



---

## **Problemas ocupacionais na saúde de instrumentistas com ênfase na família dos metais**

*Sérgio de Figueiredo Rocha*  
UFSJ - [sergiorocha@ufsj.edu.br](mailto:sergiorocha@ufsj.edu.br)

A saúde do músico, quando comparada à saúde dos atletas, é algo que ainda necessita de muita investigação e aprofundamento, haja vista a produção no campo das ciências desportivas. Essa revisão propõe adentrar nas principais evidências sobre o assunto, trazendo contribuições em diversos campos da saúde do músico, sobretudo os instrumentistas de sopros/metals.

Segundo Okoshi et al (2017) há uma série de problemas que podem afetar os músicos. Podem-se citar as infecções causadas por microrganismos, reações alérgicas, bem como lesões mecânicas causadas por altas pressões sustentadas nas cavidades oral, mediastinal<sup>vii</sup>, torácica e abdominal. Segundo esses autores, particularmente, os instrumentos de sopro, se compartilhados, podem transmitir doenças respiratórias. Além desses, outros problemas de natureza não infecciosa também devem ser analisados, como é o caso dos distúrbios auditivos, problemas neuromusculares, problemas musculoesqueléticos e dermatite de contato. Para além dos problemas físicos, há a dimensão psíquica que envolve a rotina dos musicistas. Será dada uma atenção especial ao quadro da ansiedade de performance musical e à *Síndrome de Burnout*.

O principal objetivo desse trabalho foi realizar uma mini revisão sobre o tema. Para tanto foi utilizada a plataforma *Periódicos*. O termo da busca foi “*health problems in trombonists*” e “*health problems in musicians*”, busca em formato de artigos no idioma inglês, com artigos publicados no período de 1970 a 2020 e com periódicos revisados por pares.

Os problemas de saúde decorrentes da prática instrumental são variados e sua incidência depende, entre outros fatores, do nível de exposição e intensidade ao qual cada sujeito está exposto. Esses problemas podem ser divididos em duas grandes categorias: a) problemas físicos e b) problemas psíquicos.

Entre os problemas que compõem a primeira categoria, os desconfortos musculoesqueléticos são, de longe, os mais prevalentes (prevalência de cerca de 50% dos instrumentistas de sopro). Outros problemas, apesar de menos comuns, requerem um nível de monitoramento e atenção maior em relação à população em geral. Esse é o caso, por exemplo, das hérnias inguinais, sobretudo em homens. Ainda que outros problemas sejam considerados



---

raros, como o Hematoma do Cordão Espermático ou o Hematoma Espinal Epidural Espontâneo, a queixa de dores súbitas localizadas respectivamente na região pubiana e na região da coluna é especialmente indicativa de cuidados de urgência, sobretudo em musicistas da família dos sopros.

Outro problema que pode atingir os musicistas em geral é a perda auditiva por exposição excessiva a ruído/som de alta intensidade. Para tanto são necessárias as medidas de proteção e, além dessas, a inclusão de conteúdos da saúde do músico nos vários níveis de formação a fim de se criar uma cultura preventiva, principalmente entre os futuros educadores.

Em relação aos quadros que afetam o sistema nervoso, como a distonia focal (especialmente a distonia da embocadura) é recomendada uma atenção especializada que vise a detecção precoce de sintomas iniciais, bem como o trabalho de retreinamento adequado. Em relação à categoria “b” - problemas psíquicos - sabe-se que a Ansiedade de Performance Musical é um quadro bastante comum e preocupante. Portanto, da mesma forma, é recomendável que estratégias para que o ambiente de formação seja acolhedor e não gere nos musicistas, sobretudo os aprendizes, uma sensação de competição para toda e qualquer atividade. A prática que torne a experiência musical algo prazeroso e não exceda os limites psíquicos de cada um é o desafio tanto para os professores quanto para os alunos. A volúpia de se chegar à perfeição o quanto antes pode ser o caminho mais rápido para a ansiedade e problemas decorrentes da sobrecarga premeditada de esforço.

O ambiente de ensino-aprendizagem deve gerar segurança e condições para que esse processo se dê de forma protetiva e otimizada em relação ao aproveitamento do tempo e a todas as questões que envolvam o planejamento do treinamento.

Em relação ao ambiente profissional, sobretudo em instituições, seria ideal a participação continuada de profissionais que possam contribuir para uma melhor preparação tanto física quanto psíquica dos musicistas, a exemplo do que já ocorre no esporte de alto rendimento, bem como a detecção precoce de sinais e sintomas sugestivos de patologias de natureza ocupacional. Esse é o caso, por exemplo, dos profissionais de educação física, fisioterapeutas, psicólogos, entre outros. A participação desses profissionais, como dito, poderia gerar uma cultura preventiva no processo de treinamento dos musicistas, melhorando, em última instância, a eficiência dos mesmos (melhor rendimento com menos problemas de saúde).



---

A divulgação desses resultados permitirá o acesso a informações que facilitarão a implementação de estratégias preventivas e um melhor entendimento, do ponto de vista pedagógico, de um conhecimento mais amplo sobre o instrumento, suas práticas e atitudes protetivas contra os agravos à saúde inerentes à condição de musicista.

**Palavras-chave:** Instrumentos musicais; problemas ocupacionais em musicistas; saúde do músico.

### **Referências**

OKOSHI, K. et al. Musical instrument-associated health issues and their management. **Tohoku J. Exp. Med.**, v. 243, p. 49-56, 2017.