



MÚSICA E SAÚDE: PREVENÇÃO DE ALGIAS EM MUSICOS DA ORQUESTRA FILARMÔNICA UNICESUMAR

Larissa Santana¹; Ana Lúcia de Sá Yamazaki²

RESUMO: Quando estamos ouvindo o concerto de uma orquestra não se imagina o quanto cada músico trabalhou com dedicação e empenho para que a musica fosse transmitida com a melhor perfeição e conseqüentemente o quanto cada músculo de seu corpo foi exigido para que o espetáculo acontecesse. O alto grau de performance exigido, solicita muito do intérprete, dada a evolução e a técnica dos instrumentos, que, na tentativa de conseguir a perfeição exigida e o total domínio técnico, muitas vezes ultrapasse seu limite físico. Sendo assim esta pesquisa tem o propósito de avaliar a frequência de queixas dolorosas musculoesqueléticas em músicos da Orquestra Filarmônica Unicesumar. Consistirá também em propor um protocolo de exercícios fisioterapêuticos de alongamentos musculares envolvendo todo o corpo, antes e após os ensaios, na qual a pesquisadora visitara os ensaios regulares por um período de 40 dias para realização dos exercícios com o objetivo de prevenção e diminuição das queixas dolorosas. Aos músicos que se interessarem em participar será entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para a sua assinatura. Os músicos deverão responder o Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares (QNSO) que avaliará as queixas dolorosas nos últimos doze meses e nos últimos sete dias, assim como o afastamento das atividades habituais provocados por dor. Para mensurar a dor será utilizada a Escala Visual Analógica (EVA) que classificará a sensação dolorosa entre zero (nenhuma dor) e dez (dor intolerável). Para o tratamento dos dados e análise estatística será utilizado o programa software Excel da Microsoft, utilizando o teste Qui-quadrado com nível de significância de 5% ($p=0,05$). Espera-se com a pesquisa atingir resultados como a prevalência de sintomas musculoesquelética relacionado à atividade profissional tendo como regiões anatômicas mais atingidas pescoço, ombros, coluna cervical e dorsal, punho, mãos e dedos. Em relação aos exercícios fisioterapêuticos espera-se que estes possam diminuir de maneira significativa as lesões e os sintomas osteomusculares nos músicos, principalmente nas regiões de maior índice de lesões, possibilitando ao musico a execução de seu trabalho de forma correta e saudável.

PALAVRAS-CHAVE: fisioterapia; instrumentistas; lesões musculoesqueléticas; LER/DORT.

¹ Acadêmica do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Maringá – UNICESUMAR, Maringá – Paraná. Programa de Iniciação Científica da UniCesumar (PIC). larissinhahh_8.com@hotmail.com.

² Orientadora, Professora Mestre do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Maringá – UNICESUMAR. ana.yamazaki@unicesumar.edu.br