

PREVALÊNCIA DE DOR MUSCULOESQUELÉTICA EM MÚSICOS DE ACORDO COM AS CARACTERÍSTICAS DA PRÁTICA DOS INSTRUMENTOS E FATORES PSICOSSOCIAIS

GIOVANA PERGHER BOTTEGA¹; BRUNA RODRIGUES PEREIRA², GUSTAVO DIAS FERREIRA³, RAÚL COSTA D'ÁVILA⁴, LISIANE PIAZZA LUZA⁵; FRANCISCO XAVIER DE ARAUJO⁶

¹Universidade Federal de Pelotas – giovanabottega@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – brunarp2014.bp@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas - gustavo.ferreira@ufpel.edu.br

⁴Universidade Federal de Pelotas - costadavila@gmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas - lisiane_piazza@yahoo.com.br

⁶Universidade Federal de Pelotas – franciscoxaraujo@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A prevalência de dor musculoesquelética afeta a qualidade de vida e as atividades diárias dos estudantes de música, porém, o efeito de características específicas da prática com o instrumento na prevalência de dor é controverso na literatura. Este estudo teve como objetivo correlacionar as disfunções musculoesqueléticas com as características das práticas instrumentais, bem como os fatores psicossociais.

2. METODOLOGIA

Este é um estudo transversal com questionário online, aprovado pelo CEP sob número 6.191.196. Durante os meses de novembro de 2023 e maio de 2024, os dados foram coletados, via *google forms*, com os estudantes dos diversos cursos de música UFPEL. Para realizar o questionário, outros mundialmente conhecidos foram utilizados como base, como: Nordic Musculoskeletal Symptoms Questionnaire, Musculoskeletal Pain Intensity and Interference Questionnaire for Musicians (MPIQM), Orebro Questionnaire, Disabilities of the Arm, Shoulder, and Hand (DASH). O questionário final contou com 37 perguntas, divididas em 7 seções, contendo: Termo de Consentimento; Dados demográficos; Curso e dados da prática diária com o instrumento; Prática do exercício físico; Qualidade de Sono; Caracterização da dor e consequências; Caracterização dos fatores psicossociais.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quarenta e cinco dos 266 estudantes elegíveis responderam o questionário. A principal queixa de dor dos estudantes foi em mãos e punhos (48.88%; 55.55%; 44.44%) (amostra total/mulheres/homens), seguido de pescoço e ombros (26.66%; 22.22%; 29.62%). A prevalência de dor dos músicos ocorre durante a prática do

instrumento, persistindo após a sua realização. Praticantes de mais de um instrumento apresentaram intensidade de dor no pescoço maior do que os que tocam um instrumento apenas ($p=0.022$) e também tiveram uma interpretação de que a dor é um sinal para parar de tocar maior do que os demais praticantes ($p=0.036$). A maioria dos participantes relatou que a dor não afeta a realização de tarefas leves nem a qualidade do sono. Os estudantes apresentam níveis médios de estresse e ansiedade, mas não apresentaram altos níveis de sentimentos depressivos. Mesmo com a presença da dor, os estudantes seguem realizando sua prática e as suas atividades diárias.

Tabela 1. Dor relacionada ao tocar por região do corpo

	Pescoço (n=12)	Ombros (n=12)	Parte superior das costas (n=6)	Cotovelos (n=2)	Punhos/ Mãos (n=22)	Lombar (n=10)	Joelhos (n=4)	Tornozelo/ Pés (n=4)
N (%)								
A dor é provocada ao começar a tocar?								
Sim	7 (58.33)	10 (83.33)	4 (66.66)	1 (50.00)	20 (90.90)	6 (60.00)	-	2 (50.00)
Não	5 (41.66)	2 (16.67)	2 (33.33)	1 (50.00)	2 (9.09)	4 (40.00)	4 (100.00)	2 (50.00)
A dor persiste mesmo após parar de tocar?								
Sim	10 (83.33)	10 (83.33)	5 (83.33)	2 (100.00)	13 (59.09)	6 (60.00)	2 (50.00)	3 (75.00)
Não	2 (16.67)	2 (16.67)	1 (16.66)	-	9 (40.90)	4 (40.00)	2 (50.00)	1 (25.00)
Você continua tocando mesmo com dor?								
Sim.	11 (91.66)	11 (91.66)	6 (100.00)	1 (50.00)	18 (81.81)	9 (90.00)	4 (100.00)	4 (100.00)
Não	1 (8.33)	1 (8.33)	-	1 (50.00)	4 (18.18)	1 (10.00)	-	-
Na última semana, de 0 a 10, como resultado da dor, quão difícil foi para usar sua técnica usual de tocar da maneira que desejava?	2.66 ± 1.92	4.25 ± 2.80	4.16 ± 2.78	2.50 ± 3.53	3.40 ± 3.12	3.30 ± 2.26	1.75 ± 2.06	3.75 ± 2.98
Na última semana, de 0 a 10, como resultado da sua dor, você teve alguma dificuldade em praticar no mesmo período de tempo como usualmente?	3.08 ± 3.05	4.16 ± 3.43	3.16 ± 3.54	2.50 ± 3.53	3.13 ± 3.41	2.60 ± 2.11	1.75 ± 1.70	3.50 ± 2.80

Tabela 4. Características psicossociais relacionadas a atividades

	Mulheres (n=18)	Homens (n=27)	p**
	Média ± DP		
Eu consigo fazer trabalho leve por 1 hora ⁺	7.66 ± 3.28	7.88 ± 3.16	0,84
Eu consigo dormir à noite ⁺	7.00 ± 3.62	8.14 ± 3.33	0,20
Nível de ansiedade e estresse durante a semana ⁺	6.11 ± 2.16	5.14 ± 2.55	0,17
O quanto você se incomodou por estar se sentindo deprimido na última semana? ⁺	4.00 ± 3.51	3.74 ± 3.69	0,80
Na sua opinião, qual é o risco da sua dor atual se tornar persistente? ⁺	4.66 ± 4.42	5.11 ± 3.45	0,66
Nas suas estimativas, quais são as chances de você estar apto a retornar ao seu trabalho em três meses ⁺	9.38 ± 1.28	9.48 ± 1.36	0,54
Um aumento da dor é um sinal de que devo parar de fazer o que estou fazendo até que a dor desapareça ⁺	7.17 ± 3.64	7.18 ± 3.43	0,91
Eu não deveria ser capaz de realizar minhas atividades normais, inclusive o trabalho, com minha dor atual ⁺	2.83 ± 3.34	2.81 ± 3.55	0,95

+ 0 (Eu não consigo fazer por causa da minha dor) a 10 (Eu consigo fazer porque minha dor não me atrapalha)

* 0 (completamente calmo e relaxado) a 10 (estressado e ansioso como nunca se sentiu antes)

¢ 0 (nem um pouco) a 10 (extremamente)

£ 0 (sem risco) a 10 (risco muito alto)

¥ 0 (sem chance) a 10 (chance muito alta)

α 0 (discordo completamente) a 10 (concordo completamente)

** U-Mann Whitney Test

4. CONCLUSÃO

Concluimos que os músicos sofrem com dores musculoesqueléticas, todavia a dor não é um fator impeditivo para praticar sua técnica e em seu tempo habitual para tocar o instrumento.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Stanhope J, Pisaniello D, Weinstein P. What do musicians think caused their musculoskeletal symptoms?. International Journal of Occupational Safety and

Ergonomics. 2021 Apr 5; 28(3):1543-1551. doi: 10.1080/10803548.2021.1902673
Kok L, et al. A comparative study on the prevalence of musculoskeletal complaints among musicians and non-musicians. BMC

Musculoskeletal Disorders. 2013; 14(9). doi: 10.1186/1471-2474-14-9 Chan C, et al. Effect of a musicians' exercise intervention on performance-related musculoskeletal disorders. Medical problems of performing artists. 2014 Dec; 29(4): 181-8. doi:10.21091/mpa.2014.4038.