nomeadamente com o alargamento da frequência do regime integrado, até então impraticável. Mas, apesar de um aumento progressivo da frequência em regime integrado, continua a registar-se um número significativo de matrículas no regime supletivo. Nessa situação, os alunos frequentam numa outra escola as aulas da sua formação geral. Ora, como um número ainda significativo dos seus alunos vive fora da cidade, o regime supletivo surge muitas vezes como a solução mais adequada à gestão do seu horário e do seu currículo.

Tal facto tem levado a uma concentração dos horários letivos destes alunos no período da tarde e a um prolongamento para o período noturno, fazendo com que o último tempo termine apenas às 22h20. Este alargamento do leque de escolhas dos horários pretende facilitar a frequência de duas escolas por parte dos alunos e das suas famílias. Tem como consequência, para o Conservatório, a prática de um horário de funcionamento bastante alargado, começando às 08h20, para os alunos do regime integrado, e prolongando-se diariamente até às 22h20, de 2.^a a 6.^a feira, aproveitando ainda o período de sábado de manhã, das 08h20 às 13h20, para os restantes regimes.

1.4 Comunidade Educativa

1.4.1 Alunos

O Conservatório tem mais de 1000 alunos, matriculados desde o 1.º ano do 1.º ciclo, até ao 12.º ano/8.º grau. No ano letivo 2018/2019 contou com 1051.

Tratando-se de uma escola de Ensino Artístico Especializado da Música, a admissão ao CMP é feita através de provas de admissão, por níveis etários e de ensino, onde os candidatos são selecionados pelas suas aptidões e/ou pelos seus conhecimentos musicais, independentemente da sua área de residência.

O número total de alunos matriculados nos vários regimes de frequência permite constatar três dados principais: a consolidação do regime integrado, já perfeitamente assumido e contextualizado; a manutenção do regime supletivo, com um peso significativo na organização da vida escolar e um menor significado das matrículas em regime articulado.

A frequência deste ensino, em qualquer dos regimes previstos, implica um contínuo trabalho individual, em grande parte realizado em casa. Isso sucede em quase todas as disciplinas musicais do currículo, nomeadamente ao nível da formação nuclear de instrumento ou canto. A natural preponderância da apresentação pública implica uma rotina de concertos, audições, concursos, provas.

Esta prática continuada implica numerosas apresentações dentro e fora da escola, com algumas consequências práticas, tanto no que respeita ao acompanhamento dos alunos por parte dos professores, como na compreensão e envolvimento dos encarregados de educação, sendo, por isso, muito importante a disponibilidade das famílias para o acompanhamento necessário dos alunos no seu trabalho de casa e até no acompanhamento dos mesmos nas deslocações ao CMP ou fora dele em determinadas atividades.

1.4.2 Pessoal Docente

Em maio de 2009, foram estabelecidos os quadros para as escolas do EAEM, através da Portaria n.º 551/2009, de 26 de maio, alterada pela Portaria n.º 1266/2009, de 16 de outubro. A seleção e recrutamento de docentes do ensino artístico especializado da música rege-se pelo do Decreto-Lei n.º 15/2018, de 7 de março, alterado pelo Decreto-Lei n.º 94/2023, de 17 de outubro que estabelece o regime específico de seleção e recrutamento de docentes do ensino artístico especializado da música e da dança.

1.4.3 Pessoal não docente

O Conservatório dispõe de 22 AO e 8 AT, os quais transitaram para a gestão da Câmara Municipal a 1 de abril de 2023, no âmbito do processo de descentralização de competências para os Municípios no setor da Educação, no termos do Decreto-Lei n.º 21/2019, de 30 de janeiro.

1.4.4 Pais e Encarregados de Educação

Existe uma Associação de Pais e Encarregados de Educação. Os Encarregados de Educação estão representados nos órgãos do Conservatório e colaboram na vida do mesmo e na proposta e concretização de diversas atividades.

1.4.5 Associação de Estudantes

Existe uma Associação de Estudantes, constituída por alunos do 9.º ano e do Curso Secundário, que promove a comunicação entre alunos e desenvolve atividades próprias, tais como estágios de orquestra, *jam sessions*, entre outras.

1.5 Recursos Físicos e Património

No que respeita a património, o CMP tem sido, ao longo da sua existência, fiel depositário dos espólios de diversas personalidades musicais de relevo, de que se destacam partituras, livros diversos, obras de arte, instrumentos musicais, documentação vária e objetos pessoais ou institucionais com interesse museológico.

Este acervo patrimonial representa uma importante contribuição documental sobre figuras da cultura e da vida musical da cidade do Porto, com valor histórico e didático. Merece destaque o espólio da violoncelista Guilhermina Suggia, o espólio musical do compositor e violinista Nicolau Ribas, documentação diversa sobre Moreira de Sá, Cláudio Carneyro, Óscar da Silva, Berta Alves de Sousa, ou ainda do tenor italiano Roncalli, que viveu na cidade do Porto. Das doações bibliográficas refiram-se as de Margarida Brochado, do Prof. José Delerue, do Padre Ângelo Pinto e de Fernando Correia de Oliveira.

Existem algumas pinturas e desenhos de destacados pintores da cidade do Porto, assim como um conjunto assinalável de fotografias de personalidades ligadas ao Conservatório, assinadas por autores ou estúdios de fotografia célebres. Regista-se um grande esforço, em anos mais recentes, no sentido de construir um arquivo de registos sonoros e de imagem de audições e concertos, para além do registo escrito. Estes documentos revelam-se de grande interesse para a afirmação da identidade do Conservatório, na qual se podem rever todos os membros da sua comunidade educativa.

1.5.1 Dimensões e Condições Físicas da Escola

A partir de 15 de setembro de 2009, mercê de obras de requalificação e ampliação, inseridas no projeto-piloto de requalificação das escolas, levado a cabo pela “Parque Escolar”, esta instituição passou a ocupar a ala poente do edifício até então ocupado unicamente pela Escola Secundária Rodrigues de Freitas, e ainda dois edifícios construídos de raiz, onde se situam os auditórios, a biblioteca e outros equipamentos de apoio, imprescindíveis a este tipo de ensino e as instalações do 1.º Ciclo.

O CMP, sendo escola não agrupada, oferece todos os níveis e ciclos de ensino, incluindo o 1.º, 2.º e 3.º ciclo do básico e o nível secundário, sendo possível iniciar os estudos no 1.º ano do 1.º ciclo e terminar no 12.º ano, fazendo assim todo o percurso escolar no CMP. As suas instalações têm em conta essas características, garantindo, em traços gerais, uma diversificada caracterização de salas, condições físicas de mobiliário, equipamento, acesso e outras condicionantes, adaptadas à diversidade de idades dos alunos, nomeadamente no que respeita ao 1.º e 2.º ciclos.

As instalações do CMP estão devidamente adaptadas ao ensino da música, privilegiando o isolamento acústico das salas e uma diferente caracterização de vários tipos de espaços, de acordo com o tipo de utilização, número de alunos, instrumento, grupo, aulas de formação artística ou geral.

Considerando a atual dimensão da comunidade escolar, nomeadamente pessoal docente e discente, as instalações são já limitadas e colocam alguns constrangimentos nomeadamente ao alargamento da oferta educativa e elaboração e gestão de horários.

O auditório foi inaugurado a 13 de abril de 2009, conjuntamente com o estúdio de gravação. Existem ainda espaços próprios para a Direção, Serviços Administrativos, salas de professores, gabinetes de Departamentos, sala de pessoal não docente, espaços de convívio para alunos, e outros.

O Conservatório e a Escola Secundária Rodrigues de Freitas partilham alguns espaços, como a cantina, o bar, o pavilhão gimnodesportivo, ginásios e balneários.

1.5.2 Biblioteca Escolar

A Biblioteca do Conservatório de Música do Porto desenvolve a sua atividade de acordo com as orientações da Rede de Bibliotecas Escolares em que está integrada. A Biblioteca Escolar possui um fundo documental maioritariamente constituído por música impressa e integra um conjunto de documentos com valor artístico e histórico assinalável. Permite o acesso a um conjunto de recursos, desenvolve atividades e oferece serviços que têm por objetivo incentivar e apoiar a aprendizagem dos alunos e o trabalho dos professores.

Constitui um espaço de aprendizagem onde a leitura, pesquisa, imaginação e criatividade são fundamentais para o percurso escolar dos alunos e para o seu crescimento pessoal, social e cultural.

1.6 Operacionalização

1.6.1 Missão

Na prossecução da sua ação pedagógica, indissociável da especificidade de escola vocacionada para o Ensino Artístico Especializado da Música (EAEM) que o caracteriza, o Conservatório de Música do Porto (CMP) revê-se na missão da Escola Pública apostada na “consolidação de uma educação escolar em que os alunos desta geração global constroem e sedimentam uma cultura científica e artística de base humanista” nos moldes constantes do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO), homologado pelo Despacho n.º 6478/2017, de 26 de julho.

Nesta linha de caracterização, o CMP:

- Preconiza a sua intervenção educativa em dois planos complementares:

- a) o da formação integral dos alunos que acolhe, mobilizando para tal, conforme se preconiza no PASEO “valores e competências que lhes permitem intervir na vida e na história dos indivíduos e das sociedades, tomar decisões livres e fundamentadas sobre questões naturais, sociais e éticas, e dispor de uma capacidade de participação cívica, ativa, consciente e responsável”.
- b) o da especificidade da formação artística, que o define e destaca no contexto do Ensino Artístico Especializado da Música.

- Define como Missão:

Garantir aos alunos que acolhe uma formação integral de excelência, centrada na área da Música e orientada para o prosseguimento de estudos.

1.6.2 Visão

O Conservatório de Música do Porto propõe-se reforçar a sua ação enquanto organização de referência:

- no Ensino Artístico Especializado da Música;
- no Desenvolvimento e na Realização dos alunos que acolhe;
- no Bem-estar da Comunidade Educativa.

1.6.3 Princípios

“Os Princípios justificam e dão sentido a cada uma das ações relacionadas com a execução e a gestão do currículo na escola, em todas as áreas disciplinares.” *In* PASEO.

Os princípios orientadores da formação – integral e artística – veiculada pelo CMP, consignados neste Projeto Educativo, começam por ancorar-se na Base humanista, subjacente à ação educativa, que privilegia a centralidade da pessoa, a dignidade humana e a ação sobre o mundo enquanto bem comum; convergem no Saber, central ao processo educativo, essencial à intervenção nas sociedades e no mundo; na Aprendizagem, perspectivada ao serviço do conhecimento com a finalidade de “ensinar a aprender”, na escola e ao longo de toda a vida; na Inclusão de todos numa escola que aponta para a equidade e a democracia, para o respeito pela diversidade e pela salvaguarda do direito de todos à aprendizagem; na Coerência e Flexibilidade que permitam “trazer a realidade para as aprendizagens”, aspeto de particular relevância no âmbito do ensino especializado da música e da vertente performativa que o caracteriza.

Com efeito, a gestão flexível do currículo configura modos eficazes de preparar os alunos para os desafios do futuro, conforme destaca o Diretor da Educação da OCDE e refere o relatório da UNESCO “Reimaginar os nossos futuros juntos — um novo contrato social para a educação” (UNESCO, 2021).

Em consonância com os princípios já referidos, patentes no PASEO, que toma como documento regulador, numa ótica de preparação dos alunos que acolhe para o futuro, o CMP baseia a sua atuação em princípios que se pautam pela Adaptabilidade e Ousadia, como resposta a novos contextos de reconfiguração e utilização do conhecimento e das capacidades adquiridas, bem próximos da educação artística, e pela Sustentabilidade, único garante da “continuidade histórica da civilização humana”.

Os princípios enunciados assentam num outro que o PASEO define como essencial para que a educação possa desenvolver-se e produzir efeitos, o da Estabilidade, que se traduz no tempo e persistência indispensáveis para a consolidação e desenvolvimento dos efeitos da educação e das aprendizagens.

Em estreita articulação com estes princípios aglutinadores, no âmbito do Ensino Especializado da Música, o CMP destaca como princípios basilares da especificidade da sua ação:

- a) a aquisição de competências nos domínios da execução e criação musical e o desenvolvimento de conhecimentos e capacidades em todos os regimes de ensino e vertentes formativas que alberga, incluindo no âmbito das tecnologias digitais.
- b) o desenvolvimento da capacidade de cooperação: trabalho colaborativo e adaptabilidade, por exemplo, através da prática regular de música de conjunto e de atividades de aprendizagem experienciais, diversificadas e próximas da realidade;
- c) a educação para a participação na construção da sociedade, sublinhando o valor da sensibilidade artística e da partilha de conhecimento nas relações interpessoais;
- d) a inovação, a pesquisa e a investigação, estimulando uma atitude inconformista, pautada pela ousadia face ao conhecimento e ao desenvolvimento da criatividade;
- e) o valor intrínseco da formação integral dos alunos, desenvolvendo a capacidade crítica, a sensibilidade e o sentido estético;

- f) a sensibilização para o respeito e defesa do património da humanidade, designadamente o cultural e artístico;
- g) o incentivo à superação das limitações e à busca da perfeição, que se atingem pela perseverança, pela disciplina e pelo rigor, portadores de realização e estabilidade;
- h) o desenvolvimento do sentido da responsabilidade e a capacidade de autodeterminação potenciados pela gestão flexível do currículo, visando a autonomia e a capacidade de gerir as próprias aprendizagens;
- i) a educação para a autonomia e para a intervenção na sociedade e no mundo, gerando autoconfiança e favorecendo a iniciativa individual ao serviço do bem comum;
- j) a internacionalização e a aprendizagem de línguas como reforço da cooperação, dos intercâmbios e da integração na Europa e no mundo.

1.6.4 Valores

O CMP orienta a sua ação educativa na convicção, expressa no PASEO, de que “todas as crianças e jovens devem ser encorajados, nas atividades escolares, a desenvolver e a pôr em prática os valores por que se deve pautar a cultura de escola”, valores esses consentâneos com os princípios atrás referidos e que passam a enunciar-se:

- **Responsabilidade e integridade** - Respeitar-se a si mesmo e aos outros; saber agir eticamente, consciente da obrigação de responder pelas próprias ações; ponderar as ações próprias e alheias em função do bem comum.

- **Excelência e exigência** - Aspirar ao trabalho bem feito, ao rigor e à superação; ser perseverante perante as dificuldades; ter consciência de si e dos outros; ter sensibilidade e ser solidário para com os outros.

- **Curiosidade, reflexão e inovação** - Querer aprender mais; desenvolver o pensamento reflexivo, crítico e criativo; procurar novas soluções e aplicações.

- **Cidadania e participação** - Demonstrar respeito pela diversidade humana e cultural e agir de acordo com os princípios dos direitos humanos; negociar a solução de conflitos em prol da solidariedade e da sustentabilidade ecológica; ser interventivo, tomando a iniciativa e sendo empreendedor.

- **Liberdade** - Manifestar a autonomia pessoal centrada nos direitos humanos, na democracia, na cidadania, na equidade, no respeito mútuo, na livre escolha e no bem comum.

Figura 1

Missão, Princípios e Valores



Fonte: Projeto Educativo 2024, CMP

A *Missão, Visão, Princípios e Valores*, nos moldes acima descritos e sintetizados na Figura 1 supra, articulam-se, sustentam e norteiam o Plano de Ação educativa do CMP, materializado nas *Linhas Orientadoras, Matriz Organizacional, Oferta Educativa e Eixos de Intervenção* que o constituem.

1.6.5 Linhas Orientadoras

Na observância das características do Ensino Artístico Especializado da Música anteriormente apresentadas e na prossecução da sua missão o CMP propõe-se:

- a) preparar os alunos, através de uma formação de excelência, orientada para o prosseguimento de estudos; para a entrada no mercado de trabalho, em profissões de nível intermédio; para o desenvolvimento individual e a vida em comunidade, numa perspetiva de formação integral;
- b) apostar na formação específica de cada aluno, proporcionando-lhe o conhecimento e domínio das diversas áreas que integram a sua formação musical, que deverá contemplar:
 - uma sólida formação ao nível da prática instrumental;
 - uma aprofundada formação teórico-prática ao nível das ciências musicais;

- uma elevada capacidade de leitura musical;
- um domínio interpretativo de diferentes géneros e estilos musicais;
- crescente familiaridade com o repertório contemporâneo e competências para a sua interpretação;
- a prática continuada de música de conjunto.

1.6.6 Matriz Organizacional

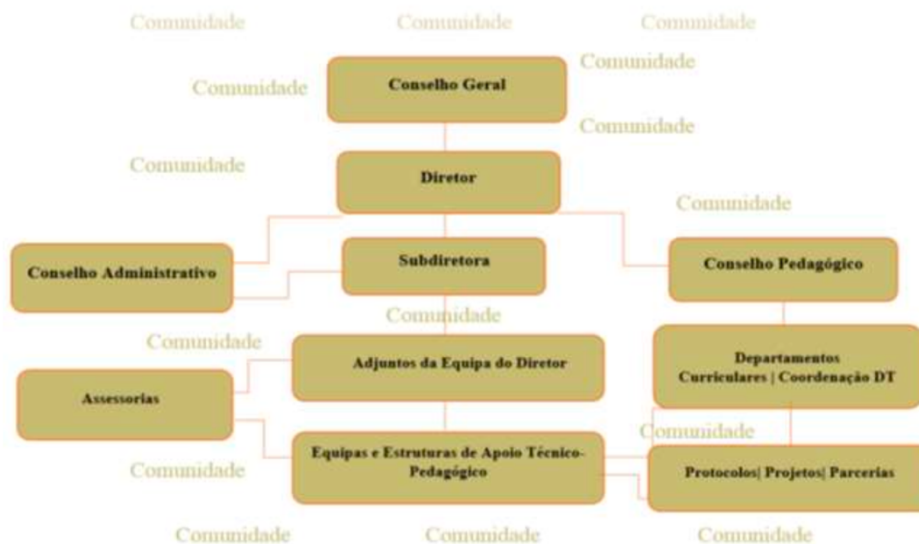
Em termos de planeamento, execução/implementação e avaliação, a ação do CMP tem vindo a consolidar-se progressivamente em torno de uma cultura de colaboração que caracteriza o funcionamento das diversas equipas que a seguir se apresentam, cujo trabalho converge na Missão, Visão e Objetivos organizacionais.

A natureza do estabelecimento de ensino especializado da música que caracteriza o CMP torna intrínseca ao seu funcionamento a metáfora da orquestra – popular no contexto do estudo do funcionamento das organizações – e do contributo concertado de cada elemento para as finalidades comuns acima enunciadas.

Com efeito, é sobre a consciência de que a colaboração no plano organizacional i) envolve participação corresponsável na elaboração conjunta de planos e proposta de ação e ii) se pauta pelo reconhecimento de interdependência, pela necessidade de confiança mútua e pelo compromisso entre os membros dos órgãos de gestão e equipas de trabalho que o CMP estrutura a sua ação, conforme ilustrado na Figura 2.

Figura 2

Organograma de Articulação entre órgãos e estruturas de apoio no CMP



Fonte: Projeto Educativo 2024, CMP

Na extensão da Figura 2, na sua estrutura orgânica, o CMP conta com o apoio das seguintes equipas e estruturas:

Equipa de Autonomia e Flexibilidade Curricular

Com a finalidade de apoiar e monitorizar o Plano de Desenvolvimento Curricular (PDC) e enquanto garante da respetiva implementação, esta equipa é composta por representantes de diferentes departamentos curriculares, da formação geral e vocacional. O PDC do CMP, por seu turno, tem por finalidades enquadrar, validar e integrar os vários projetos e atividades que a escola tem vindo a desenvolver à luz da Autonomia e Flexibilidade Curricular, alicerçada, por sua vez, no Decreto-lei n.º 55/2018, de 6 de julho e a Portaria n.º 181/2019, de 11 de junho. Neste sentido, definiram-se como objetivos:

- a) aumentar o envolvimento dos alunos nas atividades da escola;
- b) aumentar a motivação dos alunos;
- c) aumentar o número de alunos de música no secundário;
- d) promover o sucesso pleno;
- e) promover a realização pessoal e coletiva;
- f) promover o sentido de pertença;
- g) incentivar o prosseguimento de estudos na área da música;
- h) integrar opções curriculares já existentes no PDC do CMP;

i) Integrar a metodologia de trabalho por projetos na gramática escolar do CMP.

Paralelamente, em consonância com os objetivos delineados e, de acordo com Decreto-lei n.º 55/2018, de 6 de julho, a escola, centrando-se nas áreas de competências consignadas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e no contexto da sua comunidade educativa, estabelece prioridades no desenvolvimento do planeamento curricular, tomando as seguintes opções:

Opções Curriculares:

- a) a valorização das artes, das ciências, do desporto, das humanidades, das tecnologias de informação e comunicação, e do trabalho prático e experimental, bem como a integração das componentes de natureza regional e da comunidade local;
- b) o exercício da cidadania ativa, de participação social, em contextos de partilha e de colaboração e de confronto de ideias sobre matérias da atualidade;
- c) a implementação do trabalho de projeto como dinâmica centrada no papel dos alunos enquanto autores, proporcionando aprendizagens significativas.

Por último, afigura-se relevante destacar que, no âmbito do plano, as opções curriculares da escola concretizam -se, entre outras, nas seguintes possibilidades:

Decisões curriculares:

- a) combinação parcial ou total de componentes de currículo ou de formação, áreas disciplinares, disciplinas ou unidades de formação de curta duração, com recurso a domínios de autonomia curricular, promovendo tempos de trabalho interdisciplinar, com possibilidade de partilha de horário entre diferentes disciplinas;
- b) desenvolvimento de trabalho prático ou experimental com recurso a desdobramento de turmas ou outra organização;
- c) integração de projetos desenvolvidos na escola em blocos que se inscrevem no horário semanal, de forma rotativa ou outra adequada.

A operacionalização do PDC assenta sobre os seguintes eixos orientadores:

- 1.º | Projeto Classes de Conjunto - modelo de organização de alunos: lógica de ciclo e não de turma, todos os alunos (do mesmo ciclo) no mesmo horário desdobrando-se em vários grupos de trabalho, com a respetiva equipa de docentes;
- 2.º | Projeto Audições Escolares - organização de audições/apresentações públicas de alunos, abertas a todos os alunos do CMP e à comunidade com um modelo de organização quinzenal;

3.º | Colaboração Interdisciplinar / Grande Projeto Interdisciplinar - envolvimento de toda a comunidade educativa (Formação Geral e Formação Vocacional) num tema agregador anual, mobilizador e catalisador do trabalho colaborativo e da implementação da metodologia de projeto ao longo do ano letivo.

1.6.7 Centro de Apoio à Aprendizagem

O CAA é uma estrutura de apoio agregadora dos recursos humanos e materiais, dos saberes e competências da escola, conforme previsto no Art.º 13.º da Lei n.º 116/2019, de 13 de setembro.

Através dele, pretende-se desenvolver um sistema de colaboração, cooperação e articulação com os docentes, com vista à real inclusão e promoção do sucesso de todos os alunos. O CAA, em colaboração com os demais serviços e estruturas do CMP, tem como objetivos:

- a) Apoiar a inclusão das crianças e jovens no grupo/turma e nas rotinas e atividades da escola, designadamente através da diversificação de estratégias de acesso ao currículo;
- b) Criar e consolidar nos alunos hábitos de trabalho autónomo, de estudo e de aprendizagem;
- c) Proporcionar aos alunos espaços abertos e facultativos onde poderão encontrar apoio pedagógico;
- d) Contribuir para a diversificação de estratégias e métodos educativos;
- e) Desenvolver nos alunos aptidões e hábitos de trabalho baseados na consulta, tratamento e produção de informação, tais como selecionar, analisar e utilizar documentos;
- f) Proporcionar oportunidades de mobilização das aprendizagens realizadas nos contextos académico e artístico;
- g) Promover um ambiente que estimule o uso criterioso e integrado de tecnologias educativas digitais;
- h) Tornar possível a plena utilização dos recursos pedagógicos existentes, das diferentes disciplinas e de projetos da escola;
- i) Desenvolver o respeito pelo uso da propriedade comum inculcando um espírito de cooperação e de partilha;
- j) Promover e apoiar o acesso à formação, ao ensino superior e à integração na vida pós-escolar;
- k) Promover e apoiar o acesso ao lazer, à participação social e à vida autónoma.

Enquadradas nos objetivos enunciados, são atribuições do CAA:

- a) Promover mudanças qualitativas de processos e produtos de aprendizagem para uma implicação efetiva na inclusão e no sucesso escolar;
- b) Promover a participação efetiva, a autodeterminação, a autoestima e a confiança dos alunos nas suas capacidades, alargando as suas perspetivas e expectativas de futuro;
- c) Desenvolver a autonomia de aprendizagem dos alunos através de diversos processos;
- d) Possibilitar práticas de autorregulação e autoavaliação dos alunos;
- e) Envolver os pais e famílias no acompanhamento e participação no processo ensino e aprendizagem;
- f) Articular as atividades desenvolvidas no CAA com o trabalho desenvolvido no âmbito das respostas educativas.

1.6.8 Equipa de Produção, Comunicação e Imagem

Responsável pela multiplicidade e diversidade das dinâmicas, internas e externas, inerentes à(s):

- Vertentes curricular e performativa e do ensino da música (ensaios, programas, concertos, espaços, logística, recursos técnicos e humanos, entre outros);
- Organização curricular das disciplinas da formação geral;
- Articulação, traduzida em trabalho colaborativo, entre formação vocacional e geral.

À vertente de planeamento e organização desta equipa associa-se a de divulgação das iniciativas através de canais internos, tais como a página de internet e o circuito interno de transmissão e externos, nomeadamente através da publicação nas redes sociais.

1.6.9 Equipa de Horários

Tem a seu cargo a elaboração e coordenação dos horários dos alunos dos três regimes de frequência: integrado, articulado e supletivo, bem como dos horários docentes.

1.6.10. Equipa PADDE

Uma vez que a requalificação dos espaços do CMP começou por priorizar as necessidades logísticas para a prática musical, o Plano de Ação Digital para o Desenvolvimento das Escolas (PADDE), posto em marcha nos Estados-Membros da

União Europeia, permite agora dar respostas estruturadas às necessidades de investimento nas tecnologias digitais, de importância incontornável na sociedade, logo, também nas escolas de hoje.

A fase de diagnóstico, planeamento e implementação das dimensões – pedagógica, organizativa e tecnológica/digital – nas várias fases do PADDE permitiu a respetiva configuração como um instrumento estratégico, integrado e agregador das informações sobre os meios tecnológicos existentes, o grau de competências digitais da comunidade educativa e respetiva evolução.

Em articulação com a comunidade, representada na equipa PADDE alargada, a equipa PADDE do CMP desenvolveu ações estratégicas, orientadas para:

- a) uma melhor gestão e aproveitamento dos recursos tecnológicos;
- b) a aposta em novos recursos e projetos orientados para a transição digital;
- c) atividades de capacitação para docentes, discentes e outros agentes educativos.

O PADDE constitui-se, desta forma, e prevalece como um plano de intervenção aberto, ao serviço da melhoria da qualidade educativa, monitorizado pela Equipa de Autoavaliação e avaliado por todos os intervenientes na dinâmica escolar.

1.6.11. Gabinete de Apoio ao Prosseguimento de Estudos (GAPE)

Este gabinete tem por finalidade apoiar os alunos, sobretudo os do terceiro ciclo do ensino básico e do ensino secundário e respetivos Encarregados de Educação (EE), em questões relacionadas com a tomada de decisões sobre os percursos académicos existentes nas diversas áreas da Música.

O GAPE é formado por docentes do CMP, funciona em articulação permanente com o Conselho Pedagógico e, através dele, com a coordenação DT, SPO e demais estruturas de apoio.

São objetivos do GAPE:

- acompanhar os alunos e EE nos momentos de conclusão dos ciclos de estudo – 3.º ciclo e ensino Secundário;
- proporcionar oportunidades de opção informada e adequada ao perfil e/ou interesses de cada aluno;

– prestar informação atualizada em cada ano letivo quanto aos procedimentos relacionados:

- a) com a conclusão de ciclos de estudos;
- b) com o prosseguimento de estudos, tanto para o ensino artístico secundário (no término do 3.º ciclo) como para o ensino superior (concluído o 12.º ano);
- c) com outras vias por que venham a optar.

1.6.12. Serviços de Psicologia e Orientação (SPO)

O Serviço de Psicologia e Orientação (SPO) é uma unidade especializada dirigida a toda a comunidade educativa: discente, docente, não docente, pais e encarregados de educação.

Esta estrutura de apoio técnico-pedagógico é constituída por uma psicóloga com atribuições nos domínios: da Orientação Escolar e Profissional; do Apoio ao Desenvolvimento do Sistema de Relações da Comunidade Escolar; do Apoio/Aconselhamento Psicopedagógico e Psicoeducativo a alunos e agentes educativos.

A atuação da psicóloga escolar enquadra-se num plano de ação/missão técnica constante dos referenciais legais e técnico-científicos dos psicólogos escolares, e concretiza-se num plano anual próprio, integrado no Plano Anual de Atividades (PAA) do CMP.

As funções de psicólogo escolar são exercidas ao abrigo do código deontológico da prática da psicologia da Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP), publicado na 2.ª Série do Diário da República a 20 de abril de 2011, Regulamento N.º 258/2011.

1.7 Oferta Educativa

Com a articulação geral deste subsistema de ensino globalmente definida e regulamentada, as escolas do ensino artístico especializado têm hoje ao seu dispor um conjunto de ferramentas que favorecem o desenvolvimento sustentado das suas funções pedagógicas e artísticas. Tais condições garantem uma aplicação natural dos seus planos de estudo, dando cumprimento aos seus objetivos.

A oferta educativa do Conservatório decorre da legislação que foi sendo produzida pelo Ministério da Educação para as escolas públicas do ensino artístico especializado da música, nomeadamente a partir da publicação do Decreto-Lei n.º 310/83, de 1 de julho. Assim, os cursos atualmente em funcionamento no Conservatório de Música do Porto são: o Curso Básico de Música, o Curso Básico de Canto Gregoriano, e os Cursos Secundários de Instrumento, Formação Musical, Composição e Canto.

A esta oferta formativa acrescentou-se há alguns anos a Iniciação Musical, curso destinado ao 1.º ciclo, com objetivos, programas, condições de acesso e regimes de frequência próprios.

Enquadramento legal e Planos de Estudo:

Portaria n.º 223-A/2018, de 3 de agosto – Cursos Básicos

Portaria n.º 229-A/2018, de 14 de agosto – Cursos Secundários

Assim, ao nível da sua implementação nos diversos níveis de ensino, a oferta educativa estrutura-se da seguinte forma:

1.º Ciclo/Iniciação - em regime integrado ou supletivo

Horário: Diurno

Duração: 4 anos, a começar no 1.º Ano.

Curso Básico de Música

Curso Artístico Especializado – Música, em regime integrado, articulado ou supletivo

Horário: Misto

Duração: 5 anos, a começar no 1.º grau (5.º ano de escolaridade – 2.º ciclo)

Certificação escolar: 9.º ano de escolaridade / Curso Básico de Música

Curso Básico de Canto Gregoriano

Curso Artístico Especializado – Música, em regime integrado, articulado ou supletivo

Horário: Misto

Duração: 5 anos, a começar no 1.º grau (5.º ano de escolaridade – 2.º ciclo)

Certificação escolar: 9.º ano de escolaridade / Curso Básico de Música

Curso Secundário de Música *

- Instrumento
- Formação Musical
- Composição

Curso Artístico Especializado – Música, em regime integrado, articulado ou supletivo

Horário: Misto

Duração: 3 anos

Certificação escolar: 12.º ano de escolaridade / Curso Secundário de Música

Curso Secundário de Canto *

Curso Artístico Especializado – Música, em regime integrado, articulado ou supletivo)

Horário: Misto

Duração: 3 anos

Certificação escolar: 12.º ano de escolaridade / Curso Secundário de Canto

* Nos Cursos Secundários de Instrumento e de Canto existe a oferta de variante Jazz.

Em termos de oferta educativo o CMP oferece ainda diversos Cursos livres, nas áreas da Música (Clássica, Tradicional e Jazz), Teatro e Dança.

Figura 3

Instrumentos Ministrados no Conservatório de Música do Porto

Acordeão	Oboé
Bandolim	Órgão
Canto	Percussão
Clarinete	Piano
Contrabaixo	Saxofone
Cravo	Trombone
Fagote	Trompa
Flauta de Bisel	Trompete
Flauta	Tuba
Guitarra clássica	Violeta
Guitarra portuguesa	Violino
Harpa	Violoncelo

Fonte: Projeto Educativo 2024, CMP

1.8 O ensino da guitarra clássica no Conservatório de Música do Porto

A informação descrita nos próximos pontos foi, para efeitos de objetividade, retirada do documento “Cordas Dedilhadas – Guitarra – Competências, Conteúdos Mínimos, Provas de Avaliação” do ano letivo 2024-2025, gentilmente cedido pelo professor cooperante Paulo Peres, assim como do documento “Departamento Curricular de Canto, Classes de Conjunto, Acompanhamento e Jazz – Critérios de Avaliação”, disponíveis no *website* do Conservatório.

1.8.1 Iniciação Musical - Competências e Conteúdos Mínimos

1.º Ciclo	
Competências	Conteúdos*
<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver o interesse pela música e pela guitarra; • Desenvolver o sentido rítmico e a musicalidade; • Desenvolver a aquisição de uma correta posição e colocação de ambas as mãos, evitando posturas erradas e tensões/contrações musculares; • Desenvolver progressivamente a iniciação à notação musical, começando por explorar as cordas soltas; • Desenvolver progressivamente a aquisição dos procedimentos básicos da técnica da guitarra; • Adquirir gradualmente uma técnica de mão direita que confira segurança e clareza sonora; • Desenvolver a memória musical; • Desenvolver gradualmente a prática instrumental com a interpretação de estudos e peças adequados a este nível de ensino. 	<p style="text-align: center;">1.º Ciclo <u>1.º e 2.º Ano</u></p> <p>➤ Aquisição dos procedimentos básicos da técnica da guitarra</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pulsação com apoio dos dedos indicador e médio com especial atenção para a sua alternância e substituição: exercícios simples com cordas soltas e melodias ou canções simples com o uso das três primeiras cordas • Noção de posição e de quádruplo da mão esquerda: pequenos exercícios cromáticos e diatónicos • Pulsação simples do polegar • Pulsação intercalada do polegar com os outros dedos • Escalas de uma oitava • Interpretação de pequenos estudos ou peças elementares.

	<p><u>3.º e 4.º Ano</u></p>
	<p>➤ Aquisição/desenvolvimento dos procedimentos básicos da técnica da guitarra</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pulsação com apoio dos dedos indicador e médio com especial atenção para a sua alternância e substituição • Noção de posição e de quádruplo da mão esquerda: pequenos exercícios cromáticos e diatónicos • Conhecimento do registo da guitarra até ao quinto trasto • Pulsação simples do polegar • Pulsação intercalada do polegar com os outros dedos • Pulsação simultânea do polegar com outros dedos • Pulsação simultânea do indicador e médio • Arpejos de três notas • Acordes de três sons • Escalas de uma ou duas oitavas • Interpretação de estudos ou peças

*Haverá que ajustar a abordagem dos conteúdos ao ano de escolaridade em que os alunos iniciam a aprendizagem do instrumento assim como às suas características/capacidades psico-motoras.

1.8.2 Ensino Básico (2.º Ciclo) – Competências e Conteúdos Mínimos

<p>5.º Ano / 1.º Grau</p>
<p>Competências</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Trabalhar a aquisição de uma postura corporal e instrumental correta, numa perspetiva de evitar tensões e contrações musculares. • Saber colocar corretamente ambas as mãos sobre a guitarra.

- Dominar os procedimentos elementares da técnica guitarrística: pulsação com apoio, pulsação sem apoio, notas simultâneas, arpejos e acordes de três sons.
- Conhecer e dominar a escala da guitarra até ao quinto trasto.
- Ser capaz de identificar as notas das cordas soltas assim como as da primeira e da segunda posição da mão esquerda.
- Ser capaz de coordenar ambas as mãos.
- Compreender e dominar progressivamente o ritmo e a métrica musical.
- Adquirir progressivamente a capacidade de concentração e autonomia para o estudo individual.
- Ser capaz de memorizar as obras do seu repertório.

Conteúdos Mínimos

- Exercícios técnicos
- Duas escalas maiores de duas oitavas com a sua relativa menor
- Oito estudos ou peças que no seu conjunto contenham os seguintes aspetos técnicos: pulsação com e sem apoio, notas simultâneas, arpejos de três notas, acordes de três sons e melodia acompanhada

6.º Ano / 2.º Grau

Competências

- Desenvolver a aquisição de uma postura corporal e instrumental correta, numa perspetiva de evitar tensões e contrações musculares.
- Saber colocar corretamente ambas as mãos sobre a guitarra.
- Ser capaz de coordenar ambas as mãos.
- Dominar com segurança os procedimentos elementares da técnica guitarrística: pulsação com apoio, pulsação sem apoio, notas simultâneas, arpejos e acordes de quatro sons e ligados simples.
- Conhecer e dominar a escala da guitarra até ao sétimo trasto.
- Compreender e dominar progressivamente o ritmo e a métrica musical.
- Ser capaz de desenvolver gradualmente a velocidade e a regularidade da pulsação, integrando o uso do metrónomo no estudo diário.
- Desenvolver progressivamente a leitura musical no instrumento.
- Adquirir progressivamente a capacidade de concentração e autonomia para o estudo individual.
- Ser capaz de memorizar as obras do seu repertório.

Conteúdos Mínimos

- Exercícios técnicos

- Duas escalas maiores de duas oitavas com a sua relativa menor
- Quatro estudos
- Quatro peças de diferentes estilos

Nota: O programa deverá conter os seguintes aspetos técnicos: arpejos de quatro notas, melodia acompanhada, acordes de quatro sons e ligados simples.

1.8.3 Ensino Básico (3.º Ciclo) – Competências e Conteúdos Mínimos

7.º Ano / 3.º Grau
Competências
<ul style="list-style-type: none"> • Possuir uma correta postura corporal e instrumental. • Dominar com segurança os procedimentos elementares da técnica guitarrística: pulsação com apoio e sem apoio, arpejos e acordes de quatro notas, ligadas simples e pequenas barras. • Conhecer e dominar a escala da guitarra até ao décimo segundo trasto. • Compreender e dominar o ritmo e a métrica musical. • Ser capaz de desenvolver gradualmente a velocidade e a regularidade da pulsação, integrando o uso do metrónomo no estudo diário. • Desenvolver a capacidade para compreender e interpretar algumas formas musicais simples e diferentes estilos musicais. • Dominar progressivamente os diferentes parâmetros da execução e interpretação musical: dinâmica, timbre, articulação, sentido de frase. • Possuir um controle básico da sonoridade. • Ser capaz de afinar a guitarra. • Ter a capacidade de desenvolver a concentração e autonomia para o estudo individual. • Ser capaz de memorizar as obras do seu repertório. • Trabalhar a leitura musical no âmbito do instrumento.
Conteúdos Mínimos
<ul style="list-style-type: none"> • Escalas de três oitavas de Mi maior, Mi menor, Fá maior e Mi Cromática. • Quatro estudos, sendo obrigatoriamente um do período clássico ou romântico e outro do século XX ou XXI • Uma obra do período clássico ou romântico • Uma obra do século XX ou XXI • Três obras de livre escolha

8.º Ano / 4.º Grau
Competências
<ul style="list-style-type: none"> • Possuir uma correta postura corporal e instrumental. • Dominar com segurança a sonoridade e os aspetos técnicos essenciais do instrumento: harmónicos, ligados técnicos, barras, uso criterioso da pulsação simples e apoiada. • Conhecer e dominar os vários registos da guitarra, em toda a sua extensão. • Compreender e dominar o ritmo e a métrica musical. • Possuir um apurado sentido da pulsação, assim como um domínio seguro da velocidade. O uso do metrónomo como estratégia para o desenvolvimento da velocidade e regularidade de pulsação deve estar interiorizado pelo aluno. • Compreender e dominar de forma criteriosa os diferentes parâmetros da execução e interpretação musical: dinâmica, timbre, articulação, sentido de frase. • Compreender a lógica de uma dedilhação ao serviço do discurso musical. • Compreender e interpretar as diferentes formas musicais, tipos de estilo e de carácter do seu repertório. • Ter facilidade de leitura musical no âmbito do instrumento. • Reconhecer os elementos indicativos da expressão musical no decorrer da partitura. • Ser capaz de usar gradualmente o <i>vibrato</i> como recurso expressivo. • Ser capaz de afinar a guitarra. • Ser capaz de cuidar as unhas da mão direita como estratégia para uma boa sonoridade. • Desenvolver a capacidade auditiva e a capacidade crítica. • Ser capaz de memorizar as obras do seu repertório. • Ter a capacidade de autonomia e de concentração. • Desenvolver a capacidade performativa em palco.
Conteúdos Mínimos
<ul style="list-style-type: none"> • Escalas de três oitavas de Sol M, Lá M, Fá#m e Mi Cromática • Quatro estudos, sendo obrigatoriamente um do período clássico e/ou romântico e outro do século XX ou XXI • Uma obra do período renascentista ou barroco • Uma obra do período clássico ou romântico • Uma obra do século XX ou XXI • Duas obras de livre escolha <p>Nota: É obrigatório incluir um estudo ou uma obra de compositor português.</p>

9.º Ano / 5.º Grau
Competências
<ul style="list-style-type: none"> • Possuir uma correta postura corporal e instrumental. • Dominar com segurança a sonoridade e os aspetos técnicos essenciais do instrumento: harmónicos, ligados técnicos, barras, uso criterioso da pulsação simples e apoiada. • Conhecer e dominar os vários registos da guitarra, em toda a sua extensão. • Compreender e dominar o ritmo e a métrica musical. • Possuir um apurado sentido da pulsação, assim como um domínio seguro da velocidade. O uso do metrónomo como estratégia para o desenvolvimento da velocidade e regularidade de pulsação deve estar interiorizado por parte do aluno. • Compreender e dominar de forma criteriosa os diferentes parâmetros da execução e interpretação musical: dinâmica, timbre, articulação, sentido de frase. • Compreender a lógica de uma dedilhação ao serviço do discurso musical. • Compreender e interpretar as diferentes formas musicais, tipos de estilo e de carácter do seu repertório. • Ter facilidade de leitura musical no âmbito do instrumento. • Reconhecer os elementos indicativos da expressão musical no decorrer da partitura. • Ser capaz de usar gradualmente o <i>vibrato</i> como recurso expressivo. • Ser capaz de afinar a guitarra. • Ser capaz de cuidar as unhas da mão direita como estratégia para uma boa sonoridade. • Desenvolver a capacidade auditiva e a capacidade crítica. • Ser capaz de memorizar as obras do seu repertório. • Ter a capacidade de autonomia e de concentração. • Desenvolver a capacidade performativa em palco.
Conteúdos Mínimos
<ul style="list-style-type: none"> • Todas as escalas de três oitavas • Quatro estudos, sendo obrigatoriamente um do período clássico e/ou romântico e outro do século XX ou XXI • Uma obra do período renascentista ou barroco • Uma obra do período clássico ou romântico • Uma obra do século XX ou XXI • Duas obras de livre escolha

1.8.4 Ensino Secundário – Competências e Conteúdos Mínimos

O aluno, até ao final do curso secundário, deve revelar ter desenvolvido e adquirido as seguintes competências:

Competências
<ul style="list-style-type: none"> • Possuir uma correta postura corporal e instrumental • Ser possuidor de uma sólida formação técnica e musical, no instrumento • Compreender e dominar com segurança os diversos estilos e formas musicais • Compreender e dominar de forma segura e criteriosa os diferentes parâmetros da execução e interpretação musical: dinâmica, timbre, articulação, pulsação, sentido de frase, ataque (legato, pizzicato, staccato ...) • Compreender e demonstrar uma lógica de dedilhação ao serviço do discurso musical • Ser capaz de fazer um uso criterioso do <i>vibrato</i> como recurso expressivo • Compreender e interpretar os diferentes tipos de carácter do seu repertório • Possuir autonomia para estudar e construir uma interpretação musical de uma obra • Ser capaz de memorizar as obras do seu repertório • Dominar a harmonia funcional da guitarra • Possuir noções básicas de ornamentação • Possuir capacidade crítica fundamentada relativamente a uma interpretação • Ser criativo numa perspetiva de desenvolvimento de uma personalidade artística • Conhecer o repertório e literatura essencial da guitarra • Demonstrar uma atitude performativa em palco
Conteúdos Mínimos – 10.º Ano / 6.º Grau
<ul style="list-style-type: none"> • Escalas de duas oitavas em terceiras • Quatro estudos, sendo obrigatoriamente um do período clássico ou romântico e outro do século XX ou XXI <p>(Nota: Os alunos em regime supletivo apenas terão de trabalhar três estudos)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Uma obra do período barroco • Uma obra do período clássico ou romântico • Uma obra do século XX ou XXI • Duas obras de livre escolha (Nota: Os alunos em regime supletivo apenas terão de trabalhar uma obra de livre escolha)
Conteúdos Mínimos – 11.º Ano / 7.º Grau
<ul style="list-style-type: none"> • Escalas de duas oitavas em terceiras e/ou sextas • Um estudo de H. Villa-Lobos

- Três estudos, sendo obrigatoriamente um do período clássico ou romântico e outro do século XX ou XXI (Nota: Os alunos em regime supletivo apenas terão de trabalhar dois estudos)
- Um andamento de uma suite de J.S.Bach ou S.L.Weiss
- Uma obra do período clássico ou romântico
- Uma obra do século XX ou XXI
- Uma obra de livre escolha

Nota: É obrigatório incluir um estudo ou uma obra de compositor português

Conteúdos Mínimos – 12.º Ano / 8.º Grau

- Escalas de duas oitavas em terceiras e/ou sextas
- Um estudo de H. Villa-Lobos
- Um estudo de trémolo
- Dois estudos sendo obrigatoriamente um do período clássico ou romântico
- Dois andamentos de uma suite de J.S.Bach ou S.L.Weiss
- Um andamento de sonata ou uma obra ou um tema com variações, do Século XIX
- Uma obra do século XX ou XXI
- Uma obra de livre escolha

Nota: Poderá ser repetido um estudo e uma obra trabalhados no 10º ano ou no 11º ano

1.8.5 Orquestra de Cordas Dedilhadas – Critérios de Avaliação

2.º Ciclo

Domínios/ Atitudes	Descritores (o que o aluno deve ser capaz de fazer)	Instrumentos
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Organizar o estudo e encontrar os meios para superar dificuldade; ▪ Participar com empenho nas atividades de sala de aula; ▪ Planear, organizar e apresentar atividades, partilhando tarefas e responsabilidades; ▪ Comunicar em diferentes contextos de maneira adequada, ▪ Ter e preservar os materiais de trabalho; 	

<p>S A B E R E S T A R</p> <p>(20%)</p>	<p>Responsabilidade</p> <p>Respeito/ Cumprimento de Regras</p> <p>Autonomia</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Evidenciar sentido de responsabilidade, empenho e esforço em melhorar a aprender; ▪ Ser assíduo e pontual; ▪ Conhecer e cumprir as regras de funcionamento da Escola; ▪ Interagir com tolerância, respeitar e colaborar com os colegas, professores e funcionários; ▪ Adotar comportamentos adequados com contextos de cooperação, partilha e colaboração; ▪ Evidenciar responsabilidade no cumprimento de prazos na entrega de trabalhos; ▪ Desenvolver ideias e soluções de forma imaginativa e criativa; ▪ Manifestar autonomia na realização de tarefas; ▪ Fazer autoanálise do desempenho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na aprendizagem; ▪ Demonstrar uma boa atitude em público. 	<p>Observação direta</p>
<p>S A B E R F A Z E R</p> <p>(80%)</p>	<p>Cognitivo</p> <p>Sensorial</p> <p>Técnico e Performativo</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Desenvolver competências no domínio da afinação ▪ Desenvolver competências no domínio da correta postura física; ▪ Desenvolver competências no domínio da Música de Conjunto; ▪ Desenvolver a capacidade de concentração; ▪ Adquirir progressivamente conhecimento de repertório de música de conjunto; 	<p>Observação direta (35%)</p> <p>Estudo Individual (25%)</p> <p>Apresentação Pública (30%)</p>

		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Adquirir e desenvolver domínio na emissão sonora, de acordo com a sua idade, maturidade vocal e intelectual; ▪ Cumprir o programa proposto; ▪ Adquirir metodologias de estudo no sentido de uma progressiva autonomização, de acordo com a sua idade e maturidade intelectual; ▪ Desenvolver o gosto musical orientado para a noção de estilo e forma; ▪ Participar em aulas de grupo, ensaios, audições, concertos, concursos, masterclasses ou outras atividades propostas. 	
--	--	---	--

3.º Ciclo

Domínios/ Atitudes		Descritores (o que o aluno deve ser capaz de fazer)	Instrumentos
S A B E R E S T A R (15%)	Responsabilidade Respeito/ Cumprimento de Regras Autonomia	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Organizar o estudo e encontrar os meios para superar dificuldade; ▪ Participar com empenho nas atividades de sala de aula; ▪ Planear, organizar e apresentar atividades, partilhando tarefas e responsabilidades; ▪ Comunicar em diferentes contextos de maneira adequada, ▪ Ter e preservar os materiais de trabalho; ▪ Evidenciar sentido de responsabilidade, empenho e esforço em melhorar a aprender; ▪ Ser assíduo e pontual; ▪ Conhecer e cumprir as regras de 	Observação direta

		<p>funcionamento da Escola;</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Interagir com tolerância, respeitar e colaborar com os colegas, professores e funcionários; ▪ Adotar comportamentos adequados com contextos de cooperação, partilha e colaboração; ▪ Evidenciar responsabilidade no cumprimento de prazos na entrega de trabalhos; ▪ Desenvolver ideias e soluções de forma imaginativa e criativa; ▪ Manifestar autonomia na realização de tarefas; ▪ Fazer autoanálise do desempenho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na aprendizagem; ▪ Demonstrar uma boa atitude em público. 	
<p>S A B E R F A Z E R (85%)</p>	<p>Cognitivo</p> <p>Sensorial</p> <p>Técnico e Performativo</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Desenvolver competências no domínio da afinação ▪ Desenvolver competências no domínio da correta postura física; ▪ Desenvolver competências no domínio da Música de Conjunto; ▪ Desenvolver a capacidade de concentração; ▪ Adquirir progressivamente conhecimento de repertório de música de conjunto; ▪ Adquirir e desenvolver domínio na emissão sonora, de acordo com a sua idade, maturidade vocal e intelectual; ▪ Cumprir o programa proposto; 	<p>Observação direta (35%)</p> <p>Estudo Individual (25%)</p> <p>Apresentação Pública (30%)</p>

		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Adquirir metodologias de estudo no sentido de uma progressiva autonomização, de acordo com a sua idade e maturidade intelectual; ▪ Desenvolver o gosto musical orientado para a noção de estilo e forma; ▪ Participar em aulas de grupo, ensaios, audições, concertos, concursos, masterclasses ou outras atividades propostas. 	
--	--	---	--

1.8.6 Provas de Avaliação e Matrizes¹

Provas Intercalares

1. As provas intercalares de guitarra realizam-se durante o segundo período no calendário estabelecido pelo Departamento de Cordas, do 3.º ano ao 12.º ano/8.º grau.
2. Os júris destas provas serão constituídos obrigatoriamente por dois professores.
3. As provas serão realizadas no horário letivo de instrumento dos alunos.
4. As matrizes das provas são cotadas para o curso básico, de 0 a 100 pontos, e de 0 a 200 pontos, para o curso secundário.
5. Estas provas são obrigatórias para todos os alunos.

Provas Finais Globais

1. As provas finais/globais de guitarra realizam-se no final do ano letivo, do 3.º ano ao 12.º ano/8.º grau.
2. As provas finais têm a ponderação de 25% na avaliação final. No 4.º ano e 6.º ano/2.º grau realizam-se provas globais com a ponderação de 25% na avaliação final. No 9.º ano/5.º grau e 12.º ano/8.º grau realizam-se provas globais respetivamente com a ponderação de 30% e 50% na avaliação final.
3. Os júris destas provas serão constituídos obrigatoriamente por três professores.

¹ A informação detalhada neste subcapítulo foi inteiramente retirada, para efeitos de objetividade, do documento “Guitarra – Competências, Conteúdos Mínimos e Provas de Avaliação” do Conservatório de Música do Porto”, cedido pelo professor cooperante, Paulo Peres.

4. As matrizes das provas são cotadas para o curso básico, de 0 a 100 pontos, e de 0 a 200 pontos, para o curso secundário.
5. Estas provas são obrigatórias para todos os alunos.

CrITÉrios de AvaliaÇão para as provas de avaliaÇão

- Segurança de execuÇão
- DomÍnio do estilo e do carÁcter do repertÓrio
- Sentido de frase
- Qualidade da sonoridade
- DomÍnio dos diversos parÁmetros da execuÇão e interpretaÇão musical
(dinÁmica, timbre, articulaÇão, pulsaÇão, ataque)
- LÓgica de dedilhaÇão
- Criatividade
- ExecuÇão de MemÓria
- Postura corporal e instrumental
- Capacidade performativa

Matrizes das Provas Intercalares I Guitarra I 1.º ciclo

Prova Intercalar – 3.º ano	
Programa	PonderaÇão
1 – Uma escala de uma oitava	10%
2 – Dois estudos ou peÇas	90%

Prova Intercalar – 4.º ano	
Programa	PonderaÇão
1 – Uma escala de uma ou duas oitavas	10%
2 – Dois estudos ou peÇas	90%

Matrizes das Provas intercalares I Guitarra I 2.º ciclo

Prova Intercalar – 5.º ano/1.º grau	
Programa	PonderaÇão
1 – Uma escala de duas oitavas	10%
2 – Dois estudos ou peÇas	90%

Nota: O programa deverÁ conter os seguintes aspetos tÉcnicos: arpejos de trÊs notas, melodia acompanhada e acordes de trÊs sons.

Prova Intercalar – 6.º ano/2.º grau	
Programa	Ponderação
1 – Uma escala de duas oitavas	10%
2 – Dois estudos ou peças	90%
Nota: O programa deverá conter os seguintes aspetos técnicos: arpejos de três notas, melodia acompanhada e acordes de três sons.	

Matrizes e Provas Intercalares I Guitarra I 3.º ciclo

Prova Intercalar – 7.º ano/3.º grau	
Programa	Ponderação
1 – Uma escala de três oitavas	10%
2 – Dois estudos ou peças	90%

Prova Intercalar – 8.º ano/4.º grau	
Programa	Ponderação
1 – Uma escala de três oitavas	5%
2 – Um estudo	30%
3 – Uma peça	35%
4 – Uma peça ou um estudo	30%

Prova Intercalar – 9.º ano/5.º grau	
Programa	Ponderação
1 – Uma escala de três oitavas	5%
2 – Um estudo	30%
3 – Uma peça	35%
4 – Uma peça ou um estudo	30%

Matrizes e Provas intercalares I Guitarra I Ensino Secundário

Prova Intercalar – 10.º ano/6.º grau	
Programa	Pontuação
1 – Um estudo	60 pontos
2 – Uma peça	70 pontos
3 – Uma peça ou um estudo	70 pontos

Prova Intercalar – 11.º ano/7.º grau	
Programa	Pontuação

1 – Um estudo	60 pontos
2 – Uma peça	70 pontos
3 – Uma peça ou um estudo	70 pontos

Prova Intercalar – 12.º ano/8.º grau

Programa	Pontuação
1 – Um estudo	60 pontos
2 – Uma peça	70 pontos
3 – Uma peça ou um estudo	70 pontos

Matrizes das Provas Finais/Globais I Guitarra I 1.º e 2.º ciclo

Prova Final – 3.º ano

Programa	Ponderação
1 – Duas escalas de uma oitava	10%
2 – Três estudos ou peças	90%

Nota: O programa deverá conter os seguintes aspetos técnicos: pulsação com apoio dos dedos indicador e médio, pulsação sem apoio do polegar, melodia acompanhada e arpejos simples.

Prova Global – 4.º ano

Programa	Ponderação
1 – Duas escalas de uma ou duas oitavas	10%
2 – Quatro estudos ou peças	90%

Nota: O programa deverá conter os seguintes aspetos técnicos: pulsação com apoio dos dedos indicador e médio, pulsação sem apoio do polegar, pulsação simultânea do polegar com outros dedos, melodia acompanhada e arpejos simples.

Prova Final – 5.º ano/1.º grau

Programa	Ponderação
1 – Duas escalas de duas oitavas	10%
2 – Quatro estudos ou peças	90%

Nota: O programa deverá conter os seguintes aspetos técnicos: arpejos de três notas, melodia acompanhada e acordes de três sons.

Ponderação na avaliação sumativa	25%
---	------------

Prova Global – 6.º ano/2.º grau

Programa	Ponderação
1 – Duas escalas de duas oitavas	10%
2 – Dois estudos	45%
3 – Duas peças	45%
Nota: O programa deverá conter os seguintes aspetos técnicos: arpejos de quatro notas, melodia acompanhada, acordes de quatro sons e ligados simples.	
Ponderação na avaliação sumativa	25%

Matrizes das Provas Finais/Globais I Guitarra I 3.º ciclo

Prova Final – 7.º ano/3.º grau	
Programa	Ponderação
1 – Duas escalas de três oitavas	10%
2 – Dois estudos de diferentes autores	45%
3 – Duas peças de diferentes estilos	45%
Nota: O programa deverá incluir obrigatoriamente: um estudo clássico ou romântico e uma obra clássica ou romântica.	
Ponderação na avaliação sumativa	25%

Prova Final – 8.º ano/4.º grau	
Programa	Ponderação
1 – Duas escalas de três oitavas	5%
2 – Dois estudos de diferentes estilos	35%
3 – Uma obra do período clássico ou romântico	20%
4- Uma obra do século XX ou XXI	20%
5 – Uma obra de livre escolha	20%
Ponderação na avaliação sumativa	25%

Prova Global – 9.º ano/5.º grau	
Programa	Ponderação
1 – Duas escalas de três oitavas	5%
2 – Dois estudos de diferentes estilos	35%
3 – Uma obra do período renascentista ou barroco	20%
4- Uma obra do período clássico ou romântico	20%

5 – Uma obra do século XX ou XXI	20%
Ponderação na avaliação sumativa	30%

Matrizes das Provas Finais/Globais I Guitarra I Secundário

Prova Final – 10.º ano/6.º grau	
Programa	Pontuação
1 – Dois estudos de diferentes autores	80 pontos
2 – Uma obra do período barroco	40 pontos
3 – Uma obra do período clássico ou romântico	40 pontos
5 – Uma obra do século XX ou XXI	40 pontos
Ponderação na avaliação sumativa	25%

Prova Final – 11.º ano/7.º grau	
Programa	Pontuação
1 – Dois estudos de diferentes autores	80 pontos
2 – Um andamento de uma suite de J.S.Bach ou S.L.Weiss	40 pontos
3 – Uma obra do período clássico ou romântico	40 pontos
5 – Uma obra do século XX ou XXI	40 pontos
Ponderação na avaliação sumativa	25%

Prova Global – 12.º ano/8.º grau	
Programa	Pontuação
1 – Um estudo de Villa-Lobos	30 pontos
2 – Um estudo de trémolo	30 pontos
3 – Um andamento de uma suite de J.S.Bach ou Weiss	35 pontos
4 – Um andamento de uma sonata ou de tema com variações, do século XIX	35 pontos
5 – Uma obra do século XX ou XXI	35 pontos
6 – Uma obra ou estudo de livre escolha	35 pontos
Ponderação na avaliação sumativa	50%

1.8.7 Corpo Docente da disciplina de Guitarra

O corpo docente de guitarra clássica do Conservatório de Música do Porto é composto atualmente por seis professores, apresentados por ordem alfabética:

- Augusto Pacheco;
- Francisco Berény;
- João Machado;
- Mário Carreira;
- Paulo Peres;
- Tiago Cassola.

Capítulo II – Prática de Ensino Supervisionada

2.1 Introdução

No presente capítulo descreve-se a Prática de Ensino Supervisionada, realizada ao longo do ano letivo 2024/2025 no Conservatório de Música do Porto. Optei por esta instituição pelo seu reconhecido prestígio a nível nacional, assim como pelo reconhecido trabalho efetuado pelo seu corpo docente.

No decorrer deste estágio acompanhei semanalmente, de acordo com o Regulamento da Prática de Ensino Supervisionada da ESMAE: uma aula individual de Instrumento de Ensino Básico (uma aluna do 7.º ano/3.º grau, em regime integrado, com aulas às segundas-feiras entre as 13h35 e as 15h05); uma aula individual de Instrumento de Ensino Secundário (uma aluna do 12.º ano/8.º grau, em regime supletivo, com aulas às segundas-feiras entre as 10h50 e as 12h30), ambas sob a cooperação do professor Paulo Peres; uma aula de Classe de Conjunto de Ensino Básico (Orquestra de Cordas Dedilhadas do 2.º Ciclo, com aulas às segundas-feiras entre as 16h00 e as 18h30), sob a cooperação do professor Augusto Pacheco.

As aulas supervisionadas foram previamente marcadas de acordo com os respetivos professores cooperantes e supervisor, conforme a sua disponibilidade. Por alguns horários serem incompatíveis, algumas das aulas foram gravadas para posterior avaliação.

Neste segundo capítulo, começo por apresentar o professor supervisor e os professores cooperantes, os cronogramas das diferentes aulas, uma breve caracterização das alunas e da classe de conjunto. Apresento, ainda, os relatórios de observação das diferentes aulas, bem como as planificações e relatórios das aulas supervisionadas.

Segue-se, por fim, uma reflexão sobre todo o processo do estágio profissionalizante.

2.2 Apresentação do Professor Supervisor e dos Professores Cooperantes

Neste ponto apresento o Professor Supervisor, seguido dos diferentes professores Cooperantes, destacando os *curricula vitae* de cada um, conforme me foram disponibilizados pelos próprios.

2.2.1 Professor Supervisor – Artur Caldeira

Jornal Público, Terça-feira, 07 de Julho de 1998

“Artur Caldeira (...) mostrou-o no concerto (de Villa Lobos). A musicalidade, a técnica, a sonoridade, o fraseado, estiveram sobretudo com o segundo andamento e com a larga e virtuosística cadência.

Revista Violão Intercâmbio – edição especial Nº 31, Ano VI, SET/OUT 1998

O Festival foi aberto por **Artur Caldeira** tocando o Concerto de Villa-Lobos(...). Segundo Henrique (Pinto), “Artur demonstrou um conhecimento pleno da partitura que interpretava, resolvendo todos os sofisticados problemas rítmicos que caracterizam a música brasileira”.

Site oficial de “Coimbra 2003, Capital da Cultura” - 18/4/2003

“Artur Caldeira é um guitarrista «com sólida e brilhante formação de guitarra clássica», o que, aliás, ficou claro no espectáculo que proporcionou aos presentes no Auditório do ISEC. De salientar que o final da exibição de Artur Caldeira constituiu um momento de êxtase, quando o guitarrista interpreta, apenas na guitarra clássica, “Verdes Anos” de Carlos Paredes.”

Jornal Público, Terça-feira, 06 de Julho de 2004

“Artur Caldeira tem uma técnica irrepreensível que lhe permite uma limpidez sonora quase chocante nos repertórios mais populares, e um fraseio muito claro.”

Eduardo Isaac - 26/12/2020 - “Quiero destacar este trabajo discográfico: la calidad interpretativa del Maestro Artur Caldeira, y el interés superlativo de músicas desconocidas fuera de Portugal. Para el oyente curioso de descubrir sonoridades nuevas en la guitarra!!”

Fernando Lapa – 22/12/2020 – “É um privilégio poder ouvir música tocada desta forma. Limpidez absoluta do som, clareza das linhas sobrepostas, carácter, qualidade do som, fraseado, expressividade. E então ver estas cantigas tratadas por mim, tocadas com este cuidado e carinho! O meu agradecimento aos guitarristas e ao amigo Artur Caldeira, principal intérprete.”

Licenciado em Guitarra Clássica e Mestre em Interpretação Artística pela ESMAE, P. PORTO, na classe do Prof. José Pina e Doutor em Educação Artística pelas Universidades do Porto e de Lisboa, foi-lhe atribuído, após provas públicas, o Título De Especialista em Música.

Frequentou inúmeras Masterclasses com renomados mestres guitarristas como Alberto Ponce, David Russell, José Pina, Bhetto Davezac, Ricardo Moyano, Celso Machado, Dusan Bogdanovic, Eduardo Fernandez, bem como noutras especialidades musicais.

Guitarrista premiado (Prémio Parnaso, Prémio Helena Sá e Costa e Prémio Fundação Engenheiro António de Almeida), apresentou-se a solo, com diversas orquestras (Orquestra do Norte, Orquestra Nacional do Porto, Orquestra do CMCGB, Sinfonietta de Braga e Mitteldeutsche Kammerphilharmonie Schönebeck) e em inúmeros coletivos em Portugal Continental, Açores e Madeira e em países de diversos continentes, tais como: Espanha, França (incluindo Córsega), Alemanha, Suíça, Itália (incluindo Sardenha), Holanda, Dinamarca, Eslováquia, Hungria, Turquia, Marrocos, Moçambique e África do Sul. Realizou primeiras audições absolutas de obras do compositor Fernando Lapa bem como da sua transcrição publicada (AVA Editions) do Concerto em Lá M de Carlos de Seixas.

A sua assinalável e reconhecida versatilidade e fluência em diversos idiomas musicais, é a razão dos permanentes convites para integrar formações variadas inúmeros contextos. Fundou o grupo “Som Ibérico”, para o qual escreveu arranjos de temas da Música Popular Urbana Portuguesa, gravando um CD onde assinou a produção e a direção musical. Produziu, dirigiu e gravou o CD “Clarinete em Fado” de António Saiote. Dirigiu e gravou, com o guitarrista Daniel Paredes, o CD “Sefika Plays Fado” da flautista turca Sefika Kutluer.

Recebeu em Fevereiro de 2020 a medalha da Assembleia Nacional de França. Recentemente lançou o CD “Arco da Corda Nova” com a Sinfonietta de Braga, para o qual elaborou arranjos para guitarra (clássica e portuguesa) e orquestra de cordas, sobre melodias da música popular urbana portuguesa.

Lecionou em todos os níveis do sistema nacional de ensino em Portugal, do 1º ciclo do Ensino Artístico Integrado do CMCGB (Formação Musical) ao Mestrado na ESMAE (Instrumento Música de Câmara e outras UCs), passando pelo 2º ciclo do Ensino Básico (Educação Musical) e por todos os níveis do Ensino Especializado da Música (Básico e Secundário de Instrumento do CMP e de diversas academias privadas).

Ministra frequentes Masterclasses em Portugal e no estrangeiro e tem integrado júris de concursos nacionais e internacionais. Tem orientado e coorientado diversas Teses de Mestrado e Relatórios de Estágio em ensino, bem como supervisionado aulas de Instrumento e Música de Câmara a vários estagiários.

É Professor do CMP desde 1992, onde foi admitido após rigorosas provas públicas. Leciona desde 2009 na ESMAE – P. PORTO.

2.2.2 Professor Cooperante de Instrumento – Paulo Peres

Natural de Barcelos, e Licenciado em Guitarra pela ESMAE do Porto, na classe de José Pina.

Participou em diversas Master Classes, trabalhando com Alberto Ponce, David Russel, Manuel Barrueco, Roberto Ausel, Eduardo Isaac e Leo Brouwer.

Obteve, em 1988, o 1.º Prémio de Guitarra dos Concursos Nacionais da Juventude Musical Portuguesa, na classe de nível superior, e em 1994 uma Menção Honrosa no Prémio Helena Costa.

Na sua atividade a solo, tem prestado especial atenção à música do século XX. No âmbito da música de câmara, tocou com o flautista Luís Meireles. Tem ainda desenvolvido um trabalho a duo com a guitarrista Maria Paula Marques, nomeadamente num projeto de peças originais para duas guitarras de compositores portugueses que lhes foram dedicadas. Mais recentemente integra o projeto 5G5C “Portugal Guitar Quintet”.

Apresentou-se a solo e em diversas formações na Fundação de Serralves, Teatro Rivoli, Casa das Artes do Porto, Festival de Música do Palácio da Bolsa, Festival Internacional dos Encontros de Guitarra do Porto, Festival Internacional de Guitarra de Santo Tirso, Teatro do Campo Alegre, Fundação Eng.º António de Almeida, Museu Alberto Sampaio em Guimarães, Teatro Municipal de Serpa, Festival Internacional de Música Logomúsica, Teatro S. Luís, em Lisboa, Concurso de Guitarra de São João da Madeira, Casa da Música do Porto, Festival Internacional de Guitarra de Hallien (Áustria), II Festival de Guitarra de Braga, Guitarrismos VI, Festival de Música Cidade de Almada, Festival Chitarristico Internazionale “A. Montovani” em Follonica (Itália), Centro de Artes

de Águeda e integrado nos concertos da Antena 2, Museu Nacional de Arte Antiga e 11º Festival Internacional de Música da Primavera de Viseu. Gravou ainda para a RTP e para a rádio (Antena 2).

Tem sido convidado a orientar Master Classes bem como a participar como jurado em variados concursos de guitarra.

Presentemente, a partir do desafio lançado a diversos compositores portugueses para escreverem para guitarra numa perspetiva didática e pedagógica, desenvolve um projeto de edição e publicação de peças portuguesas originais para guitarra.

É, desde 1990, docente do Conservatório de Música do Porto.

2.2.3 Professor Cooperante de Classe de Conjunto (Orquestra de Cordas Dedilhadas 2.º Ciclo) - Augusto Pacheco

Licenciado na Escola Superior de Música e das Artes do Espetáculo do Porto na classe do Prof. José Pina.

Premier Prix no Conservatoire National de Région d'Aubervilliers – La Courneuve/Paris na classe do Prof. Alberto Ponce, com o mesmo professor estudou ainda na École Normale de Musique de Paris.

Estudou Música de Câmara Antiga no Conservatoire Municipal Claude Debussy com o Prof. Ilton Wjunisky, participando na apresentação da ópera Dido e Eneias de H. Purcell. É Mestre (performance) pela Universidade de Aveiro, com a dissertação “A obra para guitarra de Fernando Lopes-Graça”. Na sequência deste trabalho gravou a integral da música de câmara com guitarra de Fernando Lopes-Graça – CD: *Dedilhando Graça* (2013).

É Doutor (performance) pela Universidade de Aveiro, com a dissertação “Alberto Ponce - «La musique avant tout» - sonoridade e digitações”.

Frequentou cursos de aperfeiçoamento orientados pelos professores Robert Brightmore, Leo Brouwer, Abel Carlevaro, Jozef Zsapka, Betho Davezac, David Russel e Roland Dyens.

Apresenta-se regularmente, a solo e com diversas formações de música de câmara, nos mais importantes festivais em Portugal. Tocou ainda em Espanha, França, Suíça, Suécia e Rússia.

Em 2019 gravou o CD a solo *Porto Poente*. Tocou a solo com as orquestras Nacional do Porto, Clássica da Madeira, Esproarte, Filarmonia das Beiras, Orquestra Portuguesa de Guitarras e Bandolins e a Orquestra Russa *Silver Strings*. Foi ainda solista no *II Estágio de Cordas Dedilhadas da Cidade de Braga*, tendo como maestro Leo Brouwer e estreando, em Portugal, o concerto para duas guitarras e orquestra de guitarras – *Concierto de Tricastin* de Leo Brouwer. Foi premiado em concursos internacionais.

É membro de vários grupos de música de câmara – Duo Pourquoi Pas – CD: *Pourquoi Pas* (2007) e *Lux* (2019), Quarteto de Guitarras Parnaso – CD: *Cinco Zecas* (2024), Trio Sons Portucalenses e Duo Soledade.

Fundou e dirigiu a Orquestra de Guitarras da Academia de Música de Vilar do Paraíso. Com esta Orquestra participou no Festival Europeu de Música para Jovens de Neerpelt – 1º Prémio *Cum Laúde* (2002, 2011 e 2015); 1º Prémio nos concursos de Orquestras de Guitarras - Gofi Contest em Bad Neuheim-Frankfurt (2006) e Concurso Internacional Cidade de Fundão (2015). Apresentou-se em S. Petersburgo (2004), Paris (2005) e (2024), Euro Jugendmusik Festival Offenburg (2009) e Nova York – Carnegie Hall (2016). A Orquestra gravou quatro CD: *Cordas Soltas* (2001), *Comntrastes* (2003), *Plaisir* (2005) e *20 anos Orquestra de Guitarras* (2017).

Dirigiu a Orquestra de Plectro do Porto e a Orquestra Portuguesa de Guitarras e Bandolins.

É docente no Conservatório de Música do Porto, no Fórum Cultural de Gulpilhares e na Escola Profissional de Espinho.

2.3 Cronogramas da Prática de Ensino Supervisionada

2.3.1 Aula Individual de Ensino Básico

Professor Cooperante: Paulo Peres

Aluna B

Ano Escolar/Grau de Instrumento: 7.º ano/3.º grau

Horário: segunda-feira entre as 13h35 e as 15h05

N.º Aula	Data	Observação
1	28/10/2024	Aula observada
2	04/11/2024	Aula observada
3	11/11/2024	Aula observada
4	18/11/2024	Aula observada
5	25/11/2024	Faltei
6	02/12/2024	Aula observada
7	09/12/2024	Aula observada
8	16/12/2024	Aula observada
9	06/01/2025	Aula observada
10	13/01/2025	Aula lecionada
11	20/01/2025	Faltei
12	27/01/2025	Aula observada
13	03/02/2025	Aula observada
14	10/02/2025	Aula lecionada
15	17/02/2025	Aula observada
16	24/02/2025	Aula observada
17	03/03/2025	Interrupção letiva - Carnaval
18	10/03/2025	Aula observada
19	17/03/2025	Concurso Interno
20	24/03/2025	Aula observada
21	31/03/2025	Aula observada
22	28/04/2025	A aluna faltou
23	05/05/2025	Aula observada
24	19/05/2025	Aula lecionada/supervisionada
25	02/06/2025	Aula lecionada/Supervisionada

2.3.2 Aula Individual de Ensino Secundário

Professor Cooperante: Paulo Peres

Aluna A

Ano Escolar/Grau de Instrumento: 12.º ano/8.º grau

Horário: segunda-feira entre as 10h50 e as 12h30

N.º Aula	Data	Observação
1	28/10/2024	Aula observada
2	04/11/2024	A aluna faltou
3	11/11/2024	Aula observada
4	18/11/2024	Aula observada
5	25/11/2024	Faltei
6	02/12/2024	Aula observada
7	09/12/2024	Aula observada
8	16/12/2024	A aluna faltou
9	06/01/2025	Aula observada
10	13/01/2025	Aula lecionada
11	20/01/2025	Faltei
12	27/01/2025	Aula observada
13	03/02/2025	Aula observada
14	10/02/2025	A aluna faltou
15	17/02/2025	Aula observada
16	24/02/2025	Aula observada
17	03/03/2025	Interrupção letiva - Carnaval
18	10/03/2025	A aluna faltou
19	17/03/2025	Concurso Interno
20	24/03/2025	Aula observada
21	31/03/2025	A aluna faltou
22	28/04/2025	Aula observada
23	05/05/2025	A aluna faltou
24	19/05/2025	Aula leccionada/supervisionada
25	26/05/2025	Provas Finais
26	02/06/2025	Aula leccionada/supervisionada

2.3.3 Classe de Conjunto de Ensino Básico – Orquestra de Cordas Dedilhadas do 2.º Ciclo

Professor Cooperante: Augusto Pacheco

Alunos C: Orquestra de Cordas Dedilhadas do 2.º Ciclo (alunos de guitarra, guitarra portuguesa, bandolim e harpa)

Ano Escolar/Grau de Instrumento: 5.º- 6.º ano/1.º- 2.º grau

Horário: segunda-feira entre as 16h00 e as 18h30

N.º Aula	Data	Observação
1 e 2	02/12/2024	Aula observada
3 e 4	09/12/2024	Aula observada
5 e 6	16/12/2024	Aula observada
7 e 8	06/01/2025	Aula observada
9 e 10	13/01/2025	Aula observada
11 e 12	20/01/2025	Faltei
13 e 14	27/01/2025	Aula observada
15 e 16	03/02/2025	Aula observada
17 e 18	10/02/2025	Aula observada
19 e 20	17/02/2025	Aula observada
21 e 22	24/02/2025	Aula lecionada
23 e 24	03/03/2025	Interrupção letiva - Carnaval
25 e 26	10/03/2025	Aula observada
27 e 28	17/03/2025	Concurso Interno
29 e 30	24/03/2025	Aula lecionada
31 e 32	31/03/2025	Aula lecionada/supervisionada
-	28/04/2025	Não houve aula
33 e 34	05/05/2025	Aula lecionada/supervisionada

2.4 Perfil dos Alunos e Classe de Conjunto

2.4.1 Aula Individual de Ensino Básico

A aluna B encontra-se no 7.º ano de escolaridade e a frequentar o 3.º grau de instrumento. É uma aluna com bastantes capacidades, tendo em conta que é o seu

primeiro ano de guitarra (nos anos anteriores estava em violino e neste ano optou por trocar para guitarra). É relativamente motivada e empenhada.

Apesar de apresentar bons resultados e evoluir positivamente, estuda de forma pouco regular e pouco organizada. Acredito que, ao longo do estágio profissionalizante, em particular nas aulas lecionadas, desenvolvi uma relação de proximidade professor-aluno, de respeito e de empenho, que resultou em aulas positivas e níveis de motivação e empenho acrescidos.

2.4.2 Aula Individual do Ensino Secundário

A aluna A encontra-se no 12.º ano de escolaridade e a frequentar o 8.º grau de Instrumento. É uma aluna com capacidades. Apresenta, por vezes, algum descuido relativo à produção sonora (nem sempre tem unhas), quer ao nível tímbrico, quer ao nível de eficiência técnica, um elemento trabalhado constantemente pelo professor cooperante ao longo das aulas a que tive oportunidade de assistir.

Apesar de apresentar bons resultados e evoluir positivamente, estuda de forma pouco regular e pouco organizada, fruto de uma agenda semanal demasiado preenchida (está em regime supletivo e ainda é membro federado de voleibol, acabando por ter pouco tempo livre para estudar guitarra).

2.4.3 Classe de Conjunto de Ensino Básico – Orquestra de Cordas Dedilhadas do 2.º Ciclo

A Orquestra de Cordas Dedilhadas do 2.º Ciclo é formada por alunos de guitarra clássica, harpa, bandolim e guitarra portuguesa, alterando a sua formação todos anos, de acordo com os alunos inscritos entre o 5.º e o 6.º ano. No ano letivo 2024/2025 a Orquestra é constituída por 9 alunos divididos em quatro naipes: bandolim (constituído por dois bandolins); guitarra portuguesa (constituído por duas guitarras portuguesas); guitarra clássica 1 (constituído por duas guitarras); e guitarra clássica 2 (duas guitarras e uma harpa).

A Orquestra tem, naturalmente, alunos mais motivados do que outros, alunos com mais capacidades e maturidade do que outros, formando um grupo bastante heterogéneo. Apesar de os alunos terem todos idades bastante próximas, há alunos que já tocam o

instrumento há mais tempo e têm mais facilidades. Desse modo, o professor cooperante organizou os naipes de forma que alunos mais novos e com mais dificuldades fossem acompanhados pelos alunos mais velhos e mais capazes, de forma que os segundos ajudassem e motivassem os primeiros.

Esta aula encontra-se dividida em duas aulas. A primeira (45min.) tem apenas alunos do 6.º ano (2.º grau) de guitarra e guitarra portuguesa. No segundo bloco (45+30min), juntam-se os alunos do 5.º ano (1.º grau) e iniciação de bandolim, harpa e guitarra.

2.5 Relatório de Observação

De forma a destacar a componente de observação da Prática de Ensino Supervisionada, apresento os relatórios de observação da primeira aula de cada tipologia. Em anexo estão disponíveis os restantes relatórios.

2.5.1 Aula Individual de Ensino Básico

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 1	Data: 28/10/2024
13h35				No início da aula, o professor fez uma pequena apresentação da estagiária à aluna. De seguida, perguntou à aluna como tinha corrido o estudo e se tinha tido tempo para estudar.
13h45				A aluna começou por tocar a escala de Mi Maior. O professor disse à aluna para prestar atenção à posição do polegar da mão esquerda.
14h04				A aluna tocou a <i>Valse pour Olivier</i> . Trabalharam algumas passagens que ainda não estão muito seguras e trabalharam dinâmicas.
14h27				<i>Estudo nº 4</i> de Brouwer: O professor fez uma leitura do estudo com a aluna. Começaram por ler linha a linha e ficou para a aluna trabalhar para a próxima aula.
				A aluna tocou a <i>Habanera</i> de Eythor Thorlaksson. O professor trabalhou com a aluna

14h47	os ligados e a digitação da mão direita (não trocar nem repetir dedos). De seguida, a aluna tocou a peça de início ao fim.
15h05	O professor escreveu no caderno da aluna os pontos que devia trabalhar para a próxima aula.

2.5.2 Aula Individual de Ensino Secundário

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 1	Data: 28/10/2024
10h50				No início da aula, o professor fez uma pequena apresentação da estagiária à aluna. De seguida, perguntou à aluna como tinha corrido o estudo e se tinha tido tempo para estudar, uma vez que esta aluna está em supletivo e tinha outras atividades extracurriculares.
11h02				A aluna começou por tocar o <i>Capricho Árabe</i> de Francisco Tarrega. Logo no início, o professor interveio para poderem trabalhar as passagens iniciais.
11h09				O professor pediu à aluna para tocar várias vezes a passagem antes do tema principal.
11h26				Depois de trabalhar outras passagens ao longo da peça, o professor pediu à aluna para se focar numa escala cromática que faz parte da peça.
11h45				A aluna executou mais algumas passagens do fim da peça.
11h58				A aluna descansou um pouco e começou a tocar os <i>Recuerdos de Alhambra</i> de Francisco Tarrega. Tocou a primeira vez de início ao fim.
12h15				O professor esteve a trabalhar com a aluna as acentuações e a condução melódica da peça, bem como, depois, o controlo do tremolo, dando opções de estudar o tremolo, separadamente, de maneira a ganhar mais controlo.

12h30	A aula terminou e o professor fez uma pequena revisão dos aspetos que a aluna tinha de trabalhar para a próxima aula.
--------------	---

2.5.3 Classe de Conjunto de Ensino Básico – Orquestra de Cordas Dedilhadas 2.º Ciclo

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula: n.º 1 e 2	Data: 02/12/2024
16h00				
				O professor começou por se apresentar, uma vez que era a sua primeira aula de Classe de Conjunto. De seguida apresentou também a estagiária e pediu aos alunos que se apresentassem um a um. Ajustação dos instrumentos
16h15				Depois cada aluno afinou o seu instrumento e o professor perguntou que peças é que estavam a ver. Assim, começaram por rever o <i>Hino da Alegria</i> . Havia ainda bastantes dúvidas, quer de notas, quer de digitações.
16h34				Após esclarecer estas dúvidas, o professor pediu que os alunos tocassem de início ao fim e fez apenas alguns apontamentos relativamente à melodia.
16h45-17h Intervalo				
17h20				No segundo bloco da aula, chegaram os restantes alunos (bandolins e harpa). Depois de ter feito uma breve revisão com estes alunos, o professor pediu, novamente, que tocassem de início ao fim.
17h34				O professor apresentou peça nova que iriam trabalhar, <i>Pavan</i> . Inicialmente, fizeram uma leitura à primeira vista e, depois, o professor pediu que tocassem por naipes. Havia

	algumas dúvidas relacionadas com digitações, principalmente nas guitarras.
18h19	Quase no final da aula, o professor pediu para tocarem o <i>Hino da Alegria</i> , uma vez mais no início até ao fim.
18h30	Final da aula.

2.6 Planificações

De modo a destacar a componente de lecionação da Prática de Ensino Supervisionada, em particular das aulas que foram supervisionadas, apresento as suas Planificações, bem como os seus Relatórios.

2.6.1 Aula individual de Ensino básico

Planificação n.º 1

Estabelecimento de Ensino	Conservatório de Música do Porto
Disciplina	Instrumento - Guitarra
Professor Cooperante	Paulo Peres
Professor Supervisor	Artur Caldeira
Professora Estagiária	Inês Fernandes
Número de Alunos	1
Duração da aula	1 hora e 40 minutos
Data	19 de maio de 2025
Objetivos Competências	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Possuir uma correta postura corporal e instrumental. • Dominar com segurança a sonoridade e os aspetos técnicos e idiomáticos essenciais do instrumento: harmónicos, ligados técnicos, barras, uso criterioso da pulsação simples e apoiada. • Conhecer e dominar os vários registos da guitarra, em toda a sua extensão. • Compreender e dominar o ritmo e a métrica musical. 	

- Possuir um apurado sentido da pulsação, assim como um domínio seguro da velocidade. O uso do metrónomo como estratégia para o desenvolvimento da velocidade e regularidade de pulsação deve estar interiorizado por parte do aluno.
- Compreender e dominar de forma criteriosa os diferentes parâmetros da execução e interpretação musical: dinâmica, timbre, articulação, sentido de frase, ataque (legato, pizzicato, staccato, etc.).
- Compreender a lógica de uma dedilhação ao serviço do discurso musical.
- Compreender e interpretar as diferentes formas musicais, tipos de estilo e de carácter do seu repertório.
- Ter facilidade de leitura musical no âmbito do instrumento.
- Reconhecer os elementos indicativos da expressão musical no decorrer da partitura.
- Ser capaz de usar gradualmente o *vibrato* como recurso expressivo.
- Ser capaz de afinar a guitarra.
- Ser capaz de cuidar as unhas da mão direita como estratégia para uma boa sonoridade.
- Desenvolver a capacidade auditiva e a capacidade crítica.
- Ser capaz de memorizar as obras do seu repertório.
- Ter a capacidade de autonomia e de concentração.
- Desenvolver a capacidade performativa em palco.
- Desenvolver noção de harmonia funcional na guitarra.
- Desenvolver capacidades criativas como composição e improvisação.
- Organizar o estudo e encontrar os meios para superar as dificuldades.
- Participar com empenho nas atividades da sala de aula.
- Ter e preservar os materiais de trabalho.
- Evidenciar sentido de responsabilidade, empenho e esforço em melhorar e aprender.
- Ser assíduo e pontual.
- Fazer autoanálise do desempenho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na aprendizagem.
- Cumprir o programa mínimo exigido.
- Aprofundar metodologias de estudo no sentido de uma progressiva autonomização.
- Estimulação de motivação e empenho.

Objetivos Específicos de Aprendizagem:

<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolvimento de capacidades de leitura e interpretação. • Desenvolvimento da produção sonora. • Leitura progressiva do repertório a apresentar em prova no final do ano letivo. • Desenvolvimento da técnica de ligados de mão esquerda (ascendentes e descendentes). • Desenvolvimento do rigor rítmico e técnico. • Desenvolvimento de noção estrutural das duas obras a serem trabalhadas. • Desenvolvimento de noção estética e de carácter distintos entre as duas obras trabalhadas, de forma historicamente informada. • Definição clara da digitação e dedilhação de cada obra. • Desenvolvimento da capacidade de compreender e executar dinâmicas, timbres, articulações, fraseado, flutuações de tempo e outras indicações expressivas presentes na partitura e/ou indicadas pelo professor. • Desenvolvimento da capacidade de distinção entre melodia e acompanhamento e/ou partes primárias ou secundárias.
Conteúdos Programáticos
<p>Escala de Mi Maior; <i>Recuerdo</i> – Zenamon; <i>Estudo</i> – Sor.</p>
Sequência de Atividades
<ol style="list-style-type: none"> 1. Colocação, afinação e apresentação dos objetivos e contexto da aula. 2. <i>Escala de Mi Maior</i> – 5min. <ul style="list-style-type: none"> • Aquecimento e revisão da escala. 3. <i>Recuerdo</i> – 25min. <ul style="list-style-type: none"> • Revisão da obra: barras + musicalidade. 4. <i>Estudo</i> – 25min. <ul style="list-style-type: none"> • Revisão do estudo: digitações e acentuações.
Recursos didáticos
<p>Cadeiras (3), apoio de pé (1), estante (1). O aluno deverá ter o seu próprio material (instrumento, partituras, apoio de pé/<i>ergoplay</i>, lápis e borracha, afinador, lápis/marcador de cor).</p>
Relatório
<p>No início da aula, conversei um pouco com a aluna, principalmente sobre que repertório iria tocar na prova.</p>

De seguida, pedi-lhe que tocasse a Escala de Mi Maior. Apesar de já tocar esta escala há algum tempo, como vai fazer parte do repertório da prova, é importante não esquecer. À medida que a aluna ia tocando, sugeri que fosse aumentado a velocidade.

Posteriormente, passámos para a peça *Recuerdo* de Zenamon, a qual a aluna também já está a tocar há algum tempo e, por isso, a nível de leitura já não há dificuldades, podendo, assim, trabalhar outros pontos. A maior dificuldade da aluna nesta peça é fazer barras, porque isso estivemos a trabalhar essa parte isoladamente e, ainda, sugeri alguns exercícios que a aluna poderia fazer em casa para fortalecer a barra. Conversámos, também, sobre direcionar a força, de modo que a barra fosse mais eficiente, ou seja, concentrar a força onde de facto precisa (neste caso específico, a aluna precisava de fazer mais força no meio do dedo do que no fim, uma vez que a primeira corda era pisada por outro dedo). Conforme a aluna ia tocando, eu ia tocando a parte da melodia para que a aluna não se esquecesse de dar mais destaque a essa frase.

Chamei ainda a atenção da aluna para a posição da sua mão esquerda, uma vez que estava a tocar com a mão muito afastada do braço da guitarra.

Relativamente ao *Estudo*, como ao nível da leitura já estava bastante seguro, a parte que trabalhámos mais foi a preparação dos dedos antes de tocar, neste caso das posições da mão esquerda. Por exemplo, em situações em que a posição anterior tem dedos comuns com a seguinte, expliquei à aluna que se tornava mais fácil aproveitar esses dedos do que levantar a mão toda e preparar depois a posição seguinte.

Maioritariamente estivemos a trabalhar passagens que ainda precisavam de mais atenção. Pedi à aluna que tocasse devagar para ter tempo de pensar e preparar os dedos. Sugeri ainda estratégias para trabalhar os saltos entre passagens como, por exemplo, tocar apenas as primeiras notas de cada compasso. Para além disso, ainda vimos a parte musical, uma vez que apesar de ser um estudo, este tem uma linha melódica que precisa de ser destacada.

No geral, os objetivos da aula foram cumpridos e penso que teve um balanço positivo. A aluna mostrou-se sempre empenhada e recetiva às sugestões que eu ia fazendo, tornando o ambiente da aula sempre positivo.

Planificação n.º 2

Estabelecimento de Ensino	Conservatório de Música do Porto
Disciplina	Instrumento - Guitarra
Professor Cooperante	Paulo Peres
Professor Supervisor	Artur Caldeira

Professora Estagiária	Inês Fernandes
Número de Alunos	1
Duração da aula	1 hora e 40 minutos
Data	2 de junho de 2025
Objetivos Competências	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Possuir uma correta postura corporal e instrumental. • Dominar com segurança a sonoridade e os aspetos técnicos e idiomáticos essenciais do instrumento: harmónicos, ligados técnicos, barras, uso criterioso da pulsação simples e apoiada. • Conhecer e dominar os vários registos da guitarra, em toda a sua extensão. • Compreender e dominar o ritmo e a métrica musical. • Possuir um apurado sentido da pulsação, assim como um domínio seguro da velocidade. O uso do metrónomo como estratégia para o desenvolvimento da velocidade e regularidade de pulsação deve estar interiorizado por parte do aluno. • Compreender e dominar de forma criteriosa os diferentes parâmetros da execução e interpretação musical: dinâmica, timbre, articulação, sentido de frase, ataque (legato, pizzicato, staccato, etc.). • Compreender a lógica de uma dedilhação ao serviço do discurso musical. • Compreender e interpretar as diferentes formas musicais, tipos de estilo e de carácter do seu repertório. • Ter facilidade de leitura musical no âmbito do instrumento. • Reconhecer os elementos indicativos da expressão musical no decorrer da partitura. • Ser capaz de usar gradualmente o <i>vibrato</i> como recurso expressivo. • Ser capaz de afinar a guitarra. • Ser capaz de cuidar as unhas da mão direita como estratégia para uma boa sonoridade. • Desenvolver a capacidade auditiva e a capacidade crítica. • Ser capaz de memorizar as obras do seu repertório. • Ter a capacidade de autonomia e de concentração. • Desenvolver a capacidade performativa em palco. • Desenvolver noção de harmonia funcional na guitarra. • Desenvolver capacidades criativas como composição e improvisação. • Organizar o estudo e encontrar os meios para superar as dificuldades. 	

- Participar com empenho nas atividades da sala de aula.
- Ter e preservar os materiais de trabalho.
- Evidenciar sentido de responsabilidade, empenho e esforço em melhorar e aprender.
- Ser assíduo e pontual.
- Fazer autoanálise do desempenho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na aprendizagem.
- Cumprir o programa mínimo exigido.
- Aprofundar metodologias de estudo no sentido de uma progressiva autonomização.
- Estimulação de motivação e empenho.

Objetivos Específicos de Aprendizagem:

- Desenvolvimento de capacidades de leitura e interpretação.
- Desenvolvimento da produção sonora.
- Leitura progressiva do repertório a apresentar em prova no final do ano letivo.
- Desenvolvimento da técnica de ligados de mão esquerda (ascendentes e descendentes).
- Desenvolvimento do rigor rítmico e técnico.
- Desenvolvimento de noção estrutural das duas obras a serem trabalhadas.
- Desenvolvimento de noção estética e de carácter distintos entre as duas obras trabalhadas, de forma historicamente informada.
- Definição clara da digitação e dedilhação de cada obra.
- Desenvolvimento da capacidade de compreender e executar dinâmicas, timbres, articulações, fraseado, flutuações de tempo e outras indicações expressivas presentes na partitura e/ou indicadas pelo professor.
- Desenvolvimento da capacidade de distinção entre melodia e acompanhamento e/ou partes primárias ou secundárias.

Conteúdos Programáticos

Escala de Sol Maior;
Maria Luisa – J. Sagreras;
Estudo VI – Leo Brouwer.

Sequência de Atividades

1. Colocação, afinação e apresentação dos objetivos e contexto da aula.
2. *Escala de Sol Maior* – 5min.
 - Aquecimento e revisão da escala.

<p>3. <i>Maria Luisa</i> – 25min.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Revisão da obra: barras + musicalidade. <p>4. <i>Estudo VI</i> –25min.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Revisão do estudo: digitações e acentuações.
Recursos didáticos
<p>Cadeiras (3), apoio de pé (1), estante (1). O aluno deverá ter o seu próprio material (instrumento, partituras, apoio de pé/<i>ergoplay</i>, lápis e borracha, afinador, lápis/marcador de cor).</p>
Relatório
<p>No início da aula, conversei um pouco com a aluna, principalmente sobre que repertório iria tocar na prova, uma vez que era na semana seguinte.</p> <p>De seguida, pedi-lhe que tocasse a Escala de Sol Maior. À medida que a aluna ia tocando, sugeri que fosse aumentado a velocidade e lembrei, também, a posição da mão esquerda.</p> <p>Posteriormente, passámos para a peça <i>Maria Luisa</i> de J. Sagraeras, a qual a aluna também já está a tocar há algum tempo e, por isso, a nível de leitura já não há dificuldades, podendo, assim, trabalhar outros pontos, como a musicalidade. A aluna começou a tocar num andamento rápido, de modo que perguntei logo se não estaria rápido demais. Como a aluna disse que conseguia tocar naquele andamento, deixei-a tocar, uma vez que também queria avaliar se de facto conseguia. A aluna percebeu sozinha que estava um pouco rápido demais e tocou num andamento mais moderado. A aluna já tem esta peça bastante segura, por isso, acabou por ser mais uma revisão de todos os aspetos, quer musicais, quer técnicos.</p> <p>Relativamente ao <i>Estudo VI</i>, como ao nível da leitura já estava bastante seguro, a parte que trabalhamos mais foi, mais uma vez, a preparação dos dedos antes de tocar, neste caso das posições da mão esquerda. Por exemplo, em situações em que a posição anterior tem dedos comuns com a seguinte, expliquei à aluna que se tornava mais fácil aproveitar esses dedos do que levantar a mão toda e preparar depois a posição seguinte. Sugeri ainda, numa passagem, uma digitação diferente, uma vez que desse modo, a aluna teria sempre um dedo comum ao longo de toda a passagem. Pedi à aluna que tocasse devagar para ter tempo de pensar e preparar os dedos. Sugeri ainda estratégias para trabalhar os saltos entre passagens como, por exemplo, tocar apenas as primeiras notas de cada compasso.</p> <p>No geral, os objetivos da aula foram cumpridos e penso que teve um balanço positivo. A aluna mostrou-se sempre empenhada e recetiva às sugestões que ia fazendo, tornando o ambiente da aula sempre positivo.</p>

2.6.2 Aula Individual de Ensino Secundário

Planificação n.º 1

Estabelecimento de Ensino	Conservatório de Música do Porto
Disciplina	Instrumento – Guitarra
Professor Cooperante	Paulo Peres
Professor Supervisor	Artur Caldeira
Professora Estagiária	Inês Fernandes
Número de Alunos	1
Duração da aula	1 hora e 40 minutos
Data	19 de maio de 2025
Objetivos Competências	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Possuir uma correta postura corporal e instrumental. • Dominar com segurança a sonoridade e os aspetos técnicos e idiomáticos essenciais do instrumento: harmónicos, ligados técnicos, barras, uso criterioso da pulsação simples e apoiada. • Conhecer e dominar os vários registos da guitarra, em toda a sua extensão. • Compreender e dominar o ritmo e a métrica musical. • Possuir um apurado sentido da pulsação, assim como um domínio seguro da velocidade. O uso do metrónomo como estratégia para o desenvolvimento da velocidade e regularidade de pulsação deve estar interiorizado por parte do aluno. • Compreender e dominar de forma criteriosa os diferentes parâmetros da execução e interpretação musical: dinâmica, timbre, articulação, sentido de frase, ataque (legato, pizzicato, staccato, etc.). • Compreender a lógica de uma dedilhação ao serviço do discurso musical. • Compreender e interpretar as diferentes formas musicais, tipos de estilo e de carácter do seu repertório. • Ter facilidade de leitura musical no âmbito do instrumento. • Reconhecer os elementos indicativos da expressão musical no decorrer da partitura. • Ser capaz de usar gradualmente o <i>vibrato</i> como recurso expressivo. • Ser capaz de afinar a guitarra. • Ser capaz de cuidar as unhas da mão direita como estratégia para uma boa sonoridade. 	

- Desenvolver a capacidade auditiva e a capacidade crítica.
- Ser capaz de memorizar as obras do seu repertório.
- Ter a capacidade de autonomia e de concentração.
- Desenvolver a capacidade performativa em palco.
- Desenvolver noção de harmonia funcional na guitarra.
- Desenvolver capacidades criativas como composição e improvisação.
- Organizar o estudo e encontrar os meios para superar as dificuldades.
- Participar com empenho nas atividades da sala de aula.
- Ter e preservar os materiais de trabalho.
- Evidenciar sentido de responsabilidade, empenho e esforço em melhorar e aprender.
- Ser assíduo e pontual.
- Fazer autoanálise do desempenho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na aprendizagem.
- Cumprir o programa mínimo exigido.
- Aprofundar metodologias de estudo no sentido de uma progressiva autonomização.
- Estimulação de motivação e empenho.

Objetivos Específicos de Aprendizagem:

- Desenvolvimento de capacidades de leitura e interpretação.
- Desenvolvimento da produção sonora.
- Leitura progressiva do repertório a apresentar em prova no final do ano letivo.
- Desenvolvimento da técnica de ligados de mão esquerda (ascendentes e descendentes).
- Desenvolvimento do rigor rítmico e técnico.
- Desenvolvimento de noção estrutural das duas obras a serem trabalhadas.
- Desenvolvimento de noção estética e de carácter distintos entre as duas obras trabalhadas, de forma historicamente informada.
- Definição clara da digitação e dedilhação de cada obra.
- Desenvolvimento da capacidade de compreender e executar dinâmicas, timbres, articulações, fraseado, flutuações de tempo e outras indicações expressivas presentes na partitura e/ou indicadas pelo professor.
- Desenvolvimento da capacidade de distinção entre melodia e acompanhamento e/ou partes primárias ou secundárias.

Conteúdos Programáticos

<i>Capricho Árabe</i> – F. Tárrega
Sequência de Atividades
<ol style="list-style-type: none"> 1. Colocação, afinação e apresentação dos objetivos e contexto da aula. 2. <i>Capricho Árabe</i> – 45min. <ul style="list-style-type: none"> • Revisão do estudo: <ul style="list-style-type: none"> - musicalidade. - distinção entre melodia e acompanhamento. - balanço da obra. - timbres para certas passagens.
Recursos didáticos
Cadeiras (3), apoio de pé (1), estante (1). O aluno deverá ter o seu próprio material (instrumento, partituras, apoio de pé/ <i>ergoplay</i> , lápis e borracha, afinador, lápis/marcador de cor).
Relatório
<p>No início da aula, conversei um pouco com a aluna, principalmente sobre que repertório iria tocar na prova, uma vez que era na semana seguinte.</p> <p>De seguida, perguntei-lhe que peça queria trabalhar e optámos por rever o <i>Capricho Árabe</i>. A aluna começou, então, por tocar a obra de início ao fim. De seguida, fomos trabalhando passagens que ainda podiam ser melhoradas.</p> <p>Começámos pela introdução da obra. A aluna estava a tocar tudo de uma forma muito igual e sugeri que acentuasse algumas notas, que fizesse um pouco de <i>crescendo</i> e, também, que mexesse um pouco com o tempo, mas sem fugir do andamento. Fui intervindo à medida que achasse necessário. Para além disso, ia tocando com a aluna ou executava algumas passagens sozinha, de forma a reproduzir o resultado pretendido.</p> <p>De um modo geral, a aluna ia conseguindo reproduzir o que lhe era pedido. Uma vez que a aluna estava sem unhas, o timbre foi um dos elementos mais complicados de trabalhar. Posteriormente, depois de termos trabalhado todas essas secções, fiz um resumo sobre o que ainda poderia ser melhorado, voltando a referir elementos como: dinâmicas, acentuações, timbre e o balanço da obra (nesta obra tentei fazer com que a aluna percebesse e, sobretudo, sentisse o balanço da mesma). Sugeri ainda no final da aula que ouvisse gravações, não no sentido de copiar as interpretações, mas como meio para perceber de que forma poderia executar a mesma.</p> <p>No geral, os objetivos da aula foram cumpridos e penso que teve um balanço positivo. A aluna mostrou-se sempre empenhada e receptiva às sugestões que eu ia fazendo, tornando o ambiente da aula sempre positivo.</p>

Planificação n.º 2

Estabelecimento de Ensino	Conservatório de Música do Porto
Disciplina	Instrumento - Guitarra
Professor Cooperante	Paulo Peres
Professor Supervisor	Artur Caldeira
Professora Estagiária	Inês Fernandes
Número de Alunos	1
Duração da aula	1 hora e 40 minutos
Data	2 de junho de 2025
Objetivos Competências	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Possuir uma correta postura corporal e instrumental. • Dominar com segurança a sonoridade e os aspetos técnicos e idiomáticos essenciais do instrumento: harmónicos, ligados técnicos, barras, uso criterioso da pulsação simples e apoiada. • Conhecer e dominar os vários registos da guitarra, em toda a sua extensão. • Compreender e dominar o ritmo e a métrica musical. • Possuir um apurado sentido da pulsação, assim como um domínio seguro da velocidade. O uso do metrónomo como estratégia para o desenvolvimento da velocidade e regularidade de pulsação deve estar interiorizado por parte do aluno. • Compreender e dominar de forma criteriosa os diferentes parâmetros da execução e interpretação musical: dinâmica, timbre, articulação, sentido de frase, ataque (legato, pizzicato, staccato, etc.). • Compreender a lógica de uma dedilhação ao serviço do discurso musical. • Compreender e interpretar as diferentes formas musicais, tipos de estilo e de carácter do seu repertório. • Ter facilidade de leitura musical no âmbito do instrumento. • Reconhecer os elementos indicativos da expressão musical no decorrer da partitura. • Ser capaz de usar gradualmente o <i>vibrato</i> como recurso expressivo. • Ser capaz de afinar a guitarra. • Ser capaz de cuidar as unhas da mão direita como estratégia para uma boa sonoridade. • Desenvolver a capacidade auditiva e a capacidade crítica. 	

- Ser capaz de memorizar as obras do seu repertório.
- Ter a capacidade de autonomia e de concentração.
- Desenvolver a capacidade performativa em palco.
- Desenvolver noção de harmonia funcional na guitarra.
- Desenvolver capacidades criativas como composição e improvisação.
- Organizar o estudo e encontrar os meios para superar as dificuldades.
- Participar com empenho nas atividades da sala de aula.
- Ter e preservar os materiais de trabalho.
- Evidenciar sentido de responsabilidade, empenho e esforço em melhorar e aprender.
- Ser assíduo e pontual.
- Fazer autoanálise do desempenho para identificar progressos, lacunas e dificuldades na aprendizagem.
- Cumprir o programa mínimo exigido.
- Aprofundar metodologias de estudo no sentido de uma progressiva autonomização.
- Estimulação de motivação e empenho.

Objetivos Específicos de Aprendizagem:

- Desenvolvimento de capacidades de leitura e interpretação.
- Desenvolvimento da produção sonora.
- Leitura progressiva do repertório a apresentar em prova no final do ano letivo.
- Desenvolvimento da técnica de ligados de mão esquerda (ascendentes e descendentes).
- Desenvolvimento do rigor rítmico e técnico.
- Desenvolvimento de noção estrutural das duas obras a serem trabalhadas.
- Desenvolvimento de noção estética e de carácter distintos entre as duas obras trabalhadas, de forma historicamente informada.
- Definição clara da digitação e dedilhação de cada obra.
- Desenvolvimento da capacidade de compreender e executar dinâmicas, timbres, articulações, fraseado, flutuações de tempo e outras indicações expressivas presentes na partitura e/ou indicadas pelo professor.
- Desenvolvimento da capacidade de distinção entre melodia e acompanhamento e/ou partes primárias ou secundárias.

Conteúdos Programáticos

Minueto I e II, Suite n.º 1 para violoncelo. J.S. Bach;

<i>Estudo n.º 8, Villa-Lobos.</i>
Sequência de Atividades
<ol style="list-style-type: none"> 1. Colocação, afinação e apresentação dos objetivos e contexto da aula. 2. <i>Minueto I e II, Suite n.º 1 para violoncelo. J.S. Bach – 25min.</i> <ul style="list-style-type: none"> • Revisão – musicalidade; <ul style="list-style-type: none"> - caráter de cada <i>Minueto</i>. 3. <i>Estudo n.º 8, Villa-Lobos – 20min.</i> <ul style="list-style-type: none"> • Revisão – distinção entre melodia e acompanhamento. <ul style="list-style-type: none"> • - contraste entre cada secção (timbres).
Recursos didáticos
Cadeiras (3), apoio de pé (1), estante (1). O aluno deverá ter o seu próprio material (instrumento, partituras, apoio de pé/ <i>ergoplay</i> , lápis e borracha, afinador, lápis/marcador de cor).
Relatório
<p>No início da aula, conversei um pouco com a aluna, principalmente sobre como tinha corrido a prova e que repertório é que iria tocar no recital final de 8.º grau.</p> <p>De seguida, pedi-lhe que tocasse os <i>Minuetos</i> da <i>Suite n.º 1</i> para violoncelo de Bach. A aluna começou por tocar de início ao fim. Uma vez que ambos os minuetos já estavam trabalhados, referi apenas algumas coisas como o caráter de cada um, uma vez que são bastante diferentes e a aluna estava a tocar tudo muito parecido. Para além disso, referi alguns aspetos relativamente à harmonia, uma vez que a aluna estava a deixar soar alguns baixos que não faziam parte da harmonia que se seguia.</p> <p>Posteriormente, passámos para o <i>Estudo n.º 8</i> de Villa-Lobos, o qual a aluna também já está a tocar há algum tempo e, por isso, a nível de leitura já não há dificuldades, podendo, assim, trabalhar outros pontos. Comecei por referir que este estudo tinha secções contrastantes, secções mais melódicas e secções mais rítmicas e, desse modo, o contraste precisava de estar claro. Assim, nas secções melódicas pedi à aluna que destacasse mais a melodia, com um timbre mais doce e tudo bastante ligado. Já nas secções mais rítmicas, era preciso mais assertividade/agressividade e perceber-se bem os ritmos (nestas secções sugeri, ainda, que tocasse mais próximo do cavalete, uma vez que a corda é mais dura e produz um som mais metálico).</p> <p>No geral, os objetivos da aula foram cumpridos e penso que teve um balanço positivo. A aluna mostrou-se sempre empenhada e receptiva às sugestões que eu ia fazendo, tornando o ambiente da aula sempre positivo.</p>

2.6.3 Classe de Conjunto do Ensino Básico – Orquestra de Cordas Dedilhadas 2.º Ciclo

Planificação n.º 1

Estabelecimento de Ensino	Conservatório de Música do Porto
Disciplina	Classe de Conjunto – Orquestra de Cordas Dedilhadas
Professor Cooperante	Augusto Pacheco
Professor Supervisor	Artur Caldeira
Professora Estagiária	Inês Fernandes
Número de Alunos	8
Duração da aula	2 hora e 30 minutos
Data	31 de março de 2025
Objetivos Competências	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver competências no domínio da afinação. • Desenvolver competências no domínio da correta postura física. • Desenvolver competências no domínio da Música de Conjunto. • Desenvolver a capacidade de concentração. • Adquirir progressivamente conhecimento de repertório de Música de Conjunto, em particular repertório escrito para Orquestra de Plectro/Cordas Dedilhadas. • Adquirir e desenvolver domínio na emissão sonora, de acordo com a sua idade e maturidade intelectual. • Adquirir e desenvolver domínio na qualidade sonora, de acordo com a sua idade e maturidade intelectual. • Cumprir o programa proposto. • Adquirir metodologias de estudo individual no sentido de uma progressiva autonomização, de acordo com a sua idade e maturidade intelectual. • Desenvolver o gosto musical orientado para a noção de estilo e forma. • Participar com empenho nas atividades da sala de aula. • Evidenciar sentido de responsabilidade, empenho e esforço em melhorar e aprender. • Ser assíduo e pontual. 	

<ul style="list-style-type: none"> • Interagir com tolerância, cooperação, colaboração e respeito com os colegas, professores e funcionários. • Manifestar autonomia na realização das tarefas
<p>Objetivos Específicos de Aprendizagem:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desenvolvimento de capacidades de leitura e interpretação. • Leitura progressiva do repertório. • Desenvolvimento da coesão sonora dentro do naipe e <i>tutti</i>. • Desenvolvimento da coesão rítmica dentro do naipe e <i>tutti</i>. • Desenvolvimento do rigor rítmico e técnico. • Desenvolvimento da capacidade de compreender e executar dinâmicas, timbres, articulações, flutuações de tempo e outras indicações expressivas presentes na partitura e/ou indicadas pelo maestro; <ul style="list-style-type: none"> • Desenvolvimento da capacidade de seguir as indicações do professor que dirige a orquestra/maestro. • Desenvolvimento da capacidade de distinção entre melodia e acompanhamento. • Trabalho de interiorização rítmica e métrica • Desenvolvimento de noção estrutural da obra.
Conteúdos Programáticos
<i>The Black Cat</i> – Maria Linnemar
Sequência de Atividades
<ol style="list-style-type: none"> 1. Colocação, afinação e apresentação dos objetivos e contexto da aula – 5min. 2. <i>The Black Cat</i>, Maria Linnemar <ul style="list-style-type: none"> • Revisão da 1.ª secção – 15 min. 3. Leitura por naipes da 2.ª secção – 40min. 4. Ensaio <i>tutti</i> – 1.ª parte 30min.
Recursos didáticos
<p>Cadeiras (9), estantes (7), harpas (1). Os alunos de guitarra, guitarra portuguesa e bandolim deverão ter o seu próprio material (instrumento, partituras, apoio de pé/<i>ergoplay</i>, lápis e borracha, afinador, lápis/marcador de cor).</p>
Relatório
<p>Iniciei a aula com a apresentação da peça que íamos trabalhar naquela aula e informei, novamente, os alunos de que a aula seria gravada, mas que ia ser uma aula como as outras.</p> <p>De seguida, pedi aos alunos para afinar e, como a aula iria ser gravada, tal só aconteceu no 2.º bloco, de modo que estivessem todos os alunos presentes.</p>

Comecei por perguntar aos alunos se tinham dúvidas, especialmente às alunas de guitarra e harpa. Apesar de não terem estudado em casa como tinha sido pedido e de estarem com vergonha de tocar na aula, trabalhei individualmente com elas as suas respetivas partes. De seguida, comecei a trabalhar com todos. Alguns alunos ainda tinham dúvidas em algumas digitações, bem como em algumas notas. Ao longo da peça fui corrigindo essas partes. Trabalhámos também a questão das dinâmicas e tentei que os alunos exagerassem, de modo que percebessem a intenção musical. Como já acontecia noutras aulas, os alunos, uma vez que já estavam mais confortáveis ao nível de leitura, estavam sempre a querer tocar mais rapidamente do que aquilo que lhes pedia e, por isso, tive de os chamar a atenção muitas vezes sobre esse ponto.

No final da aula, falámos das partes que tinham de trabalhar em casa e ficou definido que para a próxima aula teriam de trazer a peça com mais segurança e com mais consciência daquilo que tínhamos trabalhado na aula.

No geral, os objetivos principais da aula foram alcançados, apesar de algumas dificuldades de leitura de alguns alunos. Foi uma aula com um balanço positivo e os alunos demonstraram-se empenhados e motivados ao longo da aula. O único ponto menos positivo foi o facto de os alunos, durante grande parte da aula, não estarem totalmente à vontade, o que penso que terá acontecido pelo nervosismo da aula estar a ser gravada.

Planificação n.º 2

Estabelecimento de Ensino	Conservatório de Música do Porto
Disciplina	Classe de Conjunto – Orquestra de Cordas Dedilhadas
Professor Cooperante	Augusto Pacheco
Professor Supervisor	Artur Caldeira
Professora Estagiária	Inês Fernandes
Número de Alunos	8
Duração da aula	2 hora e 30 minutos
Data	5 de maio de 2025
Objetivos Competências	
Objetivos:	
<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver competências no domínio da afinação. • Desenvolver competências no domínio da correta postura física. • Desenvolver competências no domínio da Música de Conjunto. • Desenvolver a capacidade de concentração. 	

<ul style="list-style-type: none"> • Adquirir progressivamente conhecimento de repertório de Música de Conjunto, em particular repertório escrito para Orquestra de Plectro/Cordas Dedilhadas. • Adquirir e desenvolver domínio na emissão sonora, de acordo com a sua idade e maturidade intelectual. • Adquirir e desenvolver domínio na qualidade sonora, de acordo com a sua idade e maturidade intelectual. • Cumprir o programa proposto. • Adquirir metodologias de estudo individual no sentido de uma progressiva autonomização, de acordo com a sua idade e maturidade intelectual. • Desenvolver o gosto musical orientado para a noção de estilo e forma. • Participar com empenho nas atividades da sala de aula. • Evidenciar sentido de responsabilidade, empenho e esforço em melhorar e aprender. • Ser assíduo e pontual. • Interagir com tolerância, cooperação, colaboração e respeito com os colegas, professores e funcionários. • Manifestar autonomia na realização das tarefas
<p>Objetivos Específicos de Aprendizagem:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desenvolvimento de capacidades de leitura e interpretação. • Leitura progressiva do repertório. • Desenvolvimento da coesão sonora dentro do naipe e <i>tutti</i>. • Desenvolvimento da coesão rítmica dentro do naipe e <i>tutti</i>. • Desenvolvimento do rigor rítmico e técnico. • Desenvolvimento da capacidade de compreender e executar dinâmicas, timbres, articulações, flutuações de tempo e outras indicações expressivas presentes na partitura e/ou indicadas pelo maestro; <ul style="list-style-type: none"> • Desenvolvimento da capacidade de seguir as indicações do professor que dirige a orquestra/maestro. • Desenvolvimento da capacidade de distinção entre melodia e acompanhamento. • Trabalho de interiorização rítmica e métrica • Desenvolvimento de noção estrutural da obra.
<p>Conteúdos Programáticos</p>
<p><i>Piratas das Caraíbas</i> – Hans Zimmer</p> <p><i>The Black Cat</i> - Maria Linnemar</p>
<p>Sequência de Atividades</p>

<p>1. Colocação, afinação e apresentação dos objetivos e contexto da aula - 5min;</p> <p>2. <i>Piratas das Caraíbas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Revisão da 1.ª secção – 15 min. • Revisão de leitura por naipes da 2.ª secção – 15 min. <ul style="list-style-type: none"> • Ensaio <i>tutti</i> – 1.ª parte 15 min; <p>3. <i>The Black Cat</i> – Maria Linnemar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Revisão da 1.ª secção – 5 min; • Revisão da 2.ª secção – 5 min; <ul style="list-style-type: none"> • Ensaio <i>tutti</i> – 10min.
Recursos didáticos
<p>Cadeiras (9), estantes (7), harpas (1). Os alunos de guitarra, guitarra portuguesa e bandolim</p> <p>deverão ter o seu próprio material (instrumento, partituras, apoio de pé/<i>ergoplay</i>, lápis e borracha, afinador, lápis/marcador de cor).</p>
Relatório
<p>Iniciei a aula com a apresentação a peça que íamos trabalhar naquela aula e informei, novamente, os alunos de que a aula seria gravada, mas que ia ser uma aula como as outras.</p> <p>De seguida, uma vez que os alunos iam ter audição na semana seguinte, e tendo em conta que era a primeira aula desde as férias da Páscoa, na planificação prévia, o professor cooperante concordou que seria melhor fazer uma revisão das peças que tinham estado a trabalhar até então.</p> <p>Desse modo, comecei por informar os alunos de que iríamos rever a peça <i>Pirata das Caraíbas</i>. Depois de estarem todos afinados, pedi que tocassem todos juntos. No entanto, como já estavam a acontecer alguns enganos, optei por rever por naipes. Comecei pelas guitarras portuguesas e juntamente com as guitarras e depois só guitarras, uma vez que eram o naipe que estava com mais dificuldades. Ao longo das secções da peça, as guitarras foram o naipe com quem foi preciso mais trabalho de leitura. Os bandolins tinham sempre a sua parte bastante segura. Por vezes, havia algumas dúvidas nas entradas, mas conseguimos trabalhar essas partes. Na secção final, pedi que repetissem os compassos finais, porque havia alguma confusão nas entradas. Para terminar o trabalho desta peça, tinha como objetivo que tocassem de início ao fim, mas tivemos algumas paragens pelo meio.</p> <p>Para terminar a aula, fizemos uma pequena revisão da peça <i>The Black Cat</i>, na qual não havia muitas dúvidas, uma vez que tinha estado a ler com as guitarras e com as guitarras portuguesas na hora anterior. No entanto, ainda houve algumas paragens e alguma</p>

necessidade de leitura por naipes, principalmente no naipe das guitarras. Depois de trabalhar as duas secções pedi que tocassem de início ao fim e que não se esquecessem das dinâmicas. Como os alunos têm tendência para começar a acelerar, tive de chamar a atenção algumas vezes para manterem o tempo.

De modo geral, os objetivos principais da aula foram alcançados, apesar de algumas dificuldades de leitura de alguns alunos. Foi uma aula com um balanço positivo e os alunos demonstraram-se empenhados e motivados ao longo da aula.

2.7 Atividades

Ao longo da Prática de Ensino Supervisionada, tive ainda a oportunidade de assistir a audições de classe dos respetivos professores cooperantes, Paulo Peres e Augusto Pacheco.

Classe do professor Paulo Peres	Classe do professor Augusto Pacheco
<p style="text-align: center;"><u>19/12/2024</u></p> <p>Aluna A – <i>Recuerdos de Alhambra</i>, F. Tárrega Aluna B – <i>Garden Steps</i> – A. York; <i>Habanera</i> - Eythor Thorlaksson</p>	<p style="text-align: center;"><u>17/02/2025</u></p> <p>Classe de Conjunto – <i>Piratas das Caraíbas</i>; <i>Belle qui tiens ma vie</i>.</p>
<p style="text-align: center;"><u>10/03/2025</u></p> <p>Aluna A – <i>Capricho Árabe</i> – F. Tárrega Aluna B – <i>Petit air du Bresil</i> – F. Kleyjans</p>	

2.9 Reflexão Final

Apresento, agora, uma reflexão sobre todo o processo de estágio profissionalizante, incluindo as minhas observações, aulas lecionadas e supervisionadas, assim como os principais conteúdos e lições aprendidas ao longo da minha Prática de Ensino Supervisionada.

Nas aulas individuais, lecionadas pelo professor Paulo Peres, aprendi e desenvolvi vários aspetos essenciais para a minha evolução enquanto professora. Desenvolvi o meu conhecimento de repertório e de que formas o posso adaptar a diferentes níveis de ensino, graus e diferentes alunos, de acordo com as suas necessidades e interesses. Para além disso, tive a oportunidade de observar o modo cuidado e atento do professor Paulo Peres trabalhar.

A observação das aulas individuais proporcionou-me também uma aprendizagem das diferentes abordagens pedagógicas utilizadas pelo professor em diferentes contextos. O professor procura motivar os alunos a desenvolverem as suas capacidades, através de feedback construtivo, levando-os a superar as suas dificuldades e a alcançar níveis de competência progressivos. Para além disso, observei e procurei assimilar técnicas de gestão de sala de aula que penso serem essenciais para manter um ambiente organizado, produtivo, mas também disciplinado e empenhado, que planeio integrar na minha prática docente.

Durante o período de observação foi-me permitido lecionar algumas aulas antes das aulas supervisionadas. Inicialmente, a maior dificuldade que enfrentei foi comunicar algumas das dificuldades dos alunos, uma vez que não sabia muito bem como gerir a informação que os alunos iam receber. No entanto, o professor Paulo Peres foi sempre prestável e foi sempre sugerindo estratégias, as quais vim a utilizar nas aulas seguintes. Penso que consegui adotar essas estratégias e proporcionar aulas dinâmicas.

Adicionalmente, tive também a oportunidade de observar e lecionar aulas de Classe de Conjunto. Esta experiência foi particularmente desafiante e enriquecedora, pois exigiu a adaptação a um contexto de ensino diferente ao que estava habituada na minha prática profissional, de maioritariamente aulas individuais. No entanto, o professor Augusto Pacheco esteve sempre disponível para ajudar e sugeriu sempre estratégias para regular melhor o ambiente de sala de aula.

As estratégias para uma aula em conjunto são bastante diferentes de uma aula individual e, por isso, requereu mais atenção da minha parte. Ao mesmo tempo que tentei criar um bom ambiente de sala de aula com os alunos e uma boa relação com os mesmos, nunca descuidei o respeito e o rigor. Compreendi, assim, a importância de praticar uma comunicação clara e eficaz, de forma a manter a disciplina e a atenção dos alunos, criando um ambiente propício à aprendizagem coletiva.

Esta experiência permitiu-me, assim, melhorar as minhas capacidades de comunicação e liderança, bem como assumir uma postura confiante e clara, características que considero serem essenciais para orientar ensaios de forma eficaz e produtiva. Além das competências de gestão, estas aulas proporcionaram-me um maior conhecimento sobre instrumentos que não o meu, como a harpa, o bandolim e a guitarra portuguesa, desde a própria afinação e técnica de execução, até ao papel que podem desempenhar numa Orquestra de Cordas Dedilhadas.

Em conclusão, a realização do estágio profissionalizante foi uma experiência bastante enriquecedora, a qual me preparou melhor para enfrentar os desafios do quotidiano dos contextos escolares, em particular, do ensino artístico. Penso ter tido uma boa relação com os professores cooperantes, a qual foi muito importante para a realização do estágio. Para além disso, foi também muito importante poder partilhar opiniões e aprender com os mesmos, tendo recebido sempre *feedbacks* positivos.

Considero que a aplicação prática dos conhecimentos adquiridos ao longo do Mestrado, juntamente com a observação e participação ativa na lecionação de aulas de diferentes tipologias, foi fundamental para o meu desenvolvimento profissional e pessoal.

Termino com um agradecimento por todas as oportunidades de aprendizagem e crescimento que o Conservatório de Música do Porto me proporcionou e sigo confiante de que as competências e experiências adquiridas serão de enorme valor para a minha carreira enquanto docente.

Capítulo III – Projeto de Investigação

Distonia Focal – O Conhecimento sobre a Distonia Focal no Ensino Superior

3.1 Introdução

Após a minha experiência pessoal com a distonia focal, a qual se desenvolveu durante a licenciatura, encarei desafios significativos devido à falta de conhecimento e apoio no ambiente académico. A dificuldade em obter um diagnóstico preciso, aliada ao escasso conhecimento no meio académico sobre a condição, tornou o processo de adaptação ainda mais complexo. Esta experiência levou-me a refletir sobre a necessidade de uma maior sensibilização e de estratégias eficazes para apoiar estudantes que enfrentem dificuldades semelhantes.

A importância da saúde física e mental tem vindo, cada vez mais, a ocupar o seu lugar nos contextos académicos, sociais, entre outros. Deste modo, o Ensino Superior tem procurado garantir, nos seus Planos de Atividades, a promoção da saúde e do bem-estar para a qualidade de vida dos seus estudantes. Por exemplo, a Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo (ESMAE), no Eixo 7 – Cultura, Desporto e Bem-Estar, no Plano de Atividades de 2023, apresenta como vetores de desenvolvimento estratégico “Desenvolver atividades de promoção da educação para a saúde e estilos de vida saudável” através de “Aulas de Yoga e Pilates para a comunidade” (ESMAE, 2023, p. 14).

A atividade artística, especialmente o desempenho musical, é altamente exigente do ponto de vista técnico, físico e psicológico. Deste modo, tocar um instrumento, principalmente a nível profissional, requer muitas horas de estudo diárias ao longo dos anos, durante os quais são executados vários movimentos repetitivos, “em posturas sustentadas, tipicamente de forma assimétrica e pouco ergonómica” (Zão, 2024). O mesmo é sustentado por Moura et al. (2000) quando apontam que:

O estresse diário de atividades repetitivas, rotineiras e necessárias para um bom desempenho técnico é prejudicial ao organismo e o efeito acumulativo nos tecidos pode, eventualmente, exceder o limiar de tolerância fisiológica devido às posturas viciosas inadequadas e ao superuso, ultrapassando os limites de tolerância das estruturas anatomofisiológicas e produzindo incapacidades (p.83).

Bem como um atleta dispõe de apoio médico especializado, os músicos também precisam deste apoio especializado, uma vez que promover este tipo de práticas é

investir na carreira artística (Zão, 2024). Do mesmo modo, Moura et al. (2000) referem que o nível de conhecimento das estruturas musculares nos músicos é baixo e limitado a poucas pessoas, contrastando, assim, com o caso dos desportistas, onde o conhecimento das estruturas musculares e da sua manutenção é um fator indispensável.

Segundo um estudo de Zão (2024), cerca de 7 em cada 10 músicos desenvolvem dor que afeta significativamente a prática artística. Assim, estes dados, a nível nacional, são relevantes, uma vez que demonstram não só a elevada prevalência de dor, mas, também, o impacto significativo dessa dor no bem-estar físico e psicológico do músico. O mesmo estudo demonstra que quer estudantes de música quer músicos profissionais são afetados por fatores como a sobrecarga física, posturas inadequadas, tensão emocional e muscular e, ainda, fatores relacionados com as exigências performativas.

Todos estes fatores contribuem para o aparecimento de lesões e dor. Por isso, o reconhecimento de fatores de risco é essencial para o desenvolvimento de estratégias preventivas mais eficazes. Como salienta Zão (2024), “A avaliação médica especializada, a identificação de sinais de alarme, a implementação precoce de programas preventivos e o acompanhamento individualizado do artista são fundamentais para garantir uma carreira mais duradoura e saudável”.

Na mesma linha de pensamento, Zosso (2012) refere que de entre os vários problemas que podem afetar a saúde dos músicos, a distonia focal destaca-se como uma das condições mais desafiantes. Para além disso, Zosso (2012) refere que a dor nem sempre é considerada suficientemente importante, uma vez que está associada a um “abrandamento da performance” (p.53). Afirma, ainda, que os músicos utilizam o seu corpo muitas horas por dia, mas nem sempre estão conscientes da importância das exigências físicas do seu trabalho, nem sabem como lidar com os problemas físicos quando estes surgem.

Deste modo, o presente projeto de investigação encontra-se organizado por subcapítulos, começando pela definição do conceito “distonia focal”, abordando os principais fatores de risco, diagnóstico e estratégias de reabilitação.

Seguidamente, é apresentada a sua metodologia e descrito o desenho do estudo, caracterizada a amostra envolvida, bem como os procedimentos de recolha de dados e a sua conseqüente análise. A secção de resultados apresenta as respostas aos

questionários aplicados aos alunos de Licenciatura em Música – Variante Instrumento e Mestrado em Ensino da Música e Interpretação Artística das Escolas Superiores de Música de Portugal.

3.2 Definição dos Objetivos

O principal objetivo do presente projeto de investigação é averiguar o conhecimento que existe sobre a distonia focal especificamente no contexto do Ensino Superior, em Portugal, através da recolha de literatura que aborde o conceito de distonia focal, bem como através de pesquisa arquivística de FUC, da realização de questionários e entrevistas a alunos do Ensino Superior.

Este estudo procura, portanto, investigar as perceções dos alunos e as práticas que existem no âmbito do Ensino Superior. Deste modo, este estudo pretende:

- a) investigar o nível de conhecimento que existe no Ensino Superior sobre a distonia focal;
- b) analisar que práticas existem nas Instituições de Ensino Superior voltadas para a saúde dos músicos, especificamente sobre a distonia focal;
- c) avaliar a viabilidade de integração de práticas, como workshops, palestras, entre outros, ligadas à saúde dos músicos.
- d) reunir literatura e sugestões práticas que possam contribuir para a difusão do conhecimento sobre a distonia focal no Ensino Superior, destacando a importância da saúde dos músicos.

Por conseguinte, esta investigação pretende, também, contribuir para a consciencialização deste distúrbio, incentivando ao desenvolvimento de práticas pedagógicas mais adequadas às necessidades de todos os envolvidos.

3.3 Revisão de Literatura

Neste capítulo, é apresentada uma revisão de literatura sobre a distonia focal, abordando os seguintes tópicos: conceito; principais fatores de risco e sintomas; diagnóstico e estratégias de reabilitação.

Conceito

A distonia focal é uma desordem neurológica caracterizada por contrações musculares involuntárias que afetam uma região específica do corpo, comprometendo de forma significativa as funções motoras finas. Aproximadamente 1% de todos os músicos profissionais desenvolvem distonia focal e, em muitos casos, o distúrbio termina as carreiras dos músicos afetados (Jabusch & Altenmüller, 2004).

A fisiopatologia do distúrbio não é clara. No entanto, as descobertas incluem fatores como: inibição reduzida em diferentes níveis do sistema nervoso central, percepção sensorial alterada e alterações na integração sensoriomotora. Os dados demonstram um risco maior para os músicos que tocam instrumentos que exigem maiores capacidades motoras finas. Para instrumentos onde a carga de trabalho difere entre as mãos, a distonia focal aparece com mais frequência na mão utilizada com mais intensidade (Altenmüller & Jabusch, 2010).

A distonia do músico pode ser classificada de acordo com a tarefa especificamente envolvida. Por exemplo, nos instrumentistas de sopro (especialmente metais), a zona da embocadura tende a ser mais afetada, comprometendo a coordenação dos lábios, da língua e dos músculos faciais e cervicais. Já no caso de pianistas ou instrumentistas de cordas, os dedos, as mãos ou os braços tendem a ser as zonas afetadas (Altenmüller & Jabusch, 2010).

Segundo Llobet (2002), o ato de tocar acomoda um desenvolvimento neuromuscular muito complexo que praticado de maneira excessiva e inapropriada pode gerar posturas e movimentos anormais, conduzindo, assim, a quadros distónicos. A partir de uma prática realizada de maneira mecânica, repetindo o mesmo gesto técnico centenas de vezes, podem, portanto, surgir padrões negativos de organização sensoriomotora, fazendo com que determinados sintomas do distúrbio surjam gradualmente sem que o instrumentista perceba, sentindo-os, apenas, como pequenas falhas ou dificuldades na performance.

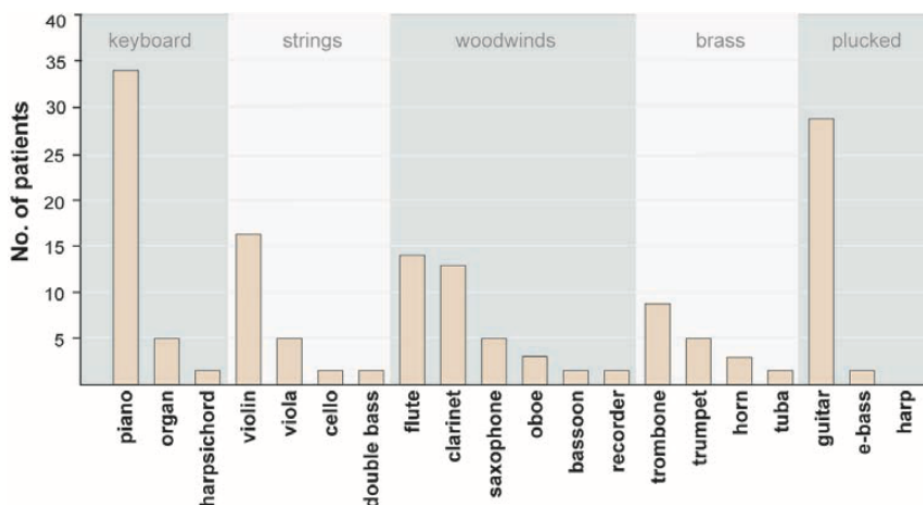
Principais Fatores de Risco e Sintomas

A literatura aponta que este distúrbio é mais prevalente entre músicos profissionais do que em músicos amadores, sugerindo uma associação direta com a intensidade da prática. Como salientam Moura et al. (2000), “O alto grau de performance exigido, dada a evolução e a técnica dos instrumentos, solicita muito do intérprete, que, na tentativa de conseguir a perfeição exigida e o total domínio técnico, muitas vezes ultrapassa seu limite físico” (p. 83). Para além disso, para Jabusch e Altenmüller (2004), a “ansiedade e perfeccionismo podem ser fatores agravantes durante o desenvolvimento da distonia do músico” (p. 75).

No mesmo sentido, Garcia (2010) afirma que a ansiedade, a obsessão, o perfeccionismo extremo e a preocupação excessiva com a “cobrança social”, para além do trabalho repetitivo e intenso quando realizado por longos períodos, sem nenhum tipo de variação ou intervalos para descanso, podem desencadear a distonia focal. Slade et al. (1999) destacam, também, a importância de questionar o músico sobre o número de horas tocadas por semana e o grau de dificuldade das obras tocadas. Para além disso, e em comparação com outras atividades que podem provocar movimentos distónicos, como escrever ou jogar golfe, os praticantes de música clássica/erudita correm um maior risco de desenvolver distonia focal.

Os dados demográficos demonstram que, geralmente, há uma preponderância de músicos do sexo masculino que desenvolvem distonia focal com uma proporção masculino/feminino de cerca de 4/1 (Lim & Altenmüller, 2003). Fatores hereditários também podem estar relacionados com o desenvolvimento deste distúrbio. Num estudo realizado por Schmidt et al. (2009) foram investigadas 28 famílias de músicos com distonia, sendo que 14 delas tinham um histórico familiar previamente conhecido de distonia e as outras 14 não. O exame neurológico dos membros da família revelou que 18 das 28 famílias investigadas (64%) eram famílias “multiplex”, ou seja, 2 a 4 membros da família foram afetados por distonia.

De acordo com dados epidemiológicos, a probabilidade de desenvolver distonia depende do instrumento tocado, sendo que guitarristas, pianistas e músicos de metais têm um maior risco de desenvolver distonia (Altenmüller & Jabusch, 2010). Segundo Lederman (1991), a idade média para o início dos sintomas distónicos é normalmente por volta dos 30 anos. No entanto, há uma alta variabilidade, com o início da distonia do músico por volta dos 18 anos e o início mais tardio após os 60 anos.

Figura 4*Instrumentos de 144 pacientes com distonia focal*

Fonte: (Altenmüller & Jabusch, 2010)

Para além disso, Jabusch et al. (2004) referem, com base em estudos psicológicos, uma fonte adicional de pressão em músicos que desenvolvem distonia, ou seja, um padrão de ansiedade e perfeccionismo extremo que já estavam presentes antes do início da distonia. No entanto, este padrão não foi observado em músicos considerados “saudáveis”.

El síntoma básico es la pérdida gradual de la coordinación de un movimiento determinado sobre el instrumento que, al poco tiempo, se acompaña de tensión em outras zonas de la mano o el antebrazo. Una de las principales características de estos síntomas es que tales alteraciones no se presentan, o lo hacen con mucha menor intensidad, quando el mismo gesto se ejecuta fuera del instrumento. (Llobet, 2002, p. 1).

Vários sintomas podem marcar o início do distúrbio. Por exemplo, perda subtil de controlo em passagens rápidas, enrolar ou flexões involuntárias de dedos e perda de controlo da embocadura em instrumentistas de sopros em certos registos. Nesta fase, a maioria dos músicos acredita que a perda de precisão dos seus movimentos se deve a um problema técnico ou falta de prática. Como consequência, acabam por intensificar os seus esforços, mas isso, muitas vezes, agrava o problema (Altenmüller & Jabusch, 2010).

Altenmüller e Jabusch (2010), com base nas suas pesquisas, elaboraram um pequeno resumo dos sintomas da distonia focal.

Figura 5

Principais Sintomas da Distonia Focal

Mãos e dedos	Embocadura
Perda gradual do controlo do dedilhado em passagens rápidas	Descontrolo na movimentação muscular
Falhas de objetividade e precisão	Tremores na região da embocadura
Irregularidade na execução de “trinados”	Enfraquecimento da embocadura
Dedos presos nas chaves	Perda de resistência em regiões específicas da extensão do instrumento
Falhas no controle dos movimentos do braço	Perda da vibração labial
Dificuldade/lentidão em passagens rápidas	Perda/dificuldade de conexão entre sons em <i>legato</i>
Dedo curvado até a palma da mão	Tensão excessiva na articulação provocando uma sensação de que a língua está “travando”
Dedo não respondendo à ordem de tocar nas cordas ou tecla	Perdas de ar através de aberturas nos lábios e tensão facial evidente

Fonte: (Altenmüller & Jabusch, 2010)

Normalmente, a distonia do músico ocorre sem dor, embora possam surgir dores musculares após espasmos prolongados. A perda da coordenação muscular é frequentemente acompanhada por uma contração de grupos musculares antagonistas. Por exemplo, num pianista, a ativação dos músculos flexores e extensores do pulso é frequentemente observada (Altenmüller & Jabusch, 2010).

Figura 6

Padrões típicos de postura distônica num pianista, violinista, flautista e trombonista



Fonte: (Altenmüller & Jabusch, 2010)

Como referido anteriormente, existem dois importantes fatores de risco, o uso repetitivo e o histórico familiar positivo. Tais fatores parecem estar relacionados com adaptações características no sistema nervoso central. A maioria dos estudos revela anormalidades em três áreas principais. São elas: a inibição reduzida no sistema sensorial-motor; a perceção sensorial alterada e a integração sensoriomotora prejudicada (Altenmüller & Jabusch, 2010).

A falta de inibição é um dado comum em estudos de pacientes com todas as formas de distonia. Normalmente, a função do sistema nervoso requer um equilíbrio constante e subtil entre excitação e inibição nos circuitos neurais. Isso é particularmente importante em movimentos precisos e suaves da mão ou da boca. Por exemplo, movimentos rápidos e específicos dos dedos, ao tocar piano, requerem ativação seletiva e específica dos músculos que movem o dedo pretendido da maneira pretendida e inibem os movimentos dos dedos não envolvidos. Em pacientes que sofrem de distonia da mão, as gravações de eletromiografias² revelaram disparos musculares anormalmente prolongados com contração de músculos contrários e ativação de músculos inadequados (movimentos compensatórios) (Cohen & Hallett, 1988).

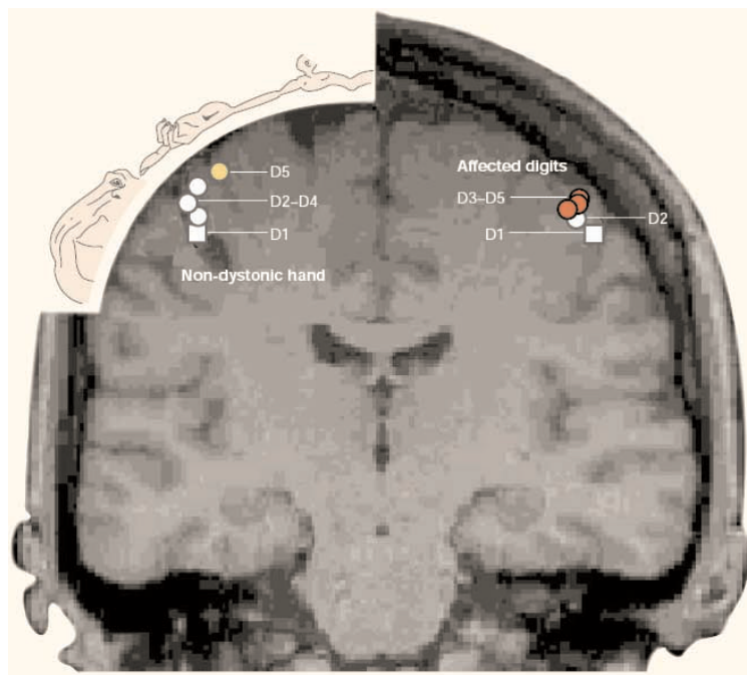
Relativamente à perceção sensorial alterada, vários estudos demonstram que a capacidade de perceber dois estímulos como temporal ou espacialmente separados está prejudicada em músicos com distonia, quer se trate das pontas dos dedos ou dos

² Eletromiografias – análise da atividade elétrica dos músculos (Pereira, s.d.).

lábios. Este défice comportamental reflete-se nas descobertas da representação somatossensorial³ cortical dos dedos ou dos lábios (Hirata et al., 2004).

Figura 7

Representação somatossensorial dos dedos da mão num músico com distonia



Fonte: (Hirata et al., 2004)

Neste exemplo, enquanto para a mão não afetada, a organização habitual revela uma distância de cerca de 2,5 cm entre as fontes para o polegar e o dedo mindinho (quadrado branco D1 e círculo D5 à esquerda), as representações somatossensoriais dos dedos do lado distónico estão esbatidas, resultado de uma fusão das redes neuronais que processam os estímulos sensoriais recebidos de diferentes dedos (círculos D3-D5 à direita) (Hirata et al., 2004).

Segundo Ragert et al. (2004), e neste contexto, vale a pena referir que a dor local e a intensificação do *input* sensorial proveniente de várias origens, tais como compressão nervosa, trauma ou uso excessivo, têm sido descritas como potenciais fatores desencadeantes da distonia. Num vasto grupo de músicos que sofrem de distonia focal, a dor local precedeu a distonia focal em 9% dos doentes.

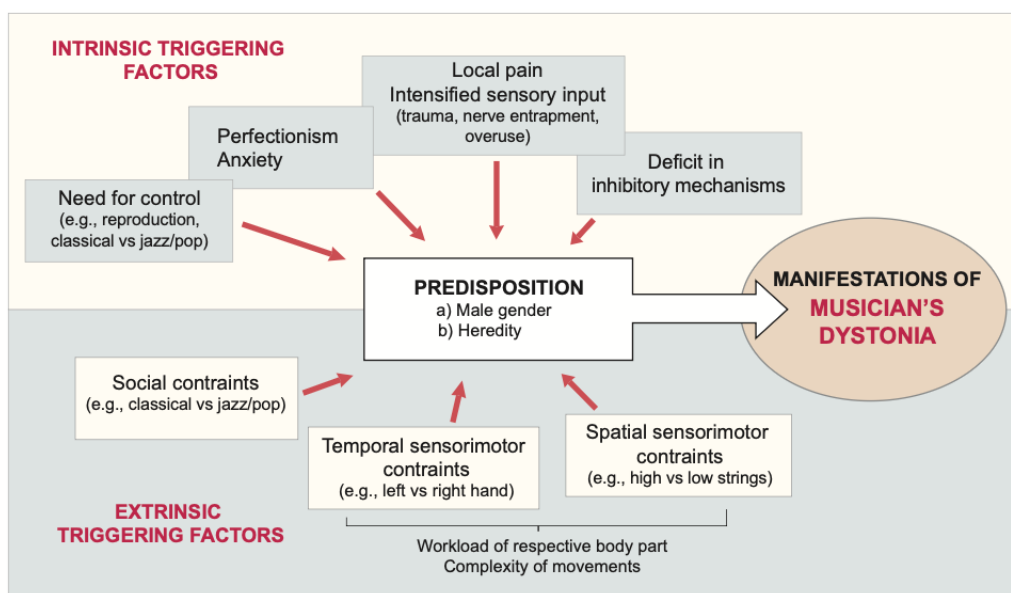
³ Capacidade que os seres humanos e animais têm de receber informações do meio externo e interno. (Mendonça, 2021).

Relativamente à integração sensoriomotora, Altenmüller (2003) refere que um dos sinais clínicos que destaca o importante papel da integração sensoriomotora na distonia do músico é o fenómeno do “truque sensorial”, ou seja, os músicos que sofrem de distonia notam frequentemente uma melhoria do controlo motor fino quando tocam com uma luva de látex ou quando seguram um objeto, como uma borracha de apagar entre os dedos, o que altera, assim, a informação de entrada somatossensorial.

Para além disso, Altenmüller e Jabusch (2010) concluem que com base em fatores como a predisposição genética, a prática prolongada, os constrangimentos espáciotemporais, os fatores de stress social, a dor, a ansiedade e as alterações sensoriais podem conduzir ao desenvolvimento de uma distonia focal.

Figura 8

Possível interação entre a predisposição e os fatores intrínsecos e extrínsecos



Fonte: (Altenmüller & Jabusch, 2010).

Diagnóstico

De acordo com Rosset-Llobet et al. (2009), para a maioria dos profissionais de saúde, os problemas médicos dos músicos, em particular os que dizem respeito à distonia focal, constituem um meio desconhecido e difícil de gerir. Este último aspeto pode influenciar significativamente o diagnóstico e o curso do tratamento. Por norma, a distonia focal começa a desenvolver-se nas fases mais avançadas da educação musical, normalmente durante os últimos anos académicos ou durante o exercício profissional a tempo inteiro.

Para além disso, Rosset-Llobet et al. (2009), referem que, apesar de nos últimos anos terem sido publicados vários artigos sobre a distonia focal, aparentemente a divulgação desse conhecimento entre os profissionais de saúde é ainda “rudimentar” e pode ser o grande responsável pelo desafio do diagnóstico e pelos atrasos no tratamento.

Rosset-Llobet et al. (2009) realizaram um estudo no qual avaliaram os diagnósticos realizados por médicos de diferentes especialidades. Verificou-se que ortopedistas e um grande número de neurologistas não diagnosticaram distonia focal. Tais resultados sugerem que a divulgação do conhecimento científico sobre a distonia focal em músicos é ainda insuficiente. Além disso, e tendo em conta que estas duas especialidades são as mais consultadas, é provável que o diagnóstico seja ainda pior se forem consideradas outras especialidades médicas.

No entanto, é importante ter em conta que o número de casos é muito reduzido na comunidade geral, o que dificulta o processo de diagnóstico. Por outro lado, os músicos tendem a procurar ajuda para os seus problemas físicos após um longo período. Por isso, os sintomas podem ser relativamente evidentes na altura da primeira consulta. Consequentemente, quando um músico se queixa de problemas de mão ou de embocadura, principalmente lentidão nos movimentos, perda de controlo dos movimentos e da postura, entre outros, o diagnóstico de distonia focal deve ser considerado, tendo em conta que pelo menos um em cada 10 músicos acabará por apresentar esta condição.

Estes fatores, aliados à já referida pouca divulgação de conhecimentos sobre as perturbações dos músicos e, em particular, sobre a distonia focal, podem contribuir criticamente para dificultar o diagnóstico (Rosset-Llobet et al., 2009).

Estratégias de Reabilitação

Como em muitas condições, a prevenção é um fator fundamental. Para o músico diminuir as possibilidades de desenvolver alguma lesão, deve evitar mudanças desnecessárias no instrumento ou técnica, utilizando, assim, técnicas que facilitem a posição e os movimentos naturais. Prevenir a distonia focal é importante, uma vez que o tratamento bem-sucedido ainda é um desafio. Muitas das abordagens médicas disponíveis são apenas moderadamente eficazes ou ainda precisam de ser desenvolvidas (Altenmüller & Jabusch, 2010).

No entanto, existe várias opções de tratamento e reabilitação. Intervenções farmacológicas, como a toxina botulínica, bem como programas de reciclagem e mudanças ergonómicas no instrumento são algumas delas (Altenmüller & Jabusch, 2010).

Para Altenmüller, a ingestão de *Trihexyphenidyl* (fármaco utilizado no tratamento de Parkinson) pode ser uma das medidas, apesar de não ser recomendada por longos períodos de tempo, devido aos efeitos secundários. Este medicamento tem a capacidade de facilitar a formação de novas memórias motoras, uma vez que um dos grandes problemas no tratamento da distonia é conseguir “retreinar” a memória motora. Contudo,

o ponto é que a distonia focal é uma memória motora a qual é firmemente armazenada no cérebro, nos procedimentos do sistema motor; é a chamada “memória de habilidades” e o ponto é que esta memória é muito conservadora e, sendo assim, a distonia focal tende a ficar na memória motora e é muito difícil de influenciar (Altenmüller E. , 2015, p. 15).

Durante vários anos, a toxina botulínica era o tratamento mais utilizado para tentar reabilitar os músicos. A toxina botulínica é uma neurotoxina produzida pela bactéria *Clostridium botulinum* e bloqueia a transmissão de sinais nas terminações nervosas. É um tratamento transitório, cujo efeito desaparece gradualmente, sendo necessário repetir a injeção de toxina botulínica ao fim de 3-4 meses para manter os resultados (Moura, Fontes, & Fukujima, 2000).

Contudo, como referem Woellner et al. (2013), o músico raramente recupera o rendimento motor profissional com este tratamento, uma vez que o distúrbio em si não é devidamente tratado, é apenas bloqueado (o cérebro não é trabalhado de modo que os músculos voltem a trabalhar da mesma forma anterior à distonia).

No mesmo sentido, Butler afirma que a injeção de toxina botulínica atinge, apenas, o músculo com “sobre uso”, permitindo, de facto, diminuir os tremores, mas não altera a informação da coordenação motora afetada pela distonia. Embora as injeções de toxina botulínica permitam ao paciente tocar novamente, é apenas uma primeira fase na construção de uma nova memória motora (Butler, 2010).

Relativamente às terapias de reabilitação, Butler (2010) afirma que o principal propósito das terapias de reabilitação é reestabelecer a integração do circuito de retorno sensório-motor de modo que, de forma controlada, os comandos possam ser executados. Com o propósito de alcançar esse objetivo, variadas técnicas podem ser utilizadas. Algumas das mais conhecidas são: imobilização parcial ou total do membro afetado, o uso de dispositivos de assistência, a realização de modificações no instrumento, o uso da Técnica Alexander, a aplicação da metodologia Feldenkrais, a psicoterapia e a fisioterapia.

Butler (2010), relativamente à reeducação sensorial, refere que tem aumentado consideravelmente a possibilidade de utilizar este tratamento com sucesso. Os programas de reeducação sensorial são usados em reabilitação para facilitar e influenciar positivamente o processo de reaprendizagem com melhorias na sensibilidade funcional. As capacidades sensoriais podem ser recuperadas através de atividades relacionadas com o contacto de objetos, formas ou texturas, leitura Braille e/ou manipulação de elementos comuns com a visão obstruída. Por exemplo, fazer pequenos exercícios no instrumento e, simultaneamente, fazer movimentos circulares com a cabeça ou com os pés. No entanto, as atividades têm de ser realizadas em conjunto com outras terapias.

Existem, de facto, várias estratégias para tentar reabilitar músicos com distonia. Chiaramonte e Vecchio (2021), com base em 36 estudos, elaboraram uma lista, na qual enumeram as várias estratégias utilizadas. Todos os métodos foram, segundo os autores, retirados da bibliografia atual. Deste modo, reuniram dez métodos, explicando qual o tratamento, bem como o objetivo. Por exemplo, o objetivo das injeções de toxina botulínica é controlar os espasmos do músculo afetado.

Figura 18*Métodos de reabilitação para a distonia focal*

	Tratamiento	Objetivo de la terapia	Referencias
Tratamiento conductual	Ejercicios de dedos con retroalimentación	Mejora de la organización cortical somatosensorial	Candia et al, 1999; Candia et al, 2002; Candia et al, 2003; Candia et al, 2005
Terapia inducida por restricciones + terapia de ejercicio de reducción	Entablillar, rehabilitación con ejercicios lentos	Revertir la reorganización de las redes neuronales sensoriomotoras	Berque et al, 2010; Berque et al, 2013; Rosset et al, 2016
Inmovilización de dedos	Inmovilización con férulas y combinaciones de ejercicios específicos para los dedos	Reducir la cocontracción	Candia et al, 1999; Candia et al, 2002; Priori et al, 2001; Zeuner et al, 2005
<i>Kinesiotaping</i>	Método pasivo para la normalización de la actividad muscular	Disminución del dolor, pero sin mejora de las habilidades motoras	Bravi et al, 2019
Ejercicios para la fatiga	Contracción fatigante de la empuñadura	Mejora del rendimiento motor, la coordinación de los dedos y la precisión del movimiento	Pesenti et al, 2001
Reeducación sensorial y regresión sensoriomotora	Ejercicios de palpación y visualización de tamaño, peso y textura de diferentes objetos, entrenamiento sensorial intensivo o privación sensorial. La fuerza positiva fue proporcionada por feedback verbal, visual, táctil o auditiva	Mejora de la discriminación sensorial. Promoción de la reorganización somatosensorial y posterior mejora motora. Redefinir las capacidades de procesamiento espacial y temporal en las cortezas sensoriales y motoras para restaurar las habilidades específicas de la tarea	Byl y McKenzie 2000; Byl et al, 2003, Byl et al, 2009; McKenzie et al, 2009; Zeuner et al, 2005
Tratamiento quirúrgico	Talamotomía ventrooral	Mejora del movimiento de los dedos	Horisawa et al, 2013
Entrenamiento motor específico para tareas + neuromodulación	Actividades con las manos en decúbito prono, supino, sentado y de pie	Promoción de la alineación corporal y prevención de patrones distónicos. Normalizar patrones de movimiento	Buttkus et al, 2010; Byl y McKenzie 2000; Furuya et al, 2014; Jabusch et al, 2009; Zeuner et al, 2005
Terapia farmacológica	Medicación anticolinérgica oral	Mejora del control motor	Jabusch et al, 2004; Jabusch et al, 2005
	$\Delta 9$ -tetrahidrocannabinol	Mejora del control motor	Jabusch et al, 2004
	Inyecciones de toxina botulínica	Control de los espasmos musculares	Chen et al, 1998; Cohen 1989; Cole et al, 1994; Jabusch et al, 2005; Karp et al, 1994; Lungu et al, 2011; Ross et al, 2005; Schuele et al, 2005; Van Vugt et al, 2014
	Inyecciones de toxina botulínica + levocarnitina	Efecto beneficioso en la distonía del músico	Vecchio et al, 2012
Entrenamiento propioceptivo	Estimulación vibratoria	Mejora de la organización sensoriomotora y la conciencia propioceptiva	Butler et al, 2018; Rosenkranz et al, 2008

Fonte: (Chiaromonte & Vecchio, 2021)

3.4 Metodologia

Nesta secção, será descrita a metodologia do projeto de investigação, relativamente à perspetiva teórica, aos instrumentos de recolha de dados e respetivos objetivos, à análise dos dados, à caracterização dos participantes, à validade e à fiabilidade do estudo e, por fim, aos cuidados éticos.

Natureza do Estudo

No âmbito deste projeto de investigação foi realizado um estudo exploratório, o qual adotou uma metodologia mista, uma vez que foram recolhidos dados de carácter qualitativo e quantitativo.

Estudo Exploratório

A natureza exploratória deste estudo reside no facto de se abordar um tema ainda pouco explorado no contexto do Ensino Superior em Música. Através da realização de estudos de carácter exploratório, os investigadores pretendem analisar os resultados dos dados obtidos e, a partir deles, colocar questões de modo a chegar a eventuais conclusões ou teorias de temas ainda pouco explorados (Gray, 2004)

Deste modo, a realização destes estudos pode ajudar a determinar se é relevante o investimento na futura investigação de um determinado tema (Gray, 2004).

Metodologia Mista

Os estudos mistos baseiam-se na junção de métodos qualitativos e quantitativos, adotando, assim, uma complementaridade metodológica (Coutinho, 2014). A utilização conjunta dos dois métodos que partem de pressupostos diferentes, proporcionou uma abordagem mais completa do estudo, uma vez que permitiu compensar fragilidades associadas a cada metodologia e responder a diferentes questões (Coutinho, 2014).

3.5 Instrumentos de Recolha de Dados

Para proceder à recolha de dados, o estudo passou por três fases, nas quais se recorreu à pesquisa documental, a vários inquéritos por questionário e a entrevistas: i) pesquisa arquivística das Fichas de Unidade Curricular (FUC) das Licenciaturas, variante em

Instrumento e Canto e dos Mestrados em Ensino da Música e Interpretação Artística; ii) inquérito por questionários aos alunos de Licenciatura, variante em Instrumento e canto e Mestrado em Ensino da Música e Interpretação Artística; iii) entrevistas a alunos/ex-alunos com distonia focal.

3.5.1 FUC das Licenciaturas em Música – Variante Instrumento e Canto e Mestrado em Ensino da Música e Interpretação Artística

Numa primeira fase do estudo, foi realizada uma análise às FUC das Licenciaturas em Música – Variante Instrumento e Canto e dos Mestrados em Ensino de Música e Interpretação Artística.

Para a realização da análise documental das FUC, em primeiro lugar foi elaborada uma lista com o nome das instituições nacionais de Ensino Superior que ministram Licenciaturas e/ou Mestrados em Ensino da Música e Interpretação Artística. Essa lista foi retirada da tese de doutoramento de Hermano Carneiro (2022, pp. 102-113) e, posteriormente, foi confirmada a informação nos *sites* das respetivas escolas: Universidade do Minho – Escola de Letras, Artes e Ciências Humanas; Universidade de Aveiro – Departamento de Comunicação e Arte; Universidade de Évora – Escola das Artes; Instituto Politécnico do Porto – Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo; Instituto Politécnico de Castelo Branco – Escola Superior de Artes Aplicadas; Instituto Politécnico de Lisboa – Escola Superior de Música de Lisboa.

Em segundo lugar, acedeu-se aos *sites* destas instituições para consultar as FUC dos cursos mencionados.

3.5.2 Questionário

O inquérito por questionário tem como objetivo recolher dados para analisar, interpretar e retirar algumas conclusões, tendo em consideração os objetivos da investigação. Segundo Afonso (2005), o questionário permite cobrir três áreas da recolha da informação, sendo estas:

- centrar-se no que o inquirido sabe – conhecimento ou informação;
- orientar-se para o que o inquirido quer ou prefere – valores ou preferências;
- selecionar o que o respondente pensa ou crê – atitudes e convicções.

Este questionário foi realizado e distribuído através da plataforma *Google Forms*. O Questionário (Anexo 4) integrou três secções:

- dados pessoais e profissionais;
- experiências e práticas;
- ensino e recursos disponíveis.

Com a realização deste questionário pretendeu-se:

- avaliar o conhecimento dos alunos das escolas de Ensino Superior de Música sobre a distonia focal;
- apurar que recursos existem nas escolas de Ensino Superior de Música voltadas para a área da saúde dos músicos;
- compreender se os alunos consideram importante a existência de uma unidade curricular/atividade voltada para a saúde;
- averiguar a perceção dos alunos relativamente à importância da saúde do músico no contexto do Ensino Superior;

Participantes

Este inquérito por questionário destinava-se aos alunos de Licenciatura – Variante Instrumento e Canto e de Mestrado em Ensino da Música e Interpretação Artística.

Para a divulgação do questionário, numa primeira fase, foi elaborada uma lista das escolas a contactar, sendo elas: Universidade do Minho – Escola de Letras, Artes e Ciências Humanas; Universidade de Aveiro – Departamento de Comunicação e Arte; Universidade de Évora – Escola das Artes; Instituto Politécnico do Porto – Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo; Instituto Politécnico de Castelo Branco – Escola Superior de Artes Aplicadas; Instituto Politécnico de Lisboa – Escola Superior de Música de Lisboa.

Numa segunda fase, foram contactadas, por *e-mail*, as secretarias de cada instituição, solicitando que encaminhassem o questionário aos alunos dos cursos acima mencionados. Para além disso, foram realizados alguns contactos pessoais e foi feita uma divulgação do questionário via *Instagram*. O questionário esteve *online* de 3 de abril a 3 de maio de 2025.

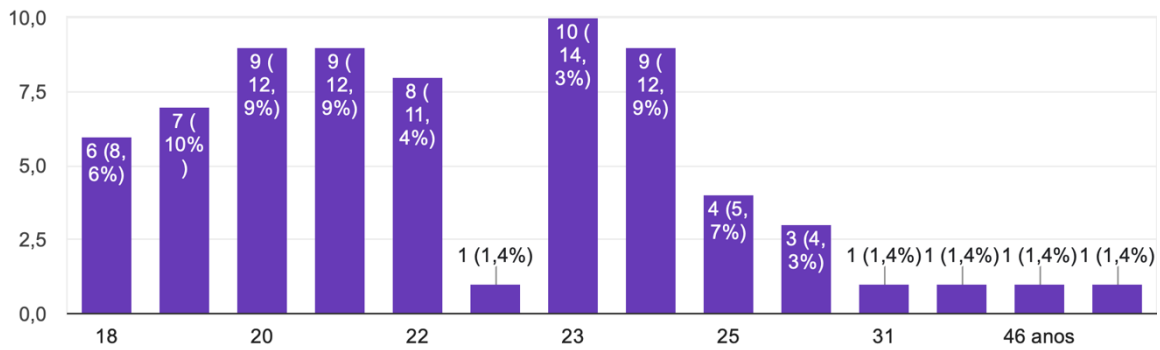
Através desta divulgação, foi possível recolher 70 respostas de alunos a frequentar as escolas acima mencionadas no ano letivo de 2024/2025. No Gráfico 1 é possível

observar a faixa etária em que os participantes se inserem. À data do preenchimento do questionário mais de metade dos participantes tinha entre 20 e 24 anos.

Gráfico 1

Distribuição dos participantes por faixa etária

70 respostas

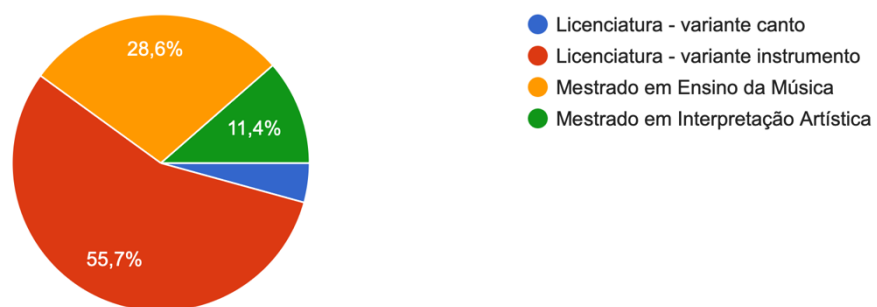


Relativamente ao curso a frequentar, representado no Gráfico 2, mais de 50%, à data da resposta ao questionário, encontrava-se a frequentar a Licenciatura.

Gráfico 2

Curso a frequentar

70 respostas

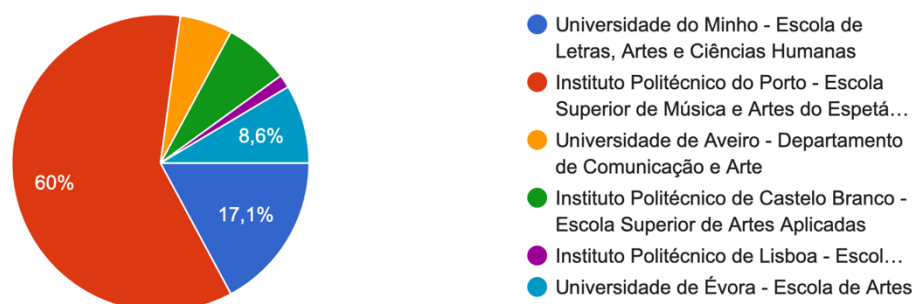


Salienta-se que o número de participantes do Instituto Superior de Lisboa – Escola Superior de Música de Lisboa foi muito reduzido, como se verifica no Gráfico 3, contrastando com os mais de 50% do Instituto Politécnico do Porto – Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo.

Gráfico 3

Instituição de Ensino frequentada

70 respostas



O inquérito por questionário foi respondido de forma voluntária e foi garantido o anonimato dos participantes.

3.5.3 Entrevista

A entrevista, enquanto método qualitativo, tem como objetivo compreender as qualidades dos fenómenos a investigar, analisando, em profundidade, as ilusões e os significados das ações dos atores individuais (Afonso, 2005).

A entrevista integrou cinco secções:

- informações gerais;
- sintomas e diagnóstico;
- impacto na carreira e prática musical;
- tratamento e estratégias de adaptação;
- reflexões e perspetivas.

A entrevista continha perguntas estruturadas. No entanto, o participante tinha a liberdade de acrescentar a informação que considerasse relevante.

Com a realização desta entrevista pretendeu-se:

- averiguar os percursos académicos dos entrevistados;
- compreender a perceção dos entrevistados, relativamente aos sintomas iniciais;
- analisar o processo de diagnóstico;
- avaliar o impacto da distonia focal no percurso dos entrevistados;
- apurar que apoios existentes nas Instituições de Ensino dos entrevistados, relativamente à saúde dos músicos;
- aferir as perceções dos entrevistados sobre o conhecimento existente no âmbito do Ensino Superior.

Participantes

As entrevistas foram realizadas a músicos/ex-músicos diagnosticados com distonia focal aquando da sua frequência do Ensino Superior. A seleção dos participantes efetuou-se através de contactos pessoais. As entrevistas foram feitas de forma voluntária e foi assegurado o anonimato dos participantes. Foram realizadas duas entrevistas.

De modo a agilizar o processo, os entrevistados receberam o guião da entrevista previamente. As entrevistas foram realizadas através da plataforma *Zoom*, tendo, posteriormente, os entrevistados enviado as respetivas respostas por escrito, como consta no Anexo 5.

3.6 Métodos de Análise de Dados

Após a fase de recolha de dados, os mesmos foram analisados recorrendo à estatística descritiva e à análise de conteúdo (Afonso, 2005).

3.6.1 Análise de Conteúdo

A pesquisa arquivística, as entrevistas e algumas questões do questionário produziram dados qualitativos que foram analisados por meio da análise de conteúdo. Esta análise é um dos métodos utilizados para a análise de texto e de dados, que permite uma análise sistemática de modo a “desvendar e quantificar a ocorrência de palavras/frases/temas” considerados “chave” que possibilitem uma comparação posterior (Coutinho, 2014, p. 236).

Este estudo segue a análise de conteúdo do tipo exploratório (Coutinho, 2014) realizada em três momentos: a pré-análise – fase da escolha de documentos e organização de material; a exploração do material – considerada a etapa mais longa, pois surge aquando da organização dos dados brutos; e, por fim, o tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação.

Na pesquisa arquivística das FUC foram estabelecidas as seguintes categorias para analisar os documentos:

- abordagem do tema distonia focal;
- abordagem de temas relacionados com a distonia focal.

Relativamente aos questionários, estes integravam perguntas de resposta aberta nas quais os participantes poderiam acrescentar informações que considerassem relevantes para o estudo.

3.6.2 Estatística Descritiva

A análise dos dados quantitativos dos questionários foi realizada com base na estatística descritiva, uma vez que o objetivo era analisar e estudar características e opiniões dos participantes do estudo (Gray, 2004). Deste modo, os objetivos da estatística descritiva foram organizar e descrever os dados de forma clara; identificar o que é típico e atípico, trazer à luz diferenças, relações e/ou padrões e encontrar respostas para o problema, ou seja, testar hipóteses (Coutinho, 2014).

3.7 Apresentação e Análise de Dados

Neste capítulo, será apresentada a análise de dados do projeto de investigação obtidos através de: i) pesquisa arquivística das FUC das Licenciaturas em Música – variante em Instrumento e Canto e dos Mestrados em Ensino de Música e Interpretação Artística; ii) inquéritos por questionário; iii) entrevistas.

3.7.1 Análise dos Resultados

Na análise dos resultados, serão abordados os seguintes tópicos: a abordagem à saúde dos músicos, especificamente à distonia focal no Ensino Superior; o conhecimento dos participantes sobre a distonia focal no Ensino Superior; a opinião dos participantes sobre a importância de abordar a saúde dos músicos no contexto académico; a experiência de músicos com distonia focal aquando da frequência do Ensino Superior.

3.8 A Abordagem à Distonia Focal no Ensino Superior

3.8.1 Análise das FUC

Em primeiro lugar, foram consultadas e analisadas as FUC da Licenciatura em Música – Variante Instrumento e Canto e dos Mestrados em Ensino da Música e Interpretação Artística das seis instituições já mencionadas.

Com base nos dados fornecidos nos respetivos *sites* de cada Instituição, verificou-se que o número de unidades curriculares relacionadas com a saúde dos músicos é muito escasso. No total foram selecionadas cinco FUC, as quais referem apenas temas relacionados com a saúde dos músicos e não diretamente com a distonia focal.

Em todas as Instituições, estas FUC situam-se no Plano de Estudos de Licenciatura como Unidade Curricular (UC) opcional. Apenas uma Instituição de Ensino não apresentava, segundo o *site*, qualquer UC relacionada com o tema. No Plano de Estudos de ambos os Mestrados, não foram encontradas UC relacionadas com o tema.

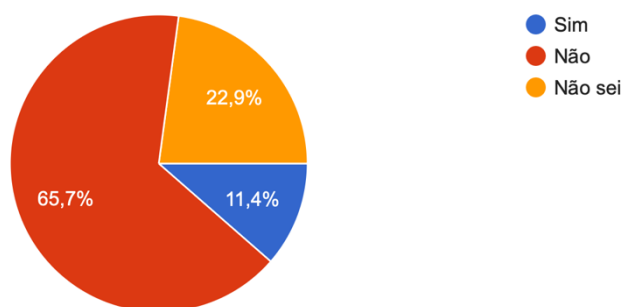
3.8.2 Questionário

Em segundo lugar, o questionário continha uma secção dedicada ao *Ensino e recursos disponíveis*. Como se pode observar no Gráfico 4, 65,7% dos participantes afirmaram não existir nenhuma UC na sua instituição de ensino, relacionada com a saúde dos músicos, sendo que 22,9% afirmaram não saber e, apenas, 11,4% responderam afirmativamente.

Gráfico 4

Na tua instituição de ensino, existe alguma unidade curricular (obrigatória ou opcional) /atividade dedicada à saúde dos músicos?

70 respostas



A designação das UC apresentadas pelos participantes, correspondeu à informação apresentada nos *sítes* de cada Instituição de Ensino. Por questões de confidencialidade, não são reveladas as designações das UC, uma vez que podem ser associadas às respetivas Instituições.

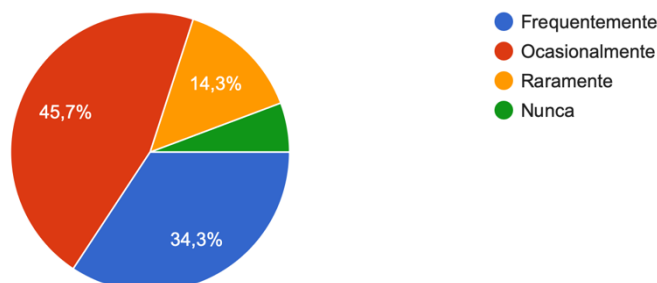
Para além disso, foram também questionados relativamente à existência de algum gabinete de apoio que pudesse fornecer informações sobre especialistas ligados à recuperação de lesões relacionadas com a prática instrumental. Os resultados são os seguintes: 72,9% dos inquiridos responderam “Não” e 25,7% responderam “Não sei”. Apenas 1,4% responderam sim.

Adicionalmente, também se verificou que, durante as aulas, apenas 34,3% dos participantes recebem frequentemente indicações sobre postura e ergonomia ao tocar o instrumento. Os restantes participantes (65,7%) ou recebe ocasionalmente (45,7%) ou muito raramente (14,3%) ou nunca recebeu (5,7%).

Gráfico 5

Com que frequência recibes instruções durante as aulas sobre postura/ergonomia?

70 respostas



3.8.3 Entrevistas

Através das entrevistas, verificou-se que nenhum dos participantes teve qualquer tipo de UC/atividade relacionada com a saúde dos músicos ou, especificamente, com a distonia focal, aquando da sua frequência do Ensino Superior. Para além disso, afirmaram também não haver qualquer tipo de apoio, dentro das Instituições, que os encaminhasse para um especialista em recuperação de lesões.

3.9 O Conhecimento sobre a Distonia Focal no Ensino Superior

Os dados que se seguem estão relacionados com o conhecimento que os alunos dos cursos de Licenciatura em Música – Variante Instrumento e Canto e de Mestrado e Ensino da Música e Interpretação Artística têm sobre a distonia focal. Estes dados foram recolhidos através de inquérito por questionário.

3.9.1 Questionário

De modo a caracterizar a amostra em estudo, foram recolhidos dados pessoais e profissionais, como a idade, habilitações académicas, Instituição de Ensino que frequenta, ano curricular em que se encontra, instrumento, entre outros.

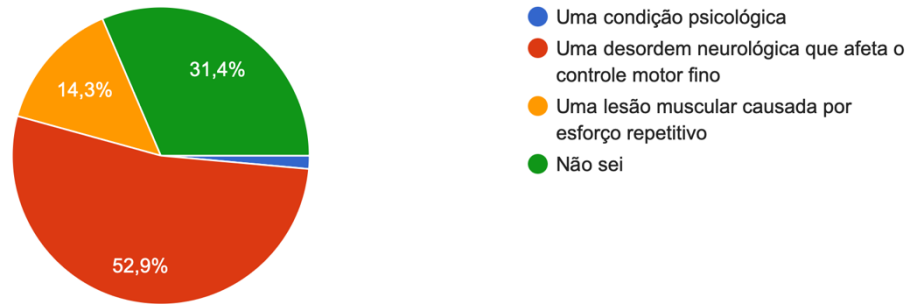
Como se pode verificar abaixo, 52,9% dos inquiridos responderam corretamente sobre em que consiste a distonia focal (“Uma desordem neurológica que afeta o controle motor

fino”). No entanto, é de destacar que 47,1% (soma das restantes parcelas) não sabem ou têm uma perceção errada.

Gráfico 6

O que é a Distonia Focal?

70 respostas

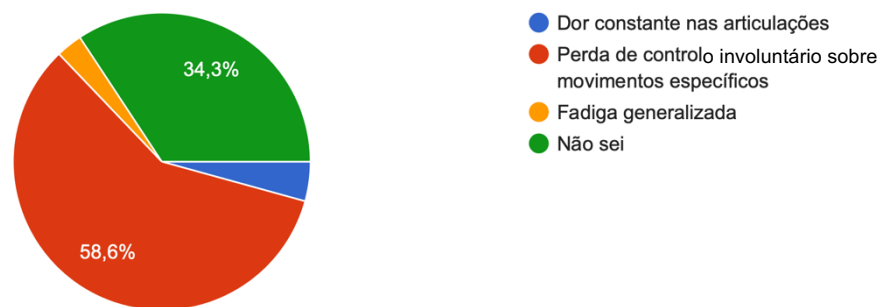


O mesmo padrão verifica-se relativamente aos principais sintomas da distonia focal. Com base nas respostas, 58,6% dos participantes sabem, efetivamente, quais são os principais sintomas. No entanto, 34,3% não sabe ou tem uma perceção errada (7,2%).

Gráfico 7

Quais são os principais sintomas da distonia focal?

70 respostas

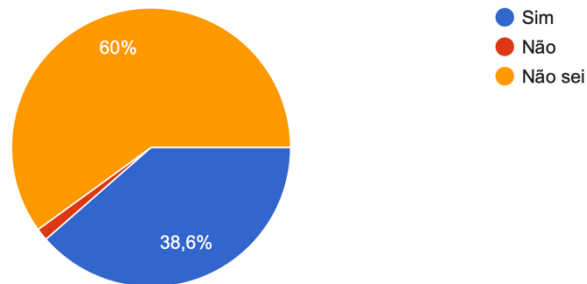


No caso da prevenção, 60% assumiu não saber se a distonia focal podia ser prevenida com técnicas de estudo adequadas.

Gráfico 8

A distonia pode ser prevenida com técnicas de estudo adequadas?

70 respostas



Relativamente à secção “Experiências e Práticas”, pode verificar-se que 45,7% dos participantes conhece o termo distonia focal através de colegas ou professores, podendo relacionar-se com o facto de 41,4% conhecer ou ter conhecido um colega ou professor diagnosticado com distonia focal, como se pode observar nos seguintes gráficos (Gráfico 9 e Gráfico 10).

Gráfico 9

Fonte de informação através da qual ouviu falar sobre distonia focal

70 respostas

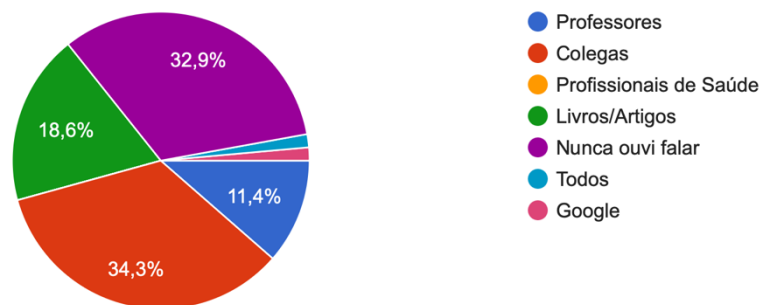
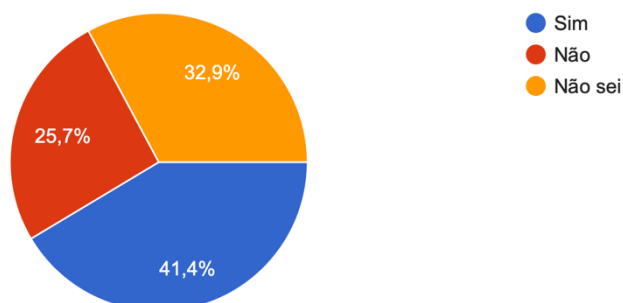


Gráfico 10

Conheces/conheceste algum colega/professor com distonia focal?

70 respostas

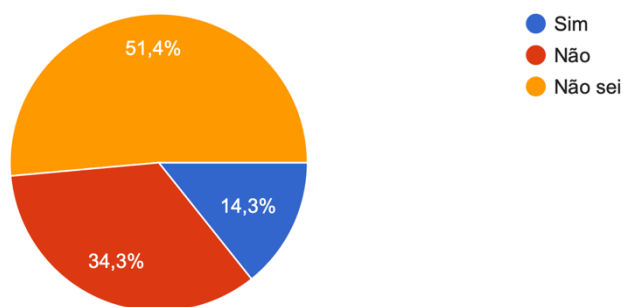


Como se pode observar no Gráfico 11, 51,4% assume não saber se já teve sintomas de distonia focal.

Gráfico 11

Alguma vez tiveste sinais de distonia focal?

70 respostas



3.9.2 Entrevistas

Os participantes descreveram os primeiros sintomas de distonia focal como algo progressivo e, inicialmente, pouco evidente. Referiram dificuldades motoras ligeiras, como falta de precisão ou atrofio muscular. No entanto, numa fase inicial, os sintomas foram atribuídos ao cansaço, stress ou dificuldades técnicas.

No início era um atrofio muscular. Sentia os lábios muito tensos. Mais tarde, sentindo os tais movimentos estranhos, aqui sim, era mais complicado porque a embocadura desformava-se e perdia vibração, som, articulação, flexibilidade, registo e resistência. No fundo, era como se perdesse as capacidades/competências que tinha adquirido (Entrevistado A).

Para além disso, afirmaram que, antes de serem diagnosticados com distonia focal, não sabiam o que era. A maioria dos seus colegas e professores, nessa fase, também não tinham qualquer conhecimento sobre distonia focal. “Quando comecei a sentir os primeiros sintomas, não sabia o que era. Falei com o meu professor de instrumento, na altura, e com colegas, mas também não sabiam. Só se falava em tendinites e cansaço” (Entrevistado B).

Relativamente à fonte de informação, os entrevistados tiveram experiências diferentes. No caso do Entrevistado A, começou a descobrir mais informação através de pesquisa em blogues de músicos com problemas de embocadura. No caso do Entrevistado B, a primeira vez que ouviu falar de distonia focal foi numa conversa com um colega que tinha sido diagnosticado e lhe descreveu os próprios sintomas.

3.10 Opinião dos Participantes sobre a Importância de Abordar a Saúde dos Músicos no Contexto Académico

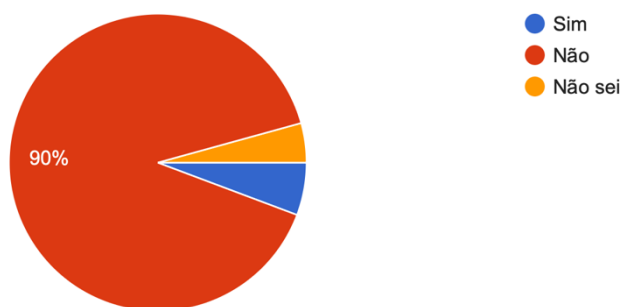
3.10.1 Questionário

Quando questionados sobre a importância dada à saúde dos músicos no contexto académico, 90% dos participantes respondeu que esse tema não era tratado com a devida importância.

Gráfico 12

Na tua opinião, a saúde dos músicos é tratada com a devida importância no meio académico?

70 respostas



Nesta secção, foi colocada uma pergunta de resposta aberta, de modo que os participantes pudessem partilhar as suas opiniões relativamente a este tema. Assim, foram recolhidos alguns testemunhos que se transcrevem a seguir:

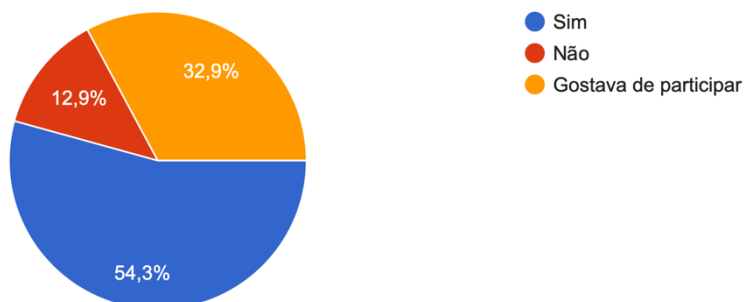
- “músicos deviam ter apoio e supervisão constante ao nível da saúde, tal como atletas de alta competição”;
- “Não posso falar pessoalmente sobre a Distonia Focal, mas em relação a lesões em geral que nós, músicos, temos, muito nasce dos facilitismos [...] considero que devíamos fazer um melhor esforço para sensibilizar os alunos desde cedo, especialmente para aqueles instrumentos cujas posições corretas já não são naturais para o nosso corpo”;
- “A falta de compreensão e informação pelos médicos. Sempre que precisei maior atenção nesta questão, foi tratado como nada demais, só um simples esforço. A mim e a colegas meus”.

Para além disso, 54,3% afirmou ter interesse em participar em workshops/disciplinas relacionadas com a saúde dos músicos. De salientar que 32,9% dos participantes responderam já ter participado.

Gráfico 13

Participação em workshops/disciplinas relacionadas com a saúde dos músicos

70 respostas

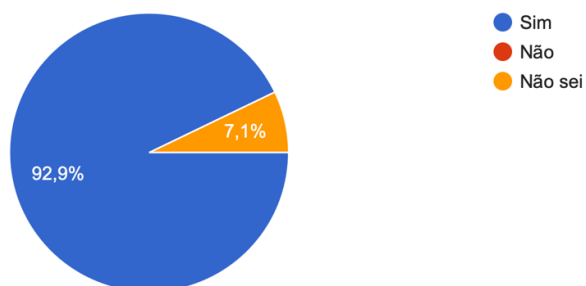


Adicionalmente, verificou-se que 92,9% dos participantes considera que seria útil a existência de uma UC/atividade relacionada com essa temática.

Gráfico 14

Opinião sobre a utilidade de uma UC/atividade voltada para a saúde dos músicos

70 respostas



3.10.2 Entrevistas

Todos os participantes concordaram que havia uma grande lacuna no que toca à saúde dos músicos no contexto académico, como destaca o Entrevistado A: “Claramente a comunidade musical e académica não está preparada para estes problemas. Atualmente já se ouve falar mais da saúde nas artes, nos músicos, mas ainda é tudo muito fugaz”.

3.11 A Experiência de Músicos com Distonia Focal aquando da Frequência do Ensino Superior

3.11.1 Questionário

Nesse âmbito, 14,3% dos participantes afirmou já ter tido sinais de distonia focal. Nesta secção existia, também, uma pergunta aberta para que inquirido pudesse partilhar, se assim entendessem, a sua experiência. Seguem-se alguns testemunhos que vão ao encontro da bibliografia apresentada no Capítulo III, relativamente aos sintomas da distonia focal:

- “não conseguia tocar, como se me tivesse esquecido de como o fazer. Algo que era intuitivo tive que reaprender”;
- “Posturas anormais, contrações musculares...”;
- “Quando tentava vibrar os meus lábios e atacar a nota com a minha língua, eu era incapaz de o fazer. Principalmente se tivesse um tempo sem tocar ou se tivesse de tocar sozinho”.

É de realçar que mais de 50% dos participantes que descreveram a sua experiência são instrumentistas de sopro (metais). Os restantes são guitarristas e pianistas.

3.11.2 Entrevista

Os participantes descreveram as suas experiências como particularmente desafiantes. Mencionaram dificuldades em acompanhar as exigências técnicas das UC práticas, bem como em corresponder às expectativas dos docentes em contexto de avaliação. Para além disso, afirmaram sentir-se incompreendidos por professores e colegas, referindo que, apesar de partilharem o diagnóstico, raramente recebiam apoio concreto por parte da instituição.

Adicionalmente, apontaram que continuaram a frequentar as aulas e a apresentar-se em público, mesmo com sintomas evidentes, por apreensão de comprometer o percurso académico. Referiram, também, ter adaptado o repertório por iniciativa própria. A ausência de protocolos ou estruturas de apoio para lidar com a distonia dentro da instituição foi referida de forma recorrente ao longo das entrevistas. Os três entrevistados ponderaram suspender os estudos, sendo que um desistiu efetivamente do curso.

3.12 Discussão dos dados

Um dos principais objetivos deste estudo foi investigar o conhecimento que existe sobre a Distonia Focal no Ensino Superior de Música. Os resultados obtidos, através da pesquisa arquivística das FUC, do questionário e das entrevistas, revelaram dados cruciais para descrever esse grau de conhecimento.

Relativamente à abordagem à distonia focal no Ensino Superior, verificou-se que apenas cinco das seis escolas continham uma UC relacionada com o tema de estudo, ou seja, um tema direcionado para a saúde dos músicos. O facto de não existirem mais UC (obrigatórias ou opcionais) ou atividades voltadas para a saúde dos músicos sugere a falta de investimento e importância que este tema tem na comunidade educativa. Como refere Zão (2024), “promover este tipo de práticas é investir na carreira artística”.

Para além disso, com base nos dados do questionário, o facto de 88,9% dos inquiridos terem respondido “Não” ou “Não sei” demonstra que por um lado há um desconhecimento, por parte dos alunos, da oferta formativa da escola, mas por outro lado essa mesma oferta pode não estar suficientemente difundida ou clarificada. Adicionalmente, estudantes da mesma instituição deram respostas diferentes, o que suporta a desinformação mencionada anteriormente. Através da leitura das FUC, algumas UC continham apenas o título e não estavam acompanhadas de uma descrição sobre os conteúdos a abordar.

Quanto ao conhecimento dos alunos do Ensino Superior sobre a distonia focal, apesar de 52,9% dos inquiridos conhecerem o conceito, quase outros 50% não conhecem ou têm uma perceção errada, o que significa que, como foi referido no Capítulo III, apesar de já se ter feito algum progresso na difusão de conhecimento sobre este distúrbio, é ainda urgente que essa difusão tenha um maior alcance. Nesse mesmo sentido, estes

dados vão ao encontro do que é sustentado por Moura et al. (2000), quando referem que o conhecimento das estruturas musculares dos músicos é muito baixo e limitado apenas a algumas pessoas, contrastando com o caso dos desportistas, onde este conhecimento é indispensável.

É, igualmente, de destacar que 51,4% dos inquiridos afirmaram não saber se já teve sintomas de distonia focal. Contudo, desta percentagem, mais de metade tinha previamente respondido corretamente sobre o conceito de distonia focal e sobre os principais sintomas. Tal demonstra que, apesar de teoricamente conhecerem o conceito, na prática torna-se difícil reconhecer os sintomas, o que deveria ser um motivo de preocupação, uma vez que, como referido ao longo do Capítulo III, os sintomas inicialmente são quase impercetíveis e ignorados, o que resulta em procuras de ajuda numa fase mais tardia, conduzindo a diagnósticos igualmente tardios e, conseqüentemente, ao agravamento da situação (Rosset-Llobet et al., 2009).

No que diz respeito à opinião dos participantes sobre a importância de abordar a saúde dos músicos no contexto académico, é de destacar que, apesar da amostra não ser exaustiva, 90% dos participantes afirmou que a saúde dos músicos não era tratada com a devida importância. Adicionalmente, 92,9% pensa que seria viável a existência de UC/atividades voltadas para a saúde dos músicos. Estes dados demonstram o crescente interesse que os músicos, atualmente, têm em querer cuidar e preservar a sua saúde e a longevidade das duas carreiras.

Para além disso, alguns dos participantes demonstraram o seu desagrado com o modo como a saúde dos músicos é tratada em Portugal, tendo alguns mencionado situações de desvalorização por parte de profissionais de saúde. Tal vai ao encontro da opinião de Zão (2024) quando refere que o reconhecimento de fatores de risco é essencial para o desenvolvimento de estratégias preventivas mais eficazes, ou seja, “A avaliação médica especializada, a identificação de sinais de alarme, a implementação precoce de programas preventivos e o acompanhamento individualizado do artista são fundamentais para garantir uma carreira mais duradoura e saudável”.

Com este estudo procurou-se, também, averiguar as experiências de músicos com distonia focal aquando da sua frequência do Ensino Superior. Quando questionados sobre a presença de sinais de distonia focal, 14,3% dos participantes responderam afirmativamente, um valor superior ao esperado, o que sugere não só uma possível invisibilidade da condição, mas também uma falta de comunicação e difusão de

conhecimento sobre a distonia focal. Apesar de se tratar de uma amostra reduzida (n=70), este dado equivale a cerca de 1 em cada 6 músicos ter experienciado sintomas de distonia focal, o que não deve ser desvalorizado.

Através da entrevista foi possível recolher dados mais detalhados, relativamente à experiência de músicos com distonia focal no Ensino Superior. Os entrevistados falaram sobre os seus percursos, os primeiros sintomas, o impacto da distonia nas suas atividades profissionais, bem como sobre os meios e apoios disponíveis nas suas instituições de ensino.

A dificuldade em reconhecer os sintomas iniciais foi uma constante, mencionando que demoraram meses, ou até anos, a receber um diagnóstico. Este dado sugere que a distonia focal pode ser difícil de identificar em fases iniciais, especialmente quando os músicos, geralmente, tendem a atribuir os sintomas a causas mais comuns, como o esforço físico excessivo ou a técnica inadequada. Tal é sustentado por Rosset-Llobet et al. (2009), quando apontam que o conhecimento entre os profissionais de saúde é ainda “rudimentar” e pode ser um dos grandes responsáveis pelo desafio do diagnóstico e pelos atrasos no tratamento.

O Entrevistado B afirmou: “passei por vários médicos, mas ninguém sabia ao certo o que era. Foi só após uma consulta especializada que fui diagnosticado com distonia focal. Este processo demorou, sensivelmente, meio ano”.

Para além disso, este atraso no reconhecimento dos sintomas vai ao encontro da literatura existente sobre distúrbios neurológicos em músicos, a qual aponta para a normalização das condições de dor e desconforto até que os sintomas se tornem graves (Zosso, 2012).

Os músicos entrevistados relataram um impacto significativo na sua carreira profissional devido à distonia focal. O Entrevistado A afirmou: “houve muito impacto na minha autoestima e saúde mental. A frustração era enorme. Era angustiante não conseguir fazer o que eu conseguia fazer muito bem sem perceber porquê. A nível emocional fui muito abaixo”.

Adicionalmente, a falta de recursos específicos e a dificuldade em aceder a tratamentos especializados foram apontadas como obstáculos significativos. Como refere o Entrevistado B: “Fiz várias sessões de fisioterapia, mas nunca senti que houve uma

recuperação definitiva. Só quando encontrei um médico especializado em distúrbios de músicos é que comecei a sentir uma melhoria real”. Essa ausência de apoio especializado deveria ser preocupante, dado o impacto significativo que a distonia pode ter na carreira e na saúde mental dos músicos.

Nesse mesmo sentido, a literatura sugere que a falta de recursos pode agravar a condição dos músicos, pois a ausência de programas de orientação ou reabilitação contribui para a ansiedade, o isolamento e para a dificuldade em lidar com a condição (Llobet, 2002). A inexistência de mecanismos formais para lidar com problemas de saúde física relacionados com a prática musical foi apontada como um sinal de desvalorização da saúde do músico. Tal como evidenciado por Zaza (1998), e reforçado por estudos mais recentes, a saúde dos estudantes de música continua a ser negligenciada pelas instituições de ensino, que mantêm uma cultura de exigência técnica por vezes incompatível com práticas sustentáveis e otimizadas de performance.

Relativamente às limitações deste estudo, destaca-se, em primeiro lugar, a escassez de literatura sobre a distonia focal no Ensino Superior em Portugal. De igual modo, a literatura existente sobre a saúde dos músicos em Portugal também se revelou limitada. Durante a recolha de dados surgiram também alguns constrangimentos que não permitiram desenvolver algumas das conclusões deste estudo. Por exemplo, não foi possível aferir que medidas é que os participantes do questionário adotaram depois de terem sintomas de distonia focal. Acresce ainda que, no decorrer da pesquisa arquivística das FUC, algumas não apresentavam qualquer descrição sobre os conteúdos nem a identificação dos docentes responsáveis, o que dificultou a análise dos temas efetivamente abordados.

A amostra do estudo, embora representativa dentro do seu contexto, apresenta limitações ao nível do número e diversidade dos participantes. Por exemplo, da Escola Superior de Música de Lisboa (Instituto Politécnico de Lisboa), apenas foi obtida uma resposta. Uma amostra mais alargada permitiria caracterizar com maior detalhe o grau de conhecimento sobre a distonia focal no Ensino Superior de Música em Portugal. Para investigações futuras, poderá ser relevante analisar as razões pelas quais não há mais investimento em questões relacionados com a saúde dos músicos no Ensino Superior, especificamente sobre a distonia focal, uma vez que pode interferir seriamente com o percurso artístico e levar ao final de uma carreira. Seria igualmente pertinente analisar, com mais detalhe, de que modo a saúde dos músicos é ou não abordada nos currículos do Ensino Superior, avaliando a eficácia e aplicabilidade desses conteúdos.

Por fim, além da necessidade de todos os professores e alunos de música receberem formação adequada sobre a saúde dos músicos, seria interessante refletir sobre a possibilidade de criar apoios específicos como profissionais de saúde especializados que trabalhassem diretamente com os músicos no contexto educativo.

4. Conclusão

A presente investigação procurou compreender de que forma a distonia focal é reconhecida, abordada e integrada no contexto do Ensino Superior em Música em Portugal. Os dados obtidos através de questionários, entrevistas e da análise das Fichas de Unidade Curricular revelaram um cenário marcado por falhas significativas, tanto ao nível da formação como da consciencialização sobre esta condição.

As perceções e práticas reveladas pelo questionário dirigido aos alunos do Ensino Superior de Música e pelas entrevistas refletem muitos dos factos apontados pela literatura, ou seja, para o vazio que existe à volta da consciencialização da saúde dos músicos, bem como a falta de formação e interesse pela saúde dos músicos.

Os resultados indicam que a saúde dos músicos é ainda um tema pouco abordado quer em contextos académicos, quer artísticos, apesar de todo o caminho que já foi feito. Constatou-se que, apesar de alguns alunos demonstrarem conhecimento sobre a distonia focal, a sua abordagem sistemática e integrada no currículo do Ensino Superior de Música é praticamente inexistente. Este facto levanta questões importantes sobre a preparação dos futuros músicos para lidarem com problemas de saúde específicos da sua profissão, assim como sobre o papel das instituições no fornecimento de uma formação abrangente que inclua estratégias preventivas e de intervenção.

As limitações encontradas durante este estudo, como a escassez de literatura nacional sobre distonia focal e saúde dos músicos, bem como as dificuldades em aceder às FUC detalhadas, demonstram a necessidade de mais investigação, de maior sensibilização, e principalmente, de mais investimento no desenvolvimento de políticas educativas que integrem a saúde dos músicos como um fator fundamental do ensino artístico.

Deste modo, torna-se, assim, essencial repensar a formação no Ensino Superior de Música, não apenas centrado no desempenho técnico, mas também incorporando uma

dimensão de cuidado com a saúde física e mental. A inclusão de conteúdos dedicados à saúde dos músicos — como ergonomia, prevenção de lesões, e reconhecimento precoce de condições como a distonia focal — deve ser vista não como uma opção, mas como uma parte integrante de uma formação musical de qualidade e sustentável.

Termino, destacando, novamente, a importância de garantir que as instituições de ensino forneçam os recursos e conhecimentos necessários para que os músicos possam desenvolver carreiras duradouras, saudáveis e gratificantes.

Bibliografia

- Afonso, N. (2005). *Investigação naturalista em educação – um guia prático e crítico*. ASA Editores.
- Altenmüller, E. (2003). Focal dystonia: advances in brain imaging and understanding of fine motor control in musicians. *Hand Clinics*, 19, pp. 523-538. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12945651/>
- Altenmüller, E. (29 de setembro de 2015). Distonia Focal. (H. A. Romero, Entrevistador)
- Altenmüller, E., & Jabusch, H. C. (2010). Focal Dystonia in Musicians Phenomenology, Pathophysiology, Triggering Factors, and Treatment. *European Journal of Neurology*, 17, pp. 31-36. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20590806/>
- Butler, K. (2010). Focal Hand Dystonia Affecting Musicians. *Advances in Neurology*, pp. 367-392. https://www.researchgate.net/publication/300145766_Focal_Hand_Dystonia_Affecting_Musicians
- Chiaramonte, R., & Vecchio, M. (2021). Rehabilitación de la distonía focal de mano en músicos: una revisión sistemática de los estudios. *Revista de Neurologia*, pp. 269-282. <https://www.neurologia.com/72/8/10.33588/rn.7208.2020421>
- Cohen, L., & Hallett, M. (1988). Hand cramps: clinical features and electromyographic patterns in a focal dystonia. *Neurology*, pp.1005-1012. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3386815/>
- Coutinho, C. (2014). *Metodologia de investigação em ciências sociais e humanas – teoria e prática*. (2.^a Edição). Almedina.
- Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo. (2023). *Plano de Atividades 2023*. https://www.esmae.ipp.pt/download-docs/Plano_Atividades2023_ESMAE.pdf
- Garcia, R. (2010). Distonia Focal e a Atividade do Performer Musical: Uma breve revisão de literatura. *Anais do Simpom*, pp. 855-863.
- Gray, D. (2004). *Doing research in the real world*. SAGE Publications.
- Hirata, Y., Schulz, M., & Pantev, C. (2004). Sensory mapping of lip representation in brass musicians with embouchure dystonia. *Neuroreport*, pp. 815-818. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15073521/>

- Jabusch, H., Müller, S., & Altenmüller, E. (2004). Anxiety in musicians with focal dystonia and those with chronic pain. *Movement Disorders*, pp. 1169–1175. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15390020/>
- Jabusch, H.C., & Altenmüller, E. (2004). Anxiety as an Aggravating Factor During Onset of Focal Dystonia in Musicians. *Medical Problems of Performing Artists*, pp. 75-81. https://www.researchgate.net/publication/238789641_Anxiety_as_an_Aggravating_Factor_During_Onset_of_Focal_Dystonia_in_Musicians
- Lederman, R. (1991). Focal dystonia in instrumentalists: clinical features. *Medical Problems of Performing Artists*, pp. 132–136. <https://www.jstor.org/stable/45440400>
- Lim, V., & Altenmüller, E. (2003). Musicians cramp: instrumental and gender differences. *Medical Problems of Performing Artists*, pp. 21-27. https://www.researchgate.net/publication/237126041_Musicians'_Cramp_Instrumental_and_Gender_Differences
- Llobet, J. R. (2002). Existe alguna solución para el llamado cáncer del músico? *12 notas*. https://www.institutart.com/images/files/Articles_Divulgatiu/distonia_focal.pdf
- Mendonça, J. (2021). *Sistema somatossensorial*. https://sanarmed.com/sistema-somatossensorial-tudo-que-voce-precisa-saber-colunistas/#elementor-toc_heading-anchor-0
- Moura, R., Fontes, S. V., & Fukujima, M. M. (2000). Doenças Ocupacionais em Músicos: uma Abordagem Fisioterapêutica. *Revista Neurociências*, pp. 103-107.
- Pereira, P. (s.d.). *Exame de eletromiografia: o que é e para que serve?* <https://www.lusiadas.pt/blog/doencas/sintomas-tratamentos/exame-eletromiografia-que-para-que-serve>
- Ragert, P., Schmidt, A., Altenmüller, E., & Dinse, R. (2004). Meta-plasticity in musicians. *The European journal of neuroscience*, 19 (2), pp. 473–478. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/14725642/>
- Rosset-Llobet, J., Candia, V., Molas, S. F., Cubells, D. D., & Pascual-Leone, A. (2009). The challenge of diagnosing focal hand dystonia in musicians. *European Journal of Neurology*, 16 (7), pp. 864-869. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19473363/>

- Schmidt, A., Jabusch, H., & Altenmüller, E. (2009). Etiology of musicians dystonia: familial or environmental? *Neurology*, 72 (14), pp. 1248-1254. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19349605/>
- Slade, J., Mahoney, J., & Dailinger, J. (1999). Wrist and hand injuries in musicians: Management and prevention. *The Journal of Musculoskeletal Medicine*, 16 (9), 542-542.
- Woellner, S., Marques, D., & Kienen, M. (2013). Distonia focal da mão em músicos: implicações para a reabilitação. *Arquivos Catarinenses de Medicina*, 42 (3), pp. 82-88. <https://www.acm.org.br/revista/pdf/artigos/1250.pdf>
- Zão, A. (22 de novembro de 2024). 22 de novembro: À saúde dos músicos. <https://observador.pt/opiniaio/22-de-novembro-a-saude-dos-musicos/>
- Zaza, C. (1998). Playing-related musculoskeletal disorders in music: a systematic review of incidence and prevalence. *Canadian Medical Association journal*, 158 (8), pp. 1019-1025). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9580730/>
- Zosso, A. (2012). Musicians' social representations of health and illness: A qualitative case study about focal dystonia. *National Library of Medicine*, pp. 53-59. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22246303/>

Anexos

Anexo 1 - Relatórios de Observação das Aulas do Ensino Básico

Semana 1

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 1	Data: 28/10/2024
13h35				No início da aula, o professor fez uma pequena apresentação da estagiária à aluna. De seguida, perguntou à aluna como tinha corrido o estudo e se tinha tido tempo para estudar.
13h45				A aluna começou por tocar a escala de Mi Maior. O professor disse à aluna para prestar atenção à posição do polegar da mão esquerda.
14h04				A aluna tocou a <i>Valse pour Olivier</i> . Trabalharam algumas passagens que ainda não estão muito seguras e trabalharam dinâmicas.
14h27				<i>Estudo n.º 4</i> de Brouwer: O professor fez uma leitura do estudo com a aluna. Começaram por ler linha a linha e ficou para a aluna trabalhar para a próxima aula.
14h47				A aluna tocou a <i>Habanera</i> de Eythor Thoriaksson. O professor trabalhou com a aluna os ligados e a digitação da mão direita (não trocar nem repetir dedos). De seguida, a aluna tocou a peça de início ao fim.
15h05				O professor escreveu no caderno da aluna os pontos que devia trabalhar para a próxima aula.

Semana 2

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 2	Data: 04/11/2024
13h35				A aluna começou por afinar a guitarra. De seguida, começou por tocar o <i>Estudo n.º 4</i> de Brouwer. Como na última aula, trabalharam por frases e o professor trabalhou com a aluna a distinção entre a melodia e acompanhamento.

14h02	O professor pediu à aluna para fazer um exercício para melhorar a posição do polegar da mão direita para que o dedo acompanhasse a mão e não ficasse “preso” na 6. ^a corda. Exercício: tocar cordas soltas (até à 5. ^a) i/m
14h04	Depois deste exercício, a aluna tocou o <i>Estudo n.º 4</i> do princípio até ao fim.
14h27	De seguida, a aluna tocou a <i>Valse pour Olivier</i> . O professor deixou a aluna tocar de início ao fim e só depois é que fez os comentários necessários. O professor voltou a referir os pontos a melhorar, como destacar as notas da melodia e tocar mais piano a parte do acompanhamento.
14h47	Depois disto, a aluna voltou a tocar a peça de início ao fim, tendo em consideração as observações que o professor fez.
14h50	Para terminar a aula, a aluna tocou a <i>Habanera</i> (o professor só voltou a chamar a atenção da aluna para a posição do seu polegar da mão esquerda)
15h05	Fim da aula. O professor escreveu no caderno da aluna os pontos que devia trabalhar para a próxima aula.

Semana 3

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 3	Data: 11/11/2024
13h35				A aluna começou por afinar a guitarra e o professor perguntou como tinha corrido o resto da semana e se tinha tido tempo para estudar.
13h48				De seguida, o professor pediu à aluna para repetir o exercício da última aula para rever a posição do polegar da mão direita.
13h56				A aula começou pela revisão do <i>Estudo n.º 4</i> de Brouwer. O professor esclareceu novamente

	alguns ritmos, bem como algumas digitações, nas quais a aluna ainda tinha algumas dúvidas.
14h10	Depois, a aluna tocou a <i>Valse pour Olivier</i> do princípio ao fim (sem nenhuma interrupção). No fim, o professor disse à aluna que iam introduzir <i>vibrato</i> em algumas notas. Primeiro, perguntou à aluna quais eram as notas que achava que eram mais importantes, uma vez que seria nessas que iria fazer <i>vibrato</i> . Depois disto, explicou e exemplificou na guitarra como é que se fazia. A aluna fez alguns exercícios com vibrato e conseguiu aprender rapidamente.
14h39	De seguida, o professor pediu à aluna para tocar a escala de mi maior, sendo que tinha de tocar a última oitava em vibrato.
14h48	A aluna tocou ainda a <i>Habanera</i> . O professor voltou a pedir para a aluna destacar ainda mais as notas mais importantes da melodia e para não tocar o acompanhamento tão forte.
15h04	Para terminar, o professor leu a peça nova <i>Garden Steps</i> com a aluna e escreveu as digitações na partitura.
15h05	Final da aula.

Semana 4

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 4	Data: 18/11/2024
13h35	A aluna começou por afinar a guitarra. De seguida, começou por tocar o <i>Estudo n.º 4</i> de Brouwer. Como na última aula, trabalharam por frases e o professor trabalhou com a aluna a distinção entre a melodia e acompanhamento.			

13h48	O professor esclareceu novamente alguns ritmos, bem como algumas digitações, nas quais a aluna ainda tinha algumas dúvidas.
13h55	De seguida, a aluna tocou a <i>Valse pour Olivier</i> . O professor deixou a aluna tocar de início ao fim e só depois é que fez os comentários necessários. O professor voltou a referir os pontos a melhorar, como destacar as notas da melodia e tocar mais piano a parte do acompanhamento.
14h21	A aluna tocou ainda a <i>Habanera</i> . O professor voltou a pedir para a aluna destacar ainda mais as notas mais importantes da melodia e para não tocar o acompanhamento tão forte.
15h05	Final da aula.

Semana 6

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 6	Data: 02/12/2024
13h35		Afinação.		
13h48		O professor começou por pedir à aluna para tocar a escala de Mi Maior.		
13h55		<i>Garden Steps</i> – Andrew York – O professor voltou a dizer à aluna que tinha de trabalhar mais na questão das dinâmicas e acentuações. Precisava de fazer mais contrastes, caso contrário ficava tudo igual. Para isso, o professor tocou com a aluna.		
14h21		<i>Valse pour olivier</i> - A aluna tocou com metrónomo para ter noção do andamento da peça, uma vez que estava a tocar num andamento muito rápido. Para além disso, ainda trabalharam partes dinâmicas, que precisam de ser mais enfatizadas.		

14h42	<p><i>Habanera</i> - Eythor Thorlaksson</p> <p>O professor e a aluna tocaram juntos, sendo que a aluna tocou a melodia e o professor o acompanhamento (e vice-versa). O professor adotou esta estratégia de modo que a aluna percebesse a importância/ as dinâmicas/ o balanço de cada parte.</p>
15h04	No final da aula, o professor esteve a escolher o repertório que a aluna iria tocar na prova da semana seguinte.
15h05	Final da aula.

Semana 7

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 7	Data: 09/12/2024
13h35				Afinação.
13h55				<p>Na primeira parte da aula, a aluna aproveitou para tocar o programa que ia tocar na prova.</p> <p>Começou para tocar algumas vezes a escala de Mi Maior para aquecer.</p> <p>Depois, tocou as peças escolhidas para tocar na prova. Começou pela <i>Habanera</i>, a qual repetiu algumas vezes. Depois, tocou o <i>Garden Steps</i> e repetiu a parte que achava que estava menos segura.</p> <p>Enquanto esperava pela hora da prova, o professor e a estagiária conversaram um pouco com a aluna para ela se distrair e não ficar muito nervosa com a prova.</p>
14h45				<p><u>Prova Intercalar</u></p> <p>Programa:</p> <p>Escala de Mi Maior</p> <p>Garden Steps – Andrew York</p>

	Habanera – Eythor Thorlaksson
15h05	Final da aula.

Semana 8

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 8	Data: 16/12/2024
13h35				Início da aula.
13h45				No início da aula, o professor começou por perguntar à aluna qual era a sua autoavaliação. Para além disso, falaram, ainda, sobre a prova da semana passada e o professor disse à aluna quanto tinha tirado na prova.
14h45				O professor escolheu peças novas para a aluna e foi tocando excertos de cada uma, de modo a perceber de quais é que a aluna gostava mais.
14h19				A aluna começou a ler sozinha uma das peças novas. Depois o professor escreveu a digitação na partitura.
14h35				A aluna continuou a ler a peça com a ajuda do professor.
14h55				Revisão das peças para a audição.
15h05				Fim da aula.

Semana 9

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 9	Data: 06/01/2025
13h35				Início da aula.

13h45	A aluna começou por afinar. De seguida, como não tinha estudado muito em casa e tinha dúvidas, esteve a ler a primeira parte da peça <i>Petit air du bresil</i> de Kleyjans, com o professor.
14h18	De seguida, o professor aproveitou também para ler e digitar uma das outras peças novas - <i>Recuerdo</i> , Zenamon.
14h44	Posteriormente, pediu à aluna para voltar a tocar a escala de Mi Maior e chamou à atenção da aluna para a sua postura a tocar, uma vez que estava com a guitarra muito deitada e com um pé atrás da cadeira.
14h35	Pediu ainda que a aluna voltasse a tocar o <i>Petit air du bresil</i> , para conferir se a aluna ainda se lembrava da peça.
14h55	Material para a próxima aula
15h05	Fim da aula.

Semana 10 - Aula lecionada

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 10	Data: 13/01/2025
<p>No início da aula, perguntei à aluna por que peça queria começar, uma vez que na última aula tinha ficado combinado essas duas para a aula seguinte. Assim, a aluna optou por começar pela peça <i>Petit air du bresil</i> de Francis Kleyjans.</p> <p>Com esta aluna optei por intervir à medida que ela ia tocando, porque ainda só tinha trabalhado a peça na última aula. Perguntei-lhe quais eram as notas da melodia e as do acompanhamento e, de seguida, sugeri que destacasse, então, as notas da melodia e que o acompanhamento fosse mais piano, mas com presença. Exemplifiquei, ainda, na guitarra para que a aluna conseguisse ouvir e perceber com clareza a distinção entre melodia e acompanhamento. A aluna ainda tinha algumas dificuldades técnicas em certas passagens, por isso, fizemos alguns exercícios que tentassem resolver essas dificuldades.</p>				

O *Recuerdo* requereu um trabalho mais de leitura. Acabei por mudar algumas digitações, com as quais o professor cooperante concordou, porque tecnicamente ficava mais fácil e melodicamente também fazia sentido. Numa passagem que consistia numa progressão de acordes, trabalhei com a aluna essa progressão e sugeri que podia estudar essa transição em bloco e quando estivesse mais confortável na transição, podia começar a tocar como estava na partitura, mas num andamento lento.

Pedia sempre à aluna que fizesse as passagens em que tinha dificuldades mais lentas, uma vez que ela tinha a tendência de querer tocar rápido e depois não consegue executar as passagens. Por isso, fizemos alguns exercícios exageradamente lentos como, por exemplo, preparar os dedos antes de tocar ou exercícios de ligados.

A aluna também estava a ter dificuldades em fazer barras, por isso também fizemos alguns exercícios para tentar ajudar. Primeiro barra só com duas cordas, depois três, depois quatro, depois cinco e depois a barra toda. Como a aluna já estava a ficar com dores na mão disse-lhe que depois estudasse essa parte em casa e avançámos.

No final da aula, o professor cooperante fez alguns comentários sobre o decorrer da aula e disse à aluna os aspetos que havia a melhorar. De um modo geral, os objetivos da aula foram cumpridos.

Ao longo da aula, o professor cooperante fez pontualmente algumas observações que completavam aquilo que estava a pedir à aluna.

No final da aula, falámos das partes que tinham de trabalhar em casa e ficou definido que para a próxima aula teriam de trazer a segunda secção lida.

No geral, os objetivos principais da aula foram alcançados, apesar de a aluna não ter estudado muito em casa. Foi uma aula com um balanço positivos e a aluna demonstrou-se sempre empenhada.

Semana 12

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 12	Data: 27/01/2025
13h35		Início da aula.		
		Escala de Mi Maior: - Primeiro com o ritmo normal; - Depois com o metrónomo a 90 a aumentar progressivamente a velocidade.		

13h45	<i>Estudo n.º 3 Brouwer</i> – o professor esteve a ler o estudo com a aluna e a escrever algumas digitações.
14h12	<i>Recuerdo</i> – Zenamon: O professor pediu à aluna para tocar uma vez do início ao fim. Depois pediu que tocasse só a melodia, enquanto o professor tocava a parte do acompanhamento. Mais uma vez, voltou também a referir a questão das dinâmicas que ainda não estavam bem definidas.
14h48	No final da aula, fez uma breve leitura da peça nova, <i>Maria Luisa</i> de J. Sagreras, e definiu até aonde é que a aluna teria de ler para a próxima aula.
14h55	O professor escreveu no caderno da aluna o que trabalhar em casa e apresentar na aula da semana seguinte.
15h05	Fim da aula.

Semana 13

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 13	Data: 03/02/2025
13h35				Início da aula
13h45				Escala Mi Maior
14h05				<i>Estudo n.º 3 - Brouwer:</i> O professor pediu para tocar mais rapidamente, uma vez que o estudo é rápido. Começaram por tentar decorar por linhas (tocar e dizer o nome das notas do baixo). Trabalharam, também, os “acordes” em bloco.

14h25	Como tinha ficado definido na última aula, estiveram a ler a peça <i>Maria Luisa</i> – J. Sagraeras e a esclarecer dúvidas que sugeriram no estudo em casa.
15h05	Fim da aula.

Semana 14 – Aula lecionada

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 14	Data: 10/02/2025
<p>No início da aula, perguntei à aluna se tinha estudado em casa e se tinha começado a ler a nova peça. Como ela disse que não tinha tido muito tempo, começámos a ler a peça na aula. Dividi a peça em secções e mostrei à aluna que havia partes que se repetiam e, por isso, era mais fácil assimilar algumas posições que se repetem ao longo da peça. Trabalhámos toda a peça deste modo, pois senti que para a aluna estava a ser mais fácil memorizar e perceber a peça. Depois disto, disse à aluna o que devia trabalhar em casa para a próxima e falámos um pouco das outras disciplinas, uma vez que a aluna já estava a ficar cansada.</p> <p>De seguida, voltámos a pegar na peça <i>Recuerdo</i>, e trabalhei com a aluna, principalmente, a parte musical. Uma vez que a leitura já estava mais segura, pedi à aluna que exagerasse nas dinâmicas e que tentasse destacar mais a melodia das outras partes. No início a aluna estava a tocar tudo igual, sem dinâmicas nenhuma, mas depois de ter explicado e exemplificado a aluna conseguiu melhorar e fez um bom trabalho.</p> <p>Por fim, fizemos uma pequena revisão da peça <i>Petit air du Bresil</i>. Pedi à aluna que tocasse de início ao fim, uma vez que queria perceber em que estado estava o trabalho daquela peça. Como aconteceu na peça anterior, a parte da leitura já estava bastante sólida, mas faltava dinâmica. Para além disso, estava a tocar a peça num andamento bastante mais rápido do que é pedido. Assim, quando a aluna terminou perguntei-lhe se sabia o que significava a indicação que tinha na partitura, <i>Calme et bien chantée (calmo e bem cantado)</i>, ao que aluna disse que não. Expliquei o significado e acrescentei ainda que se tocasse naquele andamento rápido não ia conseguir destacar a melodia, uma das partes mais importantes.</p> <p>Ao longo da aula, o professor cooperante fez pontualmente algumas observações que completavam aquilo que estava a pedir à aluna.</p>				

No final da aula, falámos das partes que tinha de trabalhar em casa e ficou definido que para a próxima aula teria de trazer a segunda secção lida.

No geral, os objetivos principais da aula foram alcançados. Foi uma aula com um balanço positivo e a aluna demonstrou-se sempre empenhada.

Semana 15

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 15	Data: 17/02/2025
13h35				Início da aula.
13h45				A aluna começou por afinar a guitarra. De seguida, o professor pediu que tocasse a peça <i>Maria Luisa</i> , para verificar se tinha estudado em casa. Como a aluna disse que tinha tido muitos testes, estiveram a rever algumas passagens da peça que não estavam bem esclarecidas.
14h19				<i>Estudo 3 - Brouwer:</i> O professor pediu para tocar mais rapidamente, uma vez que o estudo é rápido. Começaram por tentar decorar por linhas (tocar e dizer o nome das notas do baixo). Trabalharam, também, os “acordes” em bloco.
14h50				No final da aula, a aluna disse que precisava de mudar de cordas e pediu ao professor para o fazer. O professor disse que sim e esteve a explicar à aluna como é que podia fazer.
15h05				Fim da aula.

Semana 16

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 16	Data: 24/02/2025
13h35		Início da aula e afinação.		
13h45		A aluna começou por afinar a guitarra. De seguida, o professor pediu-lhe que tocasse a peça <i>Maria Luisa</i> , para verificar se tinha estudado em casa. Como a aluna disse que tinha tido muitos testes, estiveram a rever algumas passagens da peça que não estavam bem esclarecidas.		
14h25		<p><i>Estudo 3 - Brouwer:</i></p> <p>O professor pediu para tocar mais rápido, uma vez que o estudo é rápido. Começaram por tentar decorar por linhas (tocar e dizer o nome das notas do baixo).</p> <p>Trabalharam, também, os “acordes” em bloco.</p>		
14h50		<p><i>Petit air du brasil:</i></p> <p>O professor voltou a referir questões relacionadas com a musicalidade, como motivos e notas que merecem mais destaque, melodia.</p> <p>Durante o tempo restante da aula estiveram a trabalhar essa parte, sendo que o professor ia pedindo à aluna para exagerar cada vez mais nas dinâmicas.</p>		
15h05		Fim da aula.		

Semana 18

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 18	Data: 10/03/2025
13h35		Início da aula e afinação.		

13h45	<p>Escala de Mi Maior (posição polegar m/ direita e esquerda).</p>
13h50	<p><i>Petit air du bresil:</i></p> <p>O professor voltou a referir questões relacionadas com a musicalidade, como motivos e notas que merecem mais destaque, melodia.</p> <p>Durante o tempo restante da aula estiveram a trabalhar essa parte, sendo que o professor ia pedindo à aluna para exagerar cada vez mais nas dinâmicas.</p> <p>Uma vez que a aluna ia ter audição, o professor utilizou mais tempo de aula para esta peça, de modo que a aluna se sentisse mais preparada para a audição.</p>
14h42	<p>De seguida, o professor pediu que tocasse a peça <i>Maria Luisa</i>, para verificar se tinha estudado em casa. Como a aluna disse que tinha tido muitos testes, estiveram a rever algumas passagens da peça que não estavam bem esclarecidas.</p>
15h05	<p>Fim da aula.</p>

Semana 20

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 20	Data: 24/03/2025
13h35	<p>Início da aula.</p> <p>A aluna afinou a guitarra e pediu ao professor para começar pela <i>Maria Luisa</i>.</p>			
13h45	<p>Trabalharam mais a segunda parte da obra e o professor acabou por mudar algumas digitações, uma vez que as que estavam escritas na partitura incluíam barras e a aluna ainda não consegue executá-las bem.</p>			

	O professor voltou ainda a referir elementos da musicalidade e sugeriu que a aluna tocasse o acompanhamento em <i>stacatto</i> .
14h38	<i>Estudo 39</i> - F. Sor – acentuações e musicalidade. Leitura do início do <i>Estudo 3</i> de M. Carcassi.
14h55	Revisão do trabalho a apresentar na aula da semana seguinte (<i>Estudo 3</i> - Carcassi e escala de sol maior)
15h05	Fim da aula.

Semana 21

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 21	Data: 31/03/2025
13h35				<p>Início da aula.</p> <p>A aluna magoou-se em Educação Física e tinha o indicador da mão esquerda todo pisado. Por isso só viu algum repertório.</p>
13h45				<p>Escala de Mi Maior:</p> <p>Inicialmente tocou com o ritmo normal.</p> <p>De seguida, tocou cada nota duas vezes (o professor sugeriu este exercício para a aluna conseguir tocar mais forte)</p> <p>Escala de Sol Maior:</p> <p>O professor começou por perguntar à aluna qual era a armação de clave.</p> <p>De seguida, deu-lhe uns minutos para fazer uma breve leitura e tocar apenas duas oitavas. Seguidamente, ajudou a aluna a compreender as posições e utilizou o metrónomo para a aluna não acelerar e conseguir tocar corretamente.</p>
14h30				<p>No final da aula, o professor perguntou à aluna a sua autoavaliação.</p> <p>Digitou, ainda, o <i>Estudo VI</i> de Brouwer, para a aluna estudar das férias. Fizeram, também, uma</p>

	breve leitura do estudo para a aluna perceber os padrões da mão direita.
15h05	Fim da aula.

Semana 23

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 23	Data: 05/05/2025
13h35				<p>Início da aula.</p> <p>O professo esteve a conversar com a aluna sobre o estudo, uma vez que era a primeira aula depois das férias de Páscoa.</p>
13h45				<p>Escala de Mi Maior:</p> <p>Inicialmente tocou com o ritmo normal.</p> <p>De seguida, tocou cada nota duas vezes (o professor sugeriu este exercício para a aluna conseguir tocar mais forte)</p> <p>Depois fizeram a escala com metrónomo, aumentado progressivamente a velocidade. (posição dos dedos da m/esquerda – mais redondinhos)</p> <p>Escala de Sol Maior:</p> <p>A aluna esteve a rever as digitações da escala, uma vez que ainda tinha dúvidas.</p>
14h30				<p><i>Estudo VI</i> de Brouwer:</p> <p>- Leitura do estudo. A aluna começou por ler o estudo, uma vez que na última aula apenas tinham digitado a peça.</p> <p><i>Estudo n.º 39</i>, Sor:</p> <p>- Leitura e revisão. O professor pediu à aluna para tocar de início ao fim. Depois dividiu o estudo e estiveram a trabalhar por secções e em passagens que a aluna tinha mais dificuldades.</p>

	<p><i>Maria Luísa, Sagreras:</i></p> <p>- Musicalidade. A aluna começou por tocar. No entanto, o professor interrompeu a aluna para apontar a questão das dinâmicas.</p> <p>O professor, no fim, fez um resumo do trabalho para casa.</p>
15h05	Fim da aula.

Semana 24 - Aula lecionada e supervisionada

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 24	Data: 19/05/2025
<p>No início da aula, conversei um pouco com a aluna, principalmente sobre que repertório iria tocar na prova.</p> <p>De seguida, pedi-lhe que tocasse a Escala de Mi Maior. Apesar de já tocar esta escala há algum tempo, como vai fazer parte do repertório da prova, é importante não esquecer. À medida que a aluna ia tocando, sugeri que fosse aumentado a velocidade.</p> <p>Posteriormente, passámos para a peça <i>Recuerdo</i> de Zenamon, a qual a aluna também já está a tocar há algum tempo e, por isso, a nível de leitura já não há dificuldades, podendo, assim, trabalhar outros pontos. A maior dificuldade da aluna nesta peça é fazer barras, porque isso estivemos a trabalhar essa parte isoladamente e, ainda, sugeri alguns exercícios que a aluna poderia fazer em casa para fortalecer a barra. Conversámos, também, sobre direcionar a força, de modo que a barra fosse mais eficiente, ou seja, concentrar a força onde de facto precisa (neste caso específico, a aluna precisava de fazer mais força no meio do dedo do que no fim, uma vez que a primeira corda era pisada por outro dedo). Conforme a aluna ia tocando, eu ia tocando a parte da melodia para que a aluna não se esquecesse de dar mais destaque a essa frase.</p> <p>Chamei ainda a atenção da aluna para a posição da sua mão esquerda, uma vez que estava a tocar com a mão muito afastada do braço da guitarra.</p> <p>Relativamente ao <i>Estudo</i>, como ao nível da leitura já estava bastante seguro, a parte que trabalhámos mais foi a preparação dos dedos antes de tocar, neste caso das posições da mão esquerda. Por exemplo, em situações em que a posição anterior tem dedos comuns com a seguinte, expliquei à aluna que se tornava mais fácil aproveitar esses dedos do que levantar a mão toda e preparar depois a posição seguinte.</p> <p>Maioritariamente estivemos a trabalhar passagens que ainda precisavam de mais atenção. Pedi à aluna que tocasse devagar para ter tempo de pensar e preparar os dedos. Sugeri ainda estratégias para trabalhar os saltos entre passagens como, por exemplo, tocar apenas as primeiras notas de cada compasso. Para além disso, ainda vimos a parte musical, uma vez que apesar de ser um estudo, este tem uma linha melódica que precisa de ser destacada.</p> <p>No geral, os objetivos da aula foram cumpridos e penso que teve um balanço positivo. A aluna mostrou-se sempre empenhada e recetiva às sugestões que eu ia fazendo, tornando o ambiente da aula sempre positivo.</p>				

Semana 25 - Aula lecionada e supervisionada

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 3º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 24	Data: 02/06/2025
<p>De seguida, pedi-lhe que tocasse a Escala de Sol Maior. À medida que a aluna ia tocando, sugeri que fosse aumentado a velocidade e lembrei, também, a posição da mão esquerda.</p> <p>Posteriormente, passámos para a peça <i>Maria Luísa</i> de J. Sagreras, a qual a aluna também já está a tocar há algum tempo e, por isso, a nível de leitura já não há dificuldades, podendo, assim, trabalhar outros pontos, como a musicalidade. A aluna começou a tocar num andamento rápido, de modo que perguntei logo se não estaria rápido demais. Como a aluna disse que conseguia tocar naquele andamento, deixei-a tocar, uma vez que também queria avaliar se de facto conseguia. A aluna percebeu sozinha que estava um pouco rápido demais e tocou num andamento mais moderado. A aluna já tem esta peça bastante segura, por isso, acabou por ser mais uma revisão de todos os aspetos, quer musicais, quer técnicos.</p> <p>Relativamente ao <i>Estudo VI</i>, como ao nível da leitura já estava bastante seguro, a parte que trabalhámos mais foi, mais uma vez, a preparação dos dedos antes de tocar, neste caso das posições da mão esquerda. Por exemplo, em situações em que a posição anterior tem dedos comuns com a seguinte, expliquei à aluna que se tornava mais fácil aproveitar esses dedos do que levantar a mão toda e preparar depois a posição seguinte. Sugeri ainda, numa passagem, uma digitação diferente, uma vez que desse modo, a aluna teria sempre um dedo comum ao longo de toda a passagem. Pedi à aluna que tocasse devagar para ter tempo de pensar e preparar os dedos. Sugeri ainda estratégias para trabalhar os saltos entre passagens como, por exemplo, tocar apenas as primeiras notas de cada compasso.</p> <p>No geral, os objetivos da aula foram cumpridos e penso que teve um balanço positivo. A aluna mostrou-se sempre empenhada e recetiva às sugestões que ia fazendo, tornando o ambiente da aula sempre positivo.</p>				

Anexo 2 - Relatórios de Observação das Aulas de Ensino Secundário

Semana 1

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 1	Data: 28/10/2024
10h50				No início da aula, o professor fez uma pequena apresentação da estagiária à aluna. De seguida, perguntou à aluna como tinha corrido o estudo e se tinha tido tempo para estudar, uma vez que esta aluna está em supletivo e tinha outras atividades extracurriculares.
11h02				A aluna começou por tocar o “Capricho Árabe” de Francisco Tarrega. Logo no início, o professor interveio para poderem trabalhar as passagens iniciais.
11h09				O professor pediu à aluna para tocar várias vezes a passagem antes do tema principal.
11h26				Depois de trabalhar outras passagens ao longo da peça, o professor pediu à aluna para se focar numa escala cromática que faz parte da peça.
11h45				A aluna executou mais algumas passagens do fim da peça.
11h58				A aluna descansou um pouco e começou a tocar os <i>Recuerdos de Alhambra</i> de Francisco Tarrega. Tocou a primeira vez de início ao fim.
12h15				O professor esteve a trabalhar com a aluna as acentuações e a condução melódica da peça, bem como, depois, o controlo do tremolo, dando opções de estudar o tremolo, separadamente, de maneira a ganhar mais controlo.
12h30				A aula terminou e o professor fez uma pequena revisão dos aspetos que a aluna tinha de trabalhar para a próxima aula.

Semana 3

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 3	Data: 11/11/2024
10h50		<p>Afinação + aquecimento:</p> <p>A aluna aproveitou para aquecer um pouco antes do início da aula, uma vez que o professor ainda não tinha chegado-</p>		
11h07		<p><i>Capricho Árabe:</i></p> <p>A aluna começou por tocar a introdução. De seguida o professor esteve, novamente, a rever as digitações e acentuações da primeira parte da peça. Para além disso, tocou e exemplificou a diferença que a aluna deveria fazer entre melodia e acompanhamento.</p> <p>De seguida, estiveram a trabalhar a segunda parte da obra. O professor optou por subdividir esta parte em secções, voltando a relembrar digitações e acentuações que não tinham ficado assimiladas.</p>		
11h48		<p>O professor sugeriu à aluna que primeiro estudasse num andamento lento e que visse as digitações das respetivas mãos separadamente. Só depois destas estarem consolidadas é que deveria tentar juntar e tocar a tempo.</p>		
12h03		<p>Resumo das partes a melhorar.</p>		
12h16		<p>Definição do que era para trabalhar da peça nova para a próxima aula.</p>		
12h17		<p><i>Recuerdos de Alhambra</i> – início ao fim</p>		
12h30		<p>Fim de aula</p>		

Semana 4

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 4	Data: 18/11/2024
10h50				Início da aula. A aluna começou por afinar a guitarra.
11h01				Como a aluna joga voleibol, nem sempre consegue ter unhas. Nesta aula, o professor esteve a tentar limar as unhas da aluna de modo a não se prenderem nas cordas.
11h07				<i>Danza Característica</i> – Leo Brouwer Como a aluna não tinha estudado muito em casa, o professor utilizou a aula para fazer uma leitura com a aluna. Dividiram a peça por frases para que fosse mais fácil para a aluna compreender as digitações. O professor utilizou esta estratégia para toda a peça.
11h49				<i>Capricho Árabe</i> : O professor esteve, novamente, a rever algumas passagens e digitações nas quais a aluna ainda tinha dúvidas.
12h21				<i>Recuerdos de Alhambra</i> : O professor pediu à aluna para tocar esta peça de início ao fim para aferir como estava o estado do tremolo. Deu-lhe, ainda, exercícios para trabalhar o tremolo individualmente.
12h30				Trabalho para a próxima aula. Fim de aula.

Semana 6

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 6	Data: 02/12/2024
10h50				Início da aula. A aluna começou por afinar a guitarra e pediu um apoio de pé.

10h58	<p><i>Danza Característica</i> – Leo Brouwer</p> <p>A aluna começou por tocar esta peça, uma vez que ainda tinha dúvidas em algumas passagens e, por isso, quis rever essas partes.</p> <p>O professor sugeriu-lhe que podia dividir a peça em secções pequenas e trabalhá-las isoladamente, em vez de estar sempre a tocar de início ao fim.</p>
11h36	<p><i>Capricho Árabe:</i></p> <p>O professor pediu à aluna para tocar esta peça, uma vez que como vai ter recital no final do ano letivo, convém ir revendo sempre as peças para a aluna não se esquecer.</p> <p>Algumas passagens ainda não estavam bem seguras e, também, havia alguma confusão em digitações, sendo que o professor voltou a mencionar o mesmo de aulas passadas.</p>
12h12	<p><i>Recuerdos de Alhambra:</i></p> <p>O professor pediu à aluna para tocar esta peça de início ao fim, uma vez que também fará parte do repertório do recital final. Deu-lhe, ainda, exercícios para trabalhar o tremolo isoladamente, referindo que podia começar a aumentar a velocidade progressivamente.</p>
12h30	Fim de aula.

Semana 7

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 7	Data: 09/12/2024
10h50	<p>Prova intercalar – a prova ocupou apenas 20 min da aula.</p> <p>Repertório:</p> <p><i>Recuerdos de Alhambra</i></p> <p><i>Capricho árabe</i></p> <p><i>Danza Característica</i></p>			

10h58	Na parte da aula antes da prova, a aluna aproveitou para rever as peças que ia tocar na prova e tirar algumas dúvidas que ainda existiam (principalmente a velocidade do trémolo dos <i>Recuerdos</i>)
12h30	Depois da prova, o professor e a aluna estiveram a falar sobre o tema da PAA, uma vez que a aluna ainda não tinha escolhido. O professor foi sugerindo alguns temas, relacionados com o repertório e compositores que a aluna estava a tocar.

Semana 9

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 9	Data: 06/01/2025
10h50				O professor começou a aula por perguntar à aluna como tinham corrido as férias e o estudo.
11h00				A aluna afinou a guitarra e começou por apresentar o <i>Minueto I</i> da Suite n.º 1 para violoncelo de Bach. Uma vez que ainda havia muitas dúvidas, o professor esteve a esclarecer as questões que havia, como por exemplo digitações.
11h53				De seguida, seguiu-se a leitura do <i>Minueto II</i> da Suite n.º 1 para violoncelo de Bach. Como no <i>Minueto I</i> , neste também havia muitas dúvidas e, por isso, foi preciso utilizar a maior parte do tempo de aula para estes dois <i>Minuetos</i> .
12h15				Quase no final da aula, o professor pediu que a aluna tocasse o <i>Capricho Árabe</i> , o qual estava melhor, mas ainda havia algumas inseguranças.
12h30				Fim da aula.

Semana 10 - Aula lecionada

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 10	Data: 13/01/2025
<p>Começámos a aula pelo <i>Minueto I</i> de Bach. A aluna ainda tinha algumas dúvidas de leitura, bem como nas digitações e, por isso, começámos por esclarecer as dúvidas que existiam nesses pontos. Depois destas dúvidas estarem esclarecidas, a aluna tocou do início ao fim. Como algumas passagens ainda não estavam muito claras, dividimos o minueto em secções e trabalhámos de forma isolada as passagens que estavam a ser mais difíceis para a aluna. Depois disto, pedi à aluna que pensasse que notas seriam mais importantes, quais é que faziam parte da melodia e quais é que faziam parte do acompanhamento. Depois desta parte estar mais clara, trabalhámos um pouco as dinâmicas da peça e a articulação, de modo que ficasse mais próximo do estilo barroco. O <i>Minueto II</i> seguiu a mesma abordagem.</p> <p>De seguida, avançámos para a segunda peça planeada para a aula.</p> <p>No <i>Capricho Árabe</i>, deixei a aluna tocar do início ao fim, uma vez que queria ver como é que estava o estado da peça no seu todo. Depois disto, comecei por apontar que, tal como nos minuetos, tinha de haver uma distinção entre a melodia e o acompanhamento e que, por vezes, tinha de haver mais equilíbrio. Depois dividimos a peça em partes e trabalhámos algumas dificuldades que ainda existiam. Esclareci algumas partes de leitura e de digitação e pedi à aluna que fizesse bastante lento e que pensasse nos dedos da mão direita antes de tocar, uma vez que antes estava a tocar sem prestar atenção à digitação da mão direita e estava, por isso, a repetir dedos.</p> <p>No geral, acabámos por trabalhar passagens isoladas, como escalas ou ligados, que ainda não estavam muito claras e dei algumas sugestões à aluna para depois estudar em casa.</p> <p>Ao longo da aula, o professor cooperante fez pontualmente algumas observações que completavam aquilo que estava a pedir à aluna.</p> <p>No final da aula, falámos das partes que tinha de trabalhar em casa e ficou definido que para a próxima aula teria de trazer a segunda secção lida.</p> <p>No geral, os objetivos principais da aula foram alcançados, apesar de a aluna não ter estudado muito em casa. Foi uma aula com um balanço positivo e a aluna demonstrou-se sempre empenhada.</p>				

Semana 12

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 12	Data: 27/01/2025
10h50				A aluna afinou a guitarra.
11h00				<i>Estudo 8 Villa-Lobos</i> O professor começou por ler e digitar este estudo com a aluna, uma vez que ainda não o tinha tocado na aula e tinha bastantes dúvidas.
11h53				<i>Minueto I</i> da Suite n.º 1 para violoncelo de Bach: O professor apontou para algumas digitações e passagens, nas quais ainda havia dúvidas.
12h10				<i>Minueto II</i> da Suite n.º 1 para violoncelo de Bach: Bem como no Minueto anterior, o professor voltou a apontar para algumas digitações e para a questão da musicalidade, uma vez que ainda não estavam bem assimiladas.
12h20				Quase no final da aula, o professor pediu que a aluna tocasse o Capricho Árabe, o qual estava melhor, mas ainda havia algumas inseguranças.
12h30				Fim da aula. Revisão do que era preciso trabalhar para a próxima aula.

Semana 13

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 13	Data: 03/02/2025
10h50				Afinação/aquecimento.
11h05				<i>Estudo 8 Villa-Lobos:</i> Trabalharam, principalmente, a parte musical do estudo, bem como acentuações e os ligados da mão esquerda. Para além disso, o professor pediu à aluna que tivesse em atenção e que destacasse a melodia do acompanhamento.
11h43				<i>Minueto I</i> da Suite n.º 1 para violoncelo de Bach:

	Trabalharam, principalmente, a parte musical.
12h04	O <i>Minueto II</i> seguiu a mesma abordagem.
12h10	Quase no final da aula, o professor pediu à aluna que tocasse a <i>Danza Característica</i> e os <i>Recuerdos de Alhambra</i> .
12h30	Fim da aula. Trabalho para a próxima aula.

Semana 15

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 15	Data: 17/02/2025
10h50				A aluna afinou a guitarra e aproveitou para aquecer um pouco, uma vez que o professor ainda não estava na sala.
11h05				<i>Minueto I e II</i> da Suite n.º 1 para violoncelo de Bach: O professor apontou para algumas digitações e passagens, nas quais ainda havia dúvidas.
11h50				<i>Capricho Árabe</i> – algumas passagens ainda continuavam por resolver e o professor voltou a vê-las com a aluna.
12h11				<i>Recuerdos de Alhambra</i> : O professor pediu à aluna para tocar esta peça de início ao fim para aferir como estava o estado do tremolo. Deu-lhe, novamente, exercícios para trabalhar o tremolo individualmente.
12h30				Revisão para a próxima aula

Semana 16

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 16	Data: 24/02/2025
10h50				A aluna esqueceu-se da guitarra e das partituras em casa, o que acabou por causar alguns constrangimentos no decorrer da aula.

	Apesar de ter utilizado uma guitarra da escola e de lhe ter emprestado o meu computador para a leitura das partituras, estas tinham algumas digitações diferentes e a aluna não tinha nenhuma das peças de cor.
12h30	Revisão para a próxima aula

Semana 19

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 19	Data: 17/03/2025
Concurso Interno do Conservatório				

Semana 20

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 20	Data: 24/03/2025
10h50	A aluna afinou a guitarra e aqueceu um pouco.			
11h05	<i>Minueto I e II</i> da Suite n.º 1 para violoncelo de Bach: Revisão da acentuação das notas e passagens isoladas para trabalhar o <i>legato</i> .			
11h25	<i>Capricho Árabe</i> – algumas passagens ainda continuavam por resolver e o professor voltou a vê-las com a aluna.			
12h05	Enquanto o professor escolhia uma nova obra para dar à aluna, esta tocou a <i>Danza Característica</i> .			
12h30	Revisão para a próxima aula.			

Semana 22

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 22	Data: 28/04/2025
				A aluna começou por afinar e esteve a falar com o professor sobre a prova final.

<p>10h50</p>	<p>Depois o professor sugeriu que fizessem uma revisão do repertório todo que tinham para o recital, uma vez que a aluna já não tinha aula há bastante tempo.</p>
<p>11h05</p>	<p><i>Estudo n.º 8, Villa-Lobos:</i> A aluna começou por tocar de início ao fim. O professor foi fazendo pequenos apontamentos, relativamente a acentuações e a algumas dinâmicas. Como a aluna não tinha a última página, acabou por não ver a peça toda.</p>
<p>11h27</p>	<p><i>Recuerdos de Alhambra:</i> O professor queria trabalhar com a aluna o tremolo, por isso sugeriu-lhe que tocasse mais lento para conseguir equilibrar. De seguida, lembrou, novamente, exercícios para trabalhar o tremolo isoladamente. A aluna esteve a praticar esses exercícios e depois voltou a tocar a peça, na qual já se notou uma melhoria significativa no tremolo.</p>
<p>11h45</p>	<p><i>Minueto I e II da Suite n.º1 para violoncelo de Bach:</i> A aluna já não tocava os Minuetos há algum tempo, por isso já não se lembrava de algumas passagens. O professor ia fazendo apontamentos, relativamente a notas erradas, bem como à parte musical (especificamente a notas que não podiam ficar a soar, porque já não faziam parte da harmonia).</p>
<p>12h00</p>	<p><i>Danza Característica:</i> A aluna também já não tocava esta obra há algum tempo. No entanto, o professor apontou apenas alguns elementos referentes à musicalidade.</p>
<p>12h17</p>	<p><i>Capricho Árabe:</i> A aluna começou por tocar a obra do princípio até ao fim.</p>
<p>12h30</p>	<p>Final da aula.</p>

Semana 24 – Aula lecionada e supervisionada

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 24	Data: 19/05/2025
<p>No início da aula, conversei um pouco com a aluna, principalmente sobre que repertório iria tocar na prova, uma vez que era na semana seguinte.</p> <p>De seguida, perguntei-lhe que peça queria trabalhar e optámos por rever o <i>Capricho Árabe</i>. A aluna começou, então, por tocar a obra de início ao fim. De seguida, fomos trabalhando passagens que ainda podiam ser melhoradas.</p> <p>Começámos pela introdução da obra. A aluna estava a tocar tudo de uma forma muito igual e sugeri que acentuasse algumas notas, que fizesse um pouco de <i>crescendo</i> e, também, que mexesse um pouco com o tempo, mas sem fugir do andamento. Fui intervindo à medida que achasse necessário. Para além disso, ia tocando com a aluna ou executava algumas passagens sozinha, de forma a reproduzir o resultado pretendido.</p> <p>De um modo geral, a aluna ia conseguindo reproduzir o que lhe era pedido. Uma vez que a aluna estava sem unhas, o timbre foi um dos elementos mais complicados de trabalhar.</p> <p>Posteriormente, depois de termos trabalhado todas essas secções, fiz um resumo sobre o que ainda poderia ser melhorado, voltando a referir elementos como: dinâmicas, acentuações, timbre e o balanço da obra (nesta obra tentei fazer com que a aluna percebesse e, sobretudo, sentisse o balanço da mesma). Sugeri ainda no final da aula que ouvisse gravações, não no sentido de copiar as interpretações, mas como meio para perceber de que forma poderia executar a mesma.</p> <p>No geral, os objetivos da aula foram cumpridos e penso que teve um balanço positivo. A aluna mostrou-se sempre empenhada e recetiva às sugestões que eu ia fazendo, tornando o ambiente da aula sempre positivo.</p>				

Semana 25 - Aula lecionada e supervisionada

Professor Cooperante: Paulo Peres	Grau: 8.º	Disciplina: Guitarra	Aula: n.º 24	Data: 19/05/2025
<p>No início da aula, conversei um pouco com a aluna, principalmente sobre como tinha corrido a prova e que repertório é que iria tocar no recital final de 8º grau.</p> <p>De seguida, pedi-lhe que tocasse os <i>Minuetos da Suite nº 1</i> para violoncelo de Bach. A aluna começou por tocar de início ao fim. Uma vez que ambos os minuetos já estavam trabalhados, referi apenas algumas coisas como o carácter de cada um, uma vez que são bastante diferentes e a aluna estava a tocar tudo muito parecido. Para além disso, referi alguns aspetos relativamente à harmonia, uma vez que a aluna estava a deixar soar alguns baixos que não faziam parte da harmonia que se seguia. Posteriormente, passámos para o <i>Estudo nº8</i> de Villa-Lobos, o qual a aluna também já está a tocar há algum tempo e, por isso, a nível de leitura já não há dificuldades, podendo, assim, trabalhar outros pontos. Comecei por referir que este estudo tinha secções contrastantes, secções mais melódicas e secções mais rítmicas e, desse modo, o contraste precisava de estar claro. Assim, nas secções melódicas pedi à aluna que destacasse mais a melodia, com um timbre mais doce e tudo bastante ligado. Já nas secções mais rítmicas, era preciso mais assertividade/agressividade e perceber-se bem os ritmos (nestas secções sugeri, ainda, que tocasse mais próximo do cavalete, uma vez que a corda é mais dura e produz um som mais metálico).</p> <p>No geral, os objetivos da aula foram cumpridos e penso que teve um balanço positivo. A aluna mostrou-se sempre empenhada e recetiva às sugestões que eu ia fazendo, tornando o ambiente da aula sempre positivo.</p>				

Anexo 3 - Relatórios de Observação das Aulas de Classe de Conjunto

Semana 1

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula: n.º 1 e 2	Data: 02/12/2024
16h00		<p>O professor começou por se apresentar, uma vez que era a sua primeira aula de Classe de Conjunto. De seguida apresentou também a estagiária e pediu aos alunos que se apresentassem um a um. Ajustação dos instrumentos</p>		

16h15	Depois cada aluno afinou o seu instrumento e o professor perguntou que peças é que estavam a ver. Assim, começaram por rever o <i>Hino da Alegria</i> . Havia ainda bastantes dúvidas, quer de notas, quer de digitações.
16h34	Após esclarecer estas dúvidas, o professor pediu que os alunos tocassem de início ao fim e fez apenas alguns apontamentos relativamente à melodia.
16h45-17h Intervalo	
17h20	No segundo bloco da aula, chegaram os restantes alunos (bandolins e harpa). Depois de ter feito uma breve revisão com estes alunos, o professor pediu, novamente, que tocassem de início ao fim.
17h34	O professor apresentou peça nova que iriam trabalhar, <i>Pavan</i> . Inicialmente, fizeram uma leitura à primeira vista e, depois, o professor pediu que tocassem por naipes. Havia algumas dúvidas relacionadas com digitações, principalmente nas guitarras.
18h19	Quase no final da aula, o professor pediu para tocarem o <i>Hino da Alegria</i> , uma vez mais no início até ao fim.
18h30	Final da aula.

Semana 2

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula: n.º 3 e 4	Data: 09/12/2024
16h00	Início da aula. Cada aluno afinou o seu instrumento.			

16h15	<p>O professor voltou a pegar no <i>Hino da Alegria</i> e perguntou se algum dos alunos de guitarra sabia fazer acordes. Visto que nenhum sabia bem, o professor pediu-me ajuda para ensinar os alunos a fazer acordes. Como os alunos ainda não tinham muita destreza na mão esquerda, perguntei ao professor se não seria melhor os alunos tocarem apenas algumas notas do acorde, em vez de fazerem as posições tradicionais (a sugestão foi aceite). Esta parte acabou por ocupar a maior parte da aula do primeiro bloco.</p>
<p>16h45-17h Intervalo</p>	
17h10	<p>O professor apresentou a peça nova que iriam trabalhar, <i>Pavan</i>. Inicialmente, fizeram uma leitura à primeira vista e, depois, o professor pediu que tocassem por naipes. Havia algumas dúvidas relacionadas com digitações, principalmente nas guitarras. Visto que a maior parte dos alunos não toca o instrumento há muito tempo, ainda têm algumas dificuldades em assimilar algumas coisas. Por isso, nesta peça, o professor teve de fazer o mesmo trabalho da aula anterior.</p>
18h30	<p>Fim da aula.</p>

Semana 3

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula: n.º 5 e 6	Data: 16/12/2024
16h00		<p>Início da aula. Cada aluno afinou o seu instrumento.</p>		

16h09	<p><i>Jingle Bells:</i></p> <p>O professor começou por pedir a cada naipe que lesse a sua parte. Depois pediu que cada uma tocasse a respetiva parte (neste primeiro bloco de aula apenas estão os alunos de guitarra e de guitarra portuguesa).</p>
16h21	Depois de ler as partes individuais com os alunos, o professor pediu para tocarem todos juntos até ao fim da primeira parte.
16h45	De seguida, passaram para a leitura da segunda parte da peça, na qual se seguiu a mesma abordagem da primeira.
16h45-17h Intervalo	
17h10	<p>Com a chegada dos restantes alunos, estes começaram por afinar os seus instrumentos.</p> <p>Os alunos de bandolim leram a sua parte bastante depressa e, por isso, conseguiram juntar-se logo aos colegas para tocar em conjunto.</p>
18h19	Como a parte técnica já estava mais segura, o professor aproveitou para trabalhar algumas questões de musicalidade.
18h00	Final da aula (a aula acabou mais cedo, uma vez que havia provas intercalares).

Semana 4

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula: n.º 7 e 8	Data: 06/01/2025
16h00			Os alunos começaram por afinar os seus instrumentos. De seguida, o professor	

	perguntou-lhes como não tinham corrido as férias e se tinham tido tempo para estudar guitarra.
16h20	Depois entregou uma peça nova, a qual optou por começar a ler logo individualmente com os alunos: guitarra 4; guitarra 3; guitarras portuguesas. Após estarem mais seguros do que estavam a tocar, o professor decidiu juntar os três naipes.
16h45-17h Intervalo	
17h05	Com a chegada dos restantes alunos, estes começaram por afinar os seus instrumentos. Os alunos de bandolim leram a sua parte bastante depressa e, por isso, conseguiram juntar-se logo. A aluna de harpa estava com mais dificuldades, por isso o professor achou melhor simplificar um pouco a partitura da aluna e escreveu uma linha especialmente para ela.
17h11	Junção de todos os instrumentos, mas para tocar apenas os primeiros quatro compassos.
17h37	Posteriormente, o professor pediu que comesçassem a ler a segunda parte da peça e esteve a ajudar os alunos a escrever as digitações. Esta segunda parte ficou como trabalho de casa para a aula seguinte.
18h30	Fim da aula.

Semana 5

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula: n.º 9 e 10	Data: 13/01/2025
16h00				Início da aula. Cada aluno afinou o seu instrumento.
16h20				<p><i>Belle qui tiens ma vie:</i></p> <p>1.º - revisão da parte da guitarra portuguesa; 2.º - revisão da parte da guitarra 3; 3.º - revisão da parte da guitarra 4.</p> <p>Após essa revisão, o professor pediu que tocassem em conjunto e apontou para a questão das dinâmicas, uma vez que os alunos estavam a tocar sem qualquer intenção musical.</p>
16h45-17h Intervalo				
17h10				Afinação dos bandolins, da harpa e das restantes guitarras.
17h15				<p>Tocaram todos em conjunto – bandolins, guitarras portuguesas, guitarras e harpa.</p> <p>Ainda havia questões a melhorar, mas ficariam para trabalhar na próxima aula.</p>
18h05				<p>De seguida, o professor entregou uma peça nova - <i>Piratas das Caraíbas</i>. Esta peça seria para depois tocar com outro ensemble e, por isso, já tinha um nível de dificuldade um pouco mais elevado.</p> <p>Começaram por ler cada parte individualmente, mas apenas a primeira secção. Depois, o professor tentou juntar, mas ainda havia bastantes dificuldades e, por isso, definiu o que ia ser para trabalhar para a próxima aula.</p>

18h30	Final da aula.
--------------	----------------

Semana 7

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula: n.º 11 e 12	Data: 27/01/2025
16h00				Afinação dos instrumentos.
16h10				<p><i>Piratas das Caraíbas</i> – revisão da 1.ª secção:</p> <p>1.º – guitarras– o professor trabalhou com os alunos as partes que ainda não estavam tão bem.</p> <p>2.º - junção com as guitarras portuguesas; como os alunos de guitarra portuguesa também ainda tinham algumas dúvidas, o professor reviu com eles a sua parte.</p> <p>De seguida, tentou, novamente, juntar os dois naipes.</p>
16h45-17h Intervalo				
17h10				Afinação dos bandolins, da harpa e das restantes guitarras.
17h15				<p>Os alunos de bandolim conseguiram juntar-se logo.</p> <p>A aluna de harpa estava com mais dificuldades, por isso o professor achou melhor simplificar um pouco a partitura da aluna e escreveu uma linha especialmente para ela.</p>
18h05				Seguidamente, o professor pediu que os alunos lessem um pouco da 2.ª secção. Esclareceu as dúvidas que havia e definiu

	<p>que iriam trabalhar essa secção na próxima aula.</p> <p>Para além disso, o professor informou os alunos de que na próxima aula, também iria fazer uma pequena prova individual, na qual iria avaliar a 1.ª secção do <i>Pirata das Caraíbas</i> e da <i>Belle qui tiens ma vie</i>.</p>
18h30	Final da aula.

Semana 8

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula: n.º 13 e 14	Data: 03/02/2025
16h00				Afinação dos instrumentos.
16h20				Como tinha sido referido na aula anterior, o professor começou por fazer uma pequena avaliação individual aos alunos de guitarra e de guitarra portuguesa.
16h31				De seguida, o professor fez alguns comentários relativamente ao estudo dos alunos. Depois, pediu que tocassem a 2.ª secção dos <i>Piratas</i> , uma vez que tinha sido o trabalho de casa. Alguns alunos não tinham estudado muito e, por isso, o professor ainda esteve a trabalhar algumas partes individualmente.
16h45-17h Intervalo				
17h10				Afinação dos bandolins, da harpa e das restantes guitarras.

17h15	<p><i>Belle qui tiens ma vie:</i></p> <p>1.º - revisão da parte dos bandolins; 2.º - revisão da parte das guitarras portuguesas; 3.º - revisão da parte da guitarra 3; 4.º - revisão da parte da guitarra 4.</p> <p>Após essa revisão, o professor pediu que tocassem em conjunto e apontou para a questão das dinâmicas, uma vez que os alunos estavam a tocar sem qualquer intenção musical.</p> <p><i>Piratas dos Caraíbas:</i></p> <p>1.º - reviu com os alunos de bandolim a sua parte; posteriormente, pediu que tocassem todos e esteve a trabalhar, maioritariamente, a musicalidade da obra.</p>
18h30	Final da aula.

Semana 9

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula: n.º 15 e 16	Data: 10/02/2025
16h00	Afinação dos instrumentos.			
	Os alunos iam ter audição na semana seguinte e por isso, o professor aproveitou para trabalhar, essencialmente, as obras que iam tocar na audição (<i>Pirata das Caraíbas</i> e <i>Belle qui tiens ma vie</i>)			
16h31	<p><i>Pirata das Caraíbas:</i></p> <p>1.º - revisão da parte das guitarras portuguesas; 2.º - revisão da parte das guitarras; 3.º - junção das duas.</p>			

	O professor voltou a referir que tinham de estar mais concentrados de modo que não falhassem notas e tocassem juntos.
16h45-17h Intervalo	
17h10	<i>Belle qui tiens ma vie:</i> Começaram por tocar a peça toda. Depois, o professor sugeriu que os bandolins podiam fazer tremolo sempre que o motivo da peça fosse repetido.
17h46	Como tinha referido na primeira parte da aula, voltou a pedir para tocarem o <i>Piratas das Caraíbas</i> . Voltou a referir para não acelerarem, uma vez que depois não conseguiam tocar algumas passagens. Trabalhou, igualmente, a parte das dinâmicas uma vez que os alunos não estavam a fazer qualquer tipo de dinâmicas, apesar de estarem escritas na partitura.
18h15	Como os alunos iam ter audição na semana seguinte, aproveitaram para praticar a entrada em palco e tocar as duas peças de início ao fim, como se estivessem na audição.
18h30	Final da aula.

Semana 10

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula: n.º 17 e 18	Data: 17/02/2025
16h00	Afinação dos instrumentos.			
	Preparação para a audição: <i>Belle qui tiens ma vie</i> <i>Piratas das caraíbas</i>			

16h10	O professor não queria que os alunos ficassem muito cansados antes da audição, por isso, na primeira parte da aula, reviu apenas pontos em que estavam menos seguros.
16h45-17h Intervalo	
17h10	Quando se juntaram os outros alunos, o professor seguiu a mesma abordagem da primeira parte da aula e trabalhou, apenas, secções menos seguras.
18h15	Os alunos fizeram um pequeno intervalo e depois o professor disse que iam simular outra vez a audição. Como a disposição da sala já estava pronta para a audição, os alunos ensaiaram a entrada e saída em “palco” e tocaram as duas peças.
18h30	Final da aula.

Semana 11 – Aula lecionada

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula: n.º 17 e 18	Data: 17/02/2025
<p>No início da aula, apresentei a peça que íamos trabalhar naquela aula. Por ser uma peça nova, considerei que fosse importante para os alunos ouvirem primeiro a peça, enquanto seguiam pela partitura as suas respetivas partes.</p> <p>De seguida, perguntei aos alunos se já tinham afinado os instrumentos e dei-lhes 5 min para afinar antes de começarmos o trabalho. Aproveitei o facto de a aula se encontrar dividida em dois blocos, ou seja, no primeiro bloco só estão os alunos de guitarra portuguesa e guitarra e no segundo bloco juntam-se os alunos de bandolim e harpa. Desse modo realizei uma leitura com os respetivos naipes. Antes de começar a leitura, dividi a peça por secções, de modo a realizar um trabalho mais eficaz. Nesta aula só estava um aluno de guitarra portuguesa, o qual conseguiu ler com facilidade e rapidamente a sua parte. Depois disso, passei para as guitarras, as quais tinham alguma dificuldade de leitura melódica e rítmica e, por isso, precisaram de mais algum</p>				

tempo para assimilar a sua parte. Depois de termos chegado ao fim da primeira secção, pedi ao aluno de guitarra portuguesa que tocasse em conjunto com os restantes colegas. Com esta junção surgiram algumas confusões rítmicas e de notas, mas conseguimos resolver. Quando esta parte já estava mais segura, comecei a trabalhar com os alunos a parte musical. Comecei por fazer perguntas do género “quem toca a melodia?”, “quem toca o acompanhamento?”, entre outras. Depois de falarmos sobre isso, os alunos conseguiram quase instintivamente fazer as respetivas dinâmicas.

Na segunda parte da aula, chegaram os restantes alunos de bandolim, harpa e guitarra. Os alunos de bandolim tinham bastante facilidade de leitura. No caso das alunas de harpa e guitarra, teve de ser escrita uma parte especialmente para elas, uma vez que ainda estavam a tocar há pouco tempo e, por isso, tinham algumas dificuldades. De seguida, trabalhei com os alunos a secção que já tinha visto anteriormente com o primeiro grupo e voltei a fazer as mesmas perguntas em relação à melodia, acompanhamento, dinâmicas, etc. Como já tinha observado em aulas anteriores, os alunos têm muita tendência para começar a acelerar quando já têm passagens mais seguras e, por isso, trabalhei essa primeira secção muito lenta e pedi a um aluno de cada naipe que desse a entrada e que tentassem tocar juntos. Depois disso, pedi ainda que tocassem aos pares (entre instrumentos diferentes) de modo que lhes fosse mais fácil perceber o andamento da peça.

No final da aula, falámos das partes que tinham de trabalhar em casa e ficou definido que para a próxima aula teriam de trazer a segunda secção lida.

No geral, os objetivos principais da aula foram alcançados, apesar de algumas dificuldades de leitura de alguns alunos. Foi uma aula com um balanço positivo e os alunos demonstraram-se empenhados e motivados ao longo da aula.

Semana 13

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula: n.º 21 e 22	Data: 10/03/2025
16h00		Afinação dos instrumentos.		
16h10		<i>The Black Cat:</i> Continuação do trabalho da aula passada: 1.º - revisão da parte da guitarra;		

	2.º - leitura da parte do bandolim (este aluno não tinha vindo na aula passada e veio mais cedo, por isso aproveitou para ler a sua parte).
16h45-17h Intervalo	
17h10	<i>The Black Cat:</i> Leitura da 2.ª parte: 1.º - leitura da parte das guitarras; 2.º - leitura da parte do bandolim; 3.º - leitura da parte das guitarras portuguesas. O professor pediu aos alunos que tocassem todos juntos a 2.ª secção e destacou que tocos tinham a mesma melodia em momentos diferentes e que, por isso, quando não tivessem essa melodia tinham de tocar mais piano para que a melodia fosse destacada.
17h30	Os alunos fizeram um pequeno intervalo.
17h45	O professor pediu que tocassem a peça de início ao fim. Apesar de ainda haver algumas dúvidas de notas, o professor tentou trabalhar a questão musical, pedindo aos alunos que fizessem mais piano ou mais forte e que destacassem certas notas.
18h30	Final da aula.

Semana 14

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula:	Data: 17/03/2025
Concurso Interno do Conservatório.				

Semana 15 – Aula lecionada

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula: n.º 29 e 30	Data: 24/02/2025
<p>Iniciei a aula com a apresentação da peça que íamos trabalhar naquela aula. De seguida, pedi aos alunos para afinar e, novamente, aproveitei o facto de a aula se encontrar dividida em dois blocos para realizar uma leitura com os respetivos naipes. Como tinha sido pedido na aula anterior, os alunos deveriam ter lido a 2.ª secção em casa, mas tal não aconteceu e, por isso, tivemos de usar mais tempo de aula para a leitura e alterar algumas digitações. Nesta aula já estava o outro aluno de guitarra portuguesa, mas como não tinha estudado em casa acabou por ter algumas dificuldades em acompanhar a aula e, então, pedi ao colega dele que trabalhasse durante 10 min. só eles. Enquanto isso, alguns alunos de guitarra ainda tinham bastantes dificuldades de leitura e não sabiam as posições de algumas notas, o que acabou por tornar o processo inicial de leitura, mas demorado. No entanto, num andamento bastante lento, os alunos foram capazes de tocar a primeira parte da segunda secção. De seguida, foi seguida a mesma abordagem para o resto da peça. Na segunda parte da aula, chegaram os restantes alunos de bandolim, harpa e guitarra. Como os alunos de bandolim tinham bastante facilidade de leitura, foi fácil juntarem-se aos colegas. No caso das alunas de harpa e guitarra, apesar de ter sido escrita uma parte especialmente para elas, a qual era mais fácil e permitia-lhes tocar com os colegas, elas não estudaram muito e estavam com algumas dificuldades. De seguida, trabalhei com os alunos a secção que já tinha visto anteriormente com o primeiro grupo e voltei a fazer as mesmas perguntas em relação à melodia, acompanhamento, dinâmicas, etc. Como já tinha observado em aulas anteriores, os alunos têm muita tendência para começar a acelerar quando já têm passagens mais seguras, e, por isso, trabalhei essa primeira secção muito lenta e pedi a um aluno de cada naipe que desse a entrada e que tentassem tocar juntos.</p> <p>No final da aula, falámos das partes que tinham de trabalhar em casa e ficou definido que para a próxima aula teriam de trazer a peça toda lida sem notas erradas.</p> <p>No geral, os objetivos principais da aula foram alcançados, apesar de algumas dificuldades de leitura de alguns alunos. Foi uma aula com um balanço positivo e os alunos demonstraram-se empenhados e motivados ao longo da aula.</p>				

Semana 16 – Aula lecionada e supervisionada

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula: n.º 31 e 32	Data: 19/05/2025
<p>Iniciei a aula com a apresentação da peça que íamos trabalhar naquela aula e informei, novamente, os alunos de que a aula seria gravada, mas que ia ser uma aula como as outras.</p> <p>De seguida, pedi aos alunos para afinar e, como a aula iria ser gravada, tal só aconteceu no 2.º bloco, de modo que estivessem todos os alunos presentes.</p> <p>Comecei por perguntar aos alunos se tinham dúvidas, especialmente às alunas de guitarra e harpa. Apesar de não terem estudado em casa como tinha sido pedido, e estarem com vergonha de tocar na aula, trabalhei individualmente com elas as suas respetivas partes. De seguida, comecei a trabalhar com todos. Alguns alunos ainda tinham dúvidas em algumas digitações, bem como em algumas notas. Ao longo da peça fui corrigindo essas partes. Trabalhámos também a questão das dinâmicas e tentei que os alunos exagerassem, de modo que percebessem a intenção musical. Como já acontecia noutras aulas, os alunos, uma vez que já estavam mais confortáveis ao nível de leitura, estavam sempre a querer tocar mais depressa do que aquilo que lhes pedia e, por isso, tive de os chamar a atenção muitas vezes sobre esse ponto.</p> <p>No final da aula, falámos das partes que tinham de trabalhar em casa e ficou definido que para a próxima aula teriam de trazer a peça com mais segurança e com mais consciência daquilo que tínhamos trabalhado na aula.</p> <p>No geral, os objetivos principais da aula foram alcançados, apesar de algumas dificuldades de leitura de alguns alunos. Foi uma aula com um balanço positivo e os alunos demonstraram-se empenhados e motivados ao longo da aula. O único ponto menos positivo foi o facto de os alunos, durante grande parte da aula, não estarem totalmente à vontade, o que penso que terá acontecido pelo nervosismo da aula estar a ser gravada.</p>				

Semana 17 – Aula lecionada e supervisionada

Professor Cooperante: Augusto Pacheco	Grau: 2.º ciclo e iniciação	Disciplina: Classe de Conjunto	Aula: n.º 33 e 34	Data: 05/05/2025
<p>Iniciei a aula com a apresentação a peça que íamos trabalhar naquela aula e informei, novamente, os alunos de que a aula seria gravada, mas que ia ser uma aula como as outras.</p> <p>De seguida, uma vez que os alunos iam ter audição na semana seguinte, e tendo em conta que era a primeira aula desde as férias da Páscoa, na planificação prévia, o professor cooperante concordou que seria melhor fazer uma revisão das peças que tinham estado a trabalhar até então.</p> <p>Desse modo, comecei por informar os alunos de que iríamos rever a peça <i>Pirata das Caraíbas</i>. Depois de estarem todos afinados, pedi que tocassem todos juntos. No entanto, como já estavam a acontecer alguns enganos, optei por rever por naipes. Comecei pelas guitarras portuguesas e juntamente com as guitarras e depois só guitarras, uma vez que eram o naipe que estava com mais dificuldades. Ao longo das secções da peça, as guitarras foram o naipe com quem foi preciso mais trabalho de leitura. Os bandolins tinham sempre a sua parte bastante segura. Por vezes, havia algumas dúvidas nas entradas, mas conseguimos trabalhar essas partes. Na secção final, pedi que repetissem os compassos finais, porque havia alguma confusão nas entradas. Para terminar o trabalho desta peça, tinha como objetivo que tocassem de início ao fim, mas tivemos algumas paragens pelo meio.</p> <p>Para terminar a aula, fizemos uma pequena revisão da peça <i>The Black Cat</i>, na qual não havia muitas dúvidas, uma vez que tinha estado a ler com as guitarras e com as guitarras portuguesas na hora anterior. No entanto, ainda houve algumas paragens e alguma necessidade de leitura por naipes, principalmente no naipe das guitarras. Depois de trabalhar as duas secções pedi que tocassem de início ao fim e que não se esquecessem das dinâmicas. Como os alunos têm tendência para começar a acelerar, tive de chamar a atenção algumas vezes para manterem o tempo.</p> <p>De modo geral, os objetivos principais da aula foram alcançados, apesar de algumas dificuldades de leitura de alguns alunos. Foi uma aula com um</p>				

balanço positivo e os alunos demonstraram-se empenhados e motivados ao longo da aula.

Anexo 4 - Questionário

A Distonia Focal

No âmbito do Mestrado em Ensino da Música, área de especialização em Instrumento na Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo, estou a realizar um estudo sobre o conhecimento da distonia focal no ensino superior. Este questionário dirige-se aos alunos de instrumento e canto.

Gostaria de solicitar a tua colaboração no preenchimento deste breve questionário até dia 25 de abril. O seu preenchimento terá uma duração de cerca de 5 minutos. A tua participação será voluntária, anónima e confidencial.

Agradeço, desde já, a tua participação, a qual será essencial para o sucesso deste estudo.

Inês Fernandes
Mestrado em Ensino da Música, área de especialização em Instrumento
Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo
ines.nandes14@gmail.com

*** Indica uma pergunta obrigatória**

1. *

Marcar tudo o que for aplicável.

Declaro ter lido e compreendido as informações acima prestadas. Deste modo, aceito participar neste estudo e permito a utilização dos dados que de forma voluntária forneço, confiando que apenas serão utilizados para esta investigação, e na garantia de confidencialidade e anonimato que me é dada pela investigadora.

Dados Pessoais e Profissionais

2. Idade *

3. Instituição de ensino onde estuda *

Marcar apenas uma oval.

- Universidade do Minho - Escola de Letras, Artes e Ciências Humanas
- Instituto Politécnico do Porto - Escola Superior de Música e Artes do Espetáculo
- Universidade de Aveiro - Departamento de Comunicação e Arte
- Instituto Politécnico de Castelo Branco - Escola Superior de Artes Aplicadas
- Instituto Politécnico de Lisboa - Escola Superior de Música de Lisboa
- Universidade de Évora - Escola de Artes

4. Habilitações Académicas *

Marcar apenas uma oval.

- Secundário
- Licenciatura
- Mestrado
- Outra

5. Nome do curso que está a frequentar *

Marcar apenas uma oval.

- Licenciatura - variante canto
- Licenciatura - variante instrumento
- Mestrado em Ensino da Música
- Mestrado em Interpretação Artística

6. Instrumento *

Marcar apenas uma oval.

- Acordeão
- Bandolim
- Clarinete
- Contrabaixo
- Eufónio
- Fagote
- Flauta Transversal
- Guitarra
- Oboé
- Orgão
- Percussão
- Piano
- Saxofone
- Trombone
- Trompa
- Trompete
- Tuba
- Viola Arco
- Violino
- Violoncelo
- outro

7. Ano curricular em que se encontra *

Marcar apenas uma oval.

- Licenciatura - 1º ano
- Licenciatura - 2º ano
- Licenciatura - 3º ano
- Mestrado - 1º ano
- Mestrado 2º ano
- Outra

Conhecimento Geral sobre Distonia Focal

8. **O que é a Distonia Focal?** *

Marcar apenas uma oval.

- Uma condição psicológica
- Uma desordem neurológica que afeta o controle motor fino
- Uma lesão muscular causada por esforço repetitivo
- Não sei *Avançar para a pergunta 15*

9. **Quais são os principais sintomas da distonia focal?** *

Marcar apenas uma oval.

- Dor constante nas articulações
- Perda de controle involuntário sobre movimentos específicos
- Fadiga generalizada
- Não sei

10. **A distonia pode ser prevenida com técnicas adequadas de estudo? ***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não
 Não sei

11. **Na tua opinião, quais os instrumentos que têm maior probabilidade de levar ao desenvolvimento de distonia?**

Marcar apenas uma oval.

- Cordas
 Sopros
 Piano
 Percussão
 Todos os instrumentos
 Não sei

Experiência e Práticas

12. **Se já ouviste falar sobre distonia focal, qual foi a fonte de informação? ***

Marcar apenas uma oval.

- Professores
 Colegas
 Profissionais de Saúde
 Livros/Artigos
 Nunca ouvi falar
 Outra: _____

13. **Alguma vez tiveste sinais de distonia focal? ***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não *Avançar para a pergunta 15*
- Não sei *Avançar para a pergunta 15*

14. **Descreve resumidamente a tua experiência.**

Experiências e Práticas

15. **Conheces/conheceste algum colega/professor com distonia focal? ***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não
- Não sei

16. **Durante as aulas de instrumento, recibes instruções sobre ergonomia e/ou postura correta?**

Marcar apenas uma oval.

- Frequentemente
 Ocasionalmente
 Raramente
 Nunca

17. **Antes de tocar, tens o hábito de aquecer sem utilizares o instrumento? ***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não
 Às vezes

18. **Já participaste em palestras, workshops ou disciplinas relacionadas com a saúde dos músicos?**

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não
 Gostava de participar

Ensino e Recursos Disponíveis

19. **Na tua instituição de ensino, existe alguma unidade curricular (obrigatória ou opcional)/atividade dedicada à saúde dos músicos?**

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não *Avançar para a pergunta 21*
 Não sei *Avançar para a pergunta 21*

20. **Qual o nome da unidade curricular/atividade?**

Ensino e Recursos Disponíveis

21. **Pensas que seria útil a existência dessa Unidade Curricular/atividade? ***

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não
 Não sei

Ensino e Recursos Disponíveis

22. **A tua instituição de ensino organiza workshops/formações com especialistas no âmbito da prevenção de lesões relacionadas com a prática instrumental?**

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não
 Não sei

23. **Na tua instituição de ensino, existe algum gabinete de apoio que te forneça informações sobre especialistas que te possam ajudar a recuperar de lesões relacionadas com a prática instrumental?**

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não
 Não sei

24. **Na tua opinião, a saúde dos músicos é tratada com a devida importância no meio académico?**

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não
 Não sei

25. **Que informação gostarias de acrescentar sobre este tema?**

Por favor, clica em "Enviar" para submeter o questionário.

Obrigada pela tua colaboração neste trabalho de investigação que será um contributo imprescindível para o sucesso do mesmo.

Inês Fernandes

Anexo 5 - Entrevista

Entrevistado A

1. Informações Gerais

1.1 Poderias contar um pouco sobre o teu percurso musical, incluindo a tua formação e experiência profissional?

Iniciei os meus estudos musicais em trompete com 12 anos na banda filarmónica da minha terra, Vilela, seguindo os estudos na Artave, no ensino superior, na ESML, e terminando com mestrado em ensino pela U. do Minho. Neste momento leciono as disciplinas de trompete e orquestra no C. de Música de Famalicão, ArtEduca, e na Acd. De Música da SF Vizelense.

1.1. Que instrumento tocas e há quanto tempo?

Toco trompete desde os 12 anos.

1.2. Percebeste alguma relação entre a tua rotina de estudo/prática e o desenvolvimento dos sintomas?

No início, quando senti pela 1ª vez dificuldades/problemas musculares, associei/pensei que seria apenas esforço muscular acumulado, uma vez que vinha de um momento de grande atividade e concurso (prémio jovens músicos).

2. Sintomas e Diagnóstico

2.1. Quando é que começaste a perceber os primeiros sinais de distonia focal?

A 1ª vez que senti problemas musculares, ainda estava na Artave, com 16 anos. No entanto, como parei de tocar cerca de 3 dias, o problema resolveu, daí ter pensado que fosse esforço muscular acumulado. Mas tarde, já no 2º ano do ensino superior (ESML), voltei a sentir esse desconforto muscular, uma espécie de atrofia muscular. Mais uns dias parado e resolveu-se. No 3º ano do ensino superior, esse desconforto muscular era mais permanente e comecei a sentir alguns movimentos musculares estranhos que não conseguia controlar, simplesmente aconteciam. Apesar de ser desconfortável, e de me deixar inseguro, ainda era fugaz, sendo possível ainda tocar de forma quase “natural”.

2.2. Quais foram os sintomas iniciais e como afetaram a tua execução musical?

No início era um atrofio muscular. Sentia os lábios muito tensos. Mais tarde, sentindo os tais movimentos estranhos, aqui sim, era mais complicado porque a embocadura desformava-se e perdia vibração, som, articulação, flexibilidade, registo e resistência. No fundo, era como se perdesse as capacidades/competências que tinha adquirido.

2.3. Quando tiveste os primeiros sintomas, já sabias o que era a distonia focal?

Nos 1º sintomas não sabia o que era distonia e demorei alguns anos para saber o que era isto que sentia e estava a acontecer. Os professores com quem trabalhava na altura também não sabiam. Falam em esforço acumulado, ansiedade, etc. Mais tarde percebi o que poderia ter em pesquisas na net, em blogs de músicos com problemas de embocadura. Comecei a perceber que algumas coisas que relatavam era o mesmo que eu estava a sentir.

2.4. Quanto tempo demorou para obter um diagnóstico correto? Encontraste dificuldades nesse processo? 2.5. Que profissionais de saúde consultaste e que exames foram realizados?

Após essas pesquisas consultei um neurologista. Realizei teste da agulha, uma ressonância e um TAC para perceber e haveria uma lesão. Não foi detetado nada. Depois com trompete, mostrando os movimentos involuntários que aconteciam chegamos ao diagnóstico que era distonia focal da embocadura.

2.6. Na tua instituição de ensino, tiveste alguma Unidade Curricular/atividade que abordasse problemas relacionados com a saúde nos músicos, incluindo a distonia focal?

Não.

2.7. Na tua instituição de ensino, tiveste algum tipo de apoio que te encaminhasse para um especialista?

Não.

***Pergunta opcional: Como te sentiste ao receber o diagnóstico?**

Quando recebi o diagnóstico foi um misto de emoções. Por um lado, algum alívio porque finalmente soube e percebi que o que eu tinha/tenho tinha um nome e era algo verdadeiro e não “coisas da minha cabeça” como ouvi muitas vezes, ou que não estudava ou não respirava, ou não queria tocar... Por outro lado, foi uma tristeza enorme quando a médica me disse que a distonia era algo muito difícil de ultrapassar porque

não há um tratamento, um fármaco que seja eficaz e que o melhor seria eu procurar soluções com outros músicos porque a medicina não me poderia ajudar. Foi angustiante e senti-me perdido, frustrado, sem saber o que fazer porque as coisas iam piorando dia após dia. Parece que tudo tinha sido em vão. Sentia-me sem poder fazer nada. Quanto mais fazia e procurava mais se agravava.

3. Impacto na Carreira e na Prática Musical

3.1. De que modo a distonia afetou a tua rotina de estudos, ensaios e apresentações?

A distonia afetou tudo porque quanto mais tempo passava os movimentos involuntários eram mais frequentes pondo em causa a minha participação em projetos, concertos, tudo

3.2. Precisaste de adaptar a tua técnica ou modificar o teu repertório?

Sim. Fui à procura de “novas formas de tocar”. Estava mais focado na técnica para perceber o não funcionava ou o que despoletava os movimentos involuntários na embocadura. Também tive de adaptar o repertório, de forma a ter maior controlo e conforto.

3.3. Houve impacto na tua autoestima e bem-estar emocional?

Houve muito impacto na minha autoestima e saúde mental. A frustração era enorme. Era angustiante não conseguir fazer o que eu conseguia fazer muito bem sem perceber porquê. A nível emocional fui muito abaixo. Ao não conseguir parece que deixei de ser quem era. Era difícil e angustiante assistir a concertos, até mesmo ir às redes sociais porque via todos a fazerem tudo e eu cada vez mais a deixar de conseguir. Estava mais isolado, “escondia-me” mais, escondia o problema...

3.4. Consideras que a comunidade musical e académica está preparada para lidar com essa condição?

Claramente a comunidade musical e académica não está preparada para estes problemas. Atualmente já se ouve falar mais da saúde nas artes, nos músicos, mas ainda é tudo muito fugaz. As escolas foram feitas para formar artistas, músicos para provas, concursos e o esperado é que com o tempo a evolução aumente, o nível aumente e não o contrário. Ninguém está preparado para “aquilo que não resulta”, para problemas que não se entende ou pior, para problemas que não se veem.

***Pergunta opcional: Já pensaste em abandonar a carreira musical por causa da distonia?**

Sim, já pensei em abandonar a música várias vezes...

4. Tratamentos e Estratégias de Adaptação

4.1. Que tipos de tratamento ou terapia experimentaste? Houve algum que trouxe resultados positivos?

A nível de tratamento mental, tenho feito com alguma regularidade seções com psicólogo e também algumas vezes acupuntura. Com trompete, tenho trabalhado com a Doutora Ana Zão e com o trompetista Moisés Lorenzo Alonso. A este nível, as estratégias/o que mais tem resultado são exercícios em que o objetivo é retirar o foco nos lábios, esquecer a técnica para tentar reeducar o cérebro e os músculos.

4.2. Utilizas/Utilizaste estratégias alternativas para minimizar os sintomas durante a execução musical?

Sim, neste momento tenho de recorrer a estratégias, tanto em exercícios e recuperação e reeducação, assim como quando toco algo mais específico de repertório, etc. O objetivo é tentar enganar o cérebro para que não aconteçam os movimentos involuntários: estar a tocar e o foco é na TV; tocar e ler um livro ao mesmo tempo; soprar para o bocal imaginando que estou a tocar; cantar para o trompete com a embocadura formada; tocar e fazer movimentos com o corpo; tocar e o foco ser um ponto específico do meu corpo pensando apenas nisso. Este tipo de estratégias. Juntar várias estratégias.

4.3. Mudanças no estilo de vida, como atividade física ou técnicas de relaxamento, ajudaram na recuperação?

Sim, tentar mudar o estilo de vida ou a forma de pensar é muito importante. Tentar não pensar tanto no problema ajuda. Não estar constantemente a ler sobre distonia, por vezes também ajuda. “Dar menos importância ao trompete” ou tentar fazê-lo de uma forma mais relaxada.

5. Reflexões e Perspetivas

5.1. Como avalias o nível de conhecimento sobre a distonia focal entre músicos, profissionais da saúde e meio académico?

O conhecimento ainda é muito baixo.

5.2. Na tua opinião, o que poderia ser feito para melhorar o diagnóstico e o tratamento dessa condição?

Na minha opinião, seria importante as escolas, principalmente escolas profissionais e superiores, e orquestras investirem mais na questão da saúde dos músicos e mesmo os próprios músicos. Infelizmente quem falo disto e quem procura algo a este nível é simplesmente quem tem problemas. Ainda é assim. Deviria haver, durante a nossa formação, um acompanhamento mais regular de profissionais que nos ajudassem a perceber como o nosso corpo funciona, como a mente funciona e como é importante percebermos tudo isto. Penso que as escolas deveriam investir mais em formações, de forma a relembrar estes problemas para ajudar e dar mais ferramentas aos seus professores.

5.3. Que conselhos darias a músicos que estão a passar por experiências semelhantes?

Apesar da distonia ser algo muito complexo e difícil de resolver, há esperança. Há muitos músicos que deram a volta e hoje são ainda melhores músicos e tentam ajudar outros. Pode demorar muitos anos, mas será possível ultrapassar isto tudo. Pelo menos tento acreditar nisto. Não deixem a angústia e a frustração vencer. Procurem ajuda de profissionais, de músicos o mais rápido possível. Mudar o estilo de vida é muito importante. Dar valor a outras coisas, aprender outras coisas, ocupar a mente com coisas positivas. Fazer desporto. Não deixem que a mente domine negativamente.

Pergunta final aberta: Há algo mais que gostarias de partilhar sobre a tua experiência?

Devemos falar mais sobre estes problemas. No início, eu escondia, agora, quanto mais falo sobre o meu problema mais aliviado fico. É importante partilhar para que não nos julguem incorretamente e para dar a conhecer. Outros podem estar a passar pelo mesmo.

Entrevistado B

1. Informações Gerais

1.1. Poderias contar um pouco sobre o teu percurso musical, incluindo a tua formação e experiência profissional?

Comecei a tocar guitarra aos 11 anos, muito influenciado pelo rock e pelo jazz. Entrei na licenciatura em Música com especialização em Guitarra Clássica aos 19 anos. Durante os estudos, comecei a interessar-me também por música contemporânea e composição. Fiz masterclasses com guitarristas de renome e participei em concursos e recitais dentro e fora do país.

1.2. Que instrumento tocas e há quanto tempo?

Toco guitarra há 24 anos. A minha formação principal é em guitarra clássica, mas também toco guitarra elétrica, principalmente em contextos com jazz e experimental.

1.3. Percebeste alguma relação entre a tua rotina de estudo/prática e o desenvolvimento dos sintomas?

Sim. Na altura, estudava entre 6 a 8 horas por dia, de forma metódica e, olhando para trás, algo rígida. Repetia obsessivamente certas passagens difíceis, muitas vezes ignorando sinais de cansaço ou tensão muscular. Acho que essa rotina contribuiu diretamente para o aparecimento da distonia.

2. Sintomas e Diagnóstico

2.1. Quando é que começaste a perceber os primeiros sinais de distonia focal?

Foi no segundo ano da licenciatura, com 20 anos. Notei que os meus dedos médio e anelar da mão direita começavam a "enroscar" ou travar durante certos arpejos, especialmente quando tocava rápido.

2.2. Quais foram os sintomas iniciais e como afetaram a tua execução musical?

Os sintomas começaram com uma sensação de rigidez. Depois, percebi que os dedos não obedeciam em certos padrões, ou contraíam involuntariamente, ou falhavam o movimento completamente. Afetou imenso a minha confiança. Comecei a evitar peças mais técnicas, e isso afetou também o meu desempenho nas avaliações.

2.3. Quando tiveste os primeiros sintomas, já sabias o que era a distonia focal?

Não. Nunca tinha ouvido falar. Achei que era apenas tensão, falta de estudo, ou talvez uma tendinite ou algo parecido.

2.4. Quanto tempo demorou para obter um diagnóstico correto? Encontraste dificuldades nesse processo?

Demorei quase dois anos até conseguir um diagnóstico preciso. Consultei ortopedistas, fisioterapeutas, e até psicólogos, antes de ser encaminhado para um neurologista que conhecia a distonia focal em músicos.

2.5. Que profissionais de saúde consultaste e que exames foram realizados?

Consultei fisioterapeutas, neurologistas, e terapeutas ocupacionais. Fiz eletromiografias, ressonâncias e uma série de testes motores. O diagnóstico veio após observar o padrão involuntário dos movimentos durante a execução musical.

2.6. Na tua instituição de ensino, tiveste alguma Unidade Curricular/atividade que abordasse problemas relacionados com a saúde nos músicos, incluindo a distonia focal?

Não. Era um tema completamente ignorado.

2.7. Na tua instituição de ensino, tiveste algum tipo de apoio que te encaminhasse para um especialista?

Infelizmente não. Tive de procurar ajuda por minha conta, o que foi bastante frustrante. Só muito tempo depois é que um professor mencionou, vagamente, que conhecia um colega com algo semelhante.

***Pergunta opcional - Como te sentiste ao receber o diagnóstico?**

Senti um misto de alívio e desespero. Alívio por finalmente ter um nome para aquilo que me estava a acontecer, mas desespero por saber que não havia cura simples e que podia comprometer toda a minha carreira.

3. Impacto na Carreira e na Prática Musical

3.1. De que modo a distonia afetou a tua rotina de estudos, ensaios e apresentações?

Tive de cortar drasticamente o tempo de prática. Deixei de estudar certas peças e comecei a falhar atuações. Em muitos momentos, pensei que a minha carreira estava a terminar.

3.2. Precisaste de adaptar a tua técnica ou modificar o teu repertório?

Sim, totalmente. Comecei a escolher obras em que não utilizasse muito o anelar e que não fosse tecnicamente muito difícil. Também comecei a compor, adaptando a música à minha nova realidade.

3.3. Houve impacto na tua autoestima e bem-estar emocional?

Bastante. Sentia-me frustrado, envergonhado e inseguro. Evitava falar sobre o assunto, e até me afastei de colegas por algum tempo. Felizmente, com o tempo e apoio de alguns amigos e terapeutas, fui reencontrando o equilíbrio.

3.4. Consideras que a comunidade musical e académica está preparada para lidar com essa condição?

Ainda não. Há muito desconhecimento e estigma. Muitos professores ainda veem isso como “má técnica” ou fraqueza, quando é uma condição neurológica complexa.

***Pergunta opcional - Já pensaste em abandonar a carreira musical por causa da distonia?**

Sim, várias vezes. Mas acabei por redescobrir o meu caminho. Hoje ensino, componho e toco com mais liberdade, mesmo com limitações.

4. Tratamentos e Estratégias de Adaptação

4.1. Que tipos de tratamento ou terapia experimentaste? Houve algum que trouxe resultados positivos?

Fiz fisioterapia, terapia ocupacional, acupuntura, e algumas sessões com técnicas como o Alexander Technique. A terapia ocupacional foi a mais útil, pois trabalhámos diretamente com movimentos alternativos e reeducação motora.

4.2. Utilizas/Utilizaste estratégias alternativas para minimizar os sintomas durante a execução musical?

Sim, como tocar mais devagar, usar digitações diferentes, evitar padrões que desencadeiam a distonia, e até mudar a posição da mão para aliviar a tensão.

4.3. Mudanças no estilo de vida, como atividade física ou técnicas de relaxamento, ajudaram na recuperação?

Muito. Comecei a fazer yoga, alongamentos diários e meditação. Além disso, passei a dormir melhor e a respeitar mais os limites do meu corpo.

5. Reflexões e Perspetivas

5.1. Como avalias o nível de conhecimento sobre a distonia focal entre músicos, profissionais da saúde e meio académico?

Muito baixo. Muitos músicos não sabem o que é e poucos médicos sabem lidar com distonia em músicos. Há uma falta de diálogo entre as áreas.

5.2. Na tua opinião, o que poderia ser feito para melhorar o diagnóstico e o tratamento dessa condição?

Incluir a saúde do músico nos currículos, criar centros especializados e promover campanhas de sensibilização. Também seria essencial formar médicos com foco na medicina das artes.

5.3. Que conselhos darias a músicos que estão a passar por experiências semelhantes?

Não ignores os primeiros sinais. Procura ajuda especializada o quanto antes. E lembra-te de que a tua identidade como músico vai além da técnica. Há muitos caminhos para continuar a criar música.

***Pergunta final aberta - Há algo mais que gostarias de partilhar sobre a tua experiência?**

Sim. Apesar de tudo, a distonia obrigou-me a repensar o que é ser músico. Aprendi a escutar-me melhor, não só como instrumentista, mas como ser humano. Hoje, toco com mais intenção, com mais verdade. E isso, para mim, tem muito mais valor do que velocidade ou perfeição técnica.

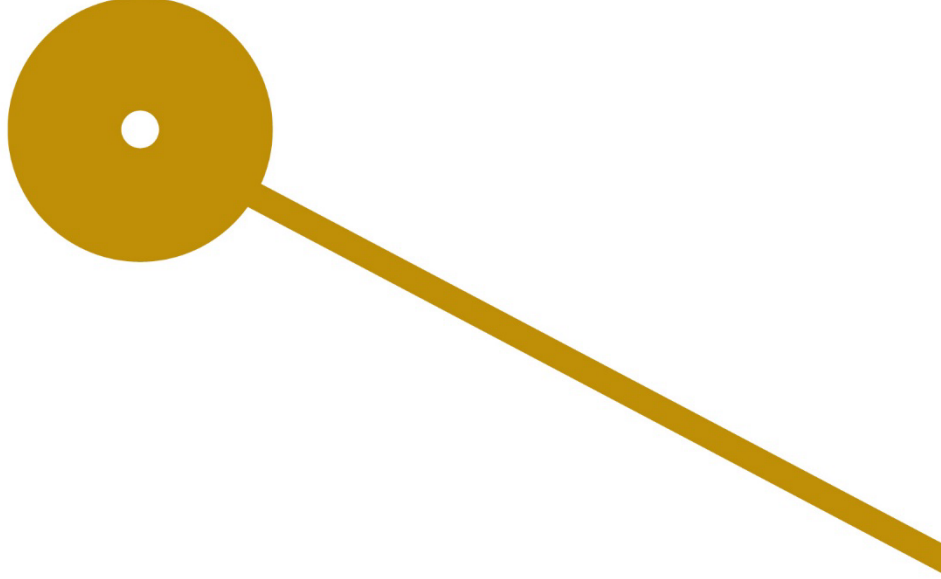
ESCOLA
SUPERIOR
DE MÚSICA
E ARTES
DO ESPETÁCULO
POLITÉCNICO
DO PORTO

ESCOLA
SUPERIOR
DE EDUCAÇÃO
POLITÉCNICO
DO PORTO

P.PORTO

M

MESTRADO
ENSINO DE MÚSICA
INSTRUMENTO - GUITARRA



Distonia Focal. O Conhecimento sobre a Distonia Focal no Ensino
Superior
Inês Gonçalves Fernandes