

Riesgos ocupacionales en músicos profesionales. Síndrome cervical

P. NAVIA¹, L.A. ARRÁEZ², P. ALVÁREZ³

¹Hospital Ramon y Cajal, Madrid, España.

²Universidad Complutense de Madrid, España.

³Universidad de Extremadura, Badajoz, España.

Resumen

Los músicos profesionales son susceptibles de padecer una amplia variedad de patologías discapacitantes debido a la complejidad neuromuscular de su actividad, que deben ser reconocidas y tratadas precozmente por el médico especialista para evitar su cronicidad. Se realizó un test de 23 preguntas que se distribuyó a los componentes de dos orquestas nacionales profesionales, con un diseño que permitía desglosar los resultados en tres partes: la primera, las preguntas destinadas a la identificación, tiempo y tipo de práctica musical; una serie de preguntas dirigidas a la percepción, reconocimiento y tratamiento del síndrome cervical; y, por último, las relacionadas con la prevención de riesgos ocupacionales. Los resultados se analizaron posteriormente mediante el método de Rasch.

Palabras clave: Síndrome cervical, riesgos ocupacionales, modelo de Rasch, músicos

Introducción

La complejidad neuromuscular y el alto nivel de maestría que exige la interpretación musical, hacen que los músicos sean susceptibles a una amplia variedad de problemas discapacitantes que pueden influir y repercutir seriamente en su profesión. A menudo estos problemas son el precio de muchas horas de práctica, competiciones estresantes y esfuerzo por la perfección. Influyen las posiciones incorrectas como son las posturas mantenidas en sedestación, con tono constante en la musculatura cervico-dorsal y la actitud en flexión anterior del tronco ⁽²⁾. Un gran número de estas patologías, transitorias en su inicio, pueden hacerse permanentes; de ello deriva la importancia de su reconocimiento y tratamiento precoz por el médico especialista ⁽³⁾.

El dolor cervical es un hecho tan antiguo que algunas de las técnicas de masaje de la columna ya fueron descritas por Hipócrates y Galeno, considerándose en la actualidad que, en Europa y

Norteamérica, en el curso del año, un tercio de la población adulta ⁽¹⁾ sufre esta experiencia siendo clínicamente relevante en un 13%, de los cuales el 50% presenta alguna limitación por este motivo ⁽⁴⁾.

Métodos

Hemos efectuado el trabajo gracias a la colaboración de dos orquestas profesionales y, aunque éramos conscientes de la dificultad que entrañaba esta elección (dificultades de ensayos, temporada musical, etc.), consideramos que los resultados pueden ser tenidos en cuenta como una muestra perfectamente extrapolable a otras formaciones musicales de las mismas características.

Con estas premisas, se ha elaborado el estudio considerando que puede servir de base en el conocimiento de una realidad, que permita actuar tanto en el terreno de la prevención como del tratamiento del síndrome cervical.

Se realizó un test de 23 preguntas que se distribuyó a los componentes de dos orquestas nacionales profesionales, con un diseño que permitía desglosar los resultados en tres partes: la primera, las preguntas destinadas a la identificación, tiempo y tipo de práctica musical; una serie de preguntas

Correspondencia:

E-mails autores por orden según el artículo:

navia@saludalia.com, arraezla@med.ucm.es,

palvarez@unex.es,

dirigidas a la percepción, reconocimiento y tratamiento del síndrome cervical; y, por último, las relacionadas con la prevención de riesgos ocupacionales. En el test se preguntó a los músicos su opinión sobre los factores relacionados con el síndrome cervical. Los resultados se analizaron posteriormente mediante el método de Rasch.

Resultados

Se validaron 48 encuestas con los siguientes resultados:

En primer lugar, la edad media de los músicos encuestados es de 32,7 años, con un tiempo medio de práctica del instrumento de 22,2 años de los cuales 11,6 años de media eran de ejercicio profesional. Los instrumentos practicados son en 28 casos cuerda frotada (16 violín, 2 viola, 7 cello y 3 contrabajo), 1 pianista, 3 percusionistas y 16 instrumentos de viento (4 oboe, 3 fagot, 3 trompa, 2 trompeta, 2 trombón y 2 clarinete).

En relación con la patología cervical, un 68,7% de los encuestados refiere haber padecido en alguna ocasión dolor cervical, siendo un 62,5% de ellos en el último año (en concreto, un 84,5% de los anteriores) y hasta un 27,1% refiere haber sufrido cervicalgia en la semana previa a la realización de la encuesta. En cuanto a otros síntomas relacionados con el síndrome cervical, un 43,7% de los encuestados refiere haber tenido hormigueos en miembros superiores y hasta un 39,6% ha referido en alguna ocasión pérdida de sensibilidad o fuerza en dichos miembros.

La percepción subjetiva personal gradúa el síndrome cervical en la mayoría de los casos, un 67,5%, como un problema leve, un 22,5% piensa que es moderado y hasta un 10% lo percibe como un problema grave. Durante el periodo que padecieron cervicalgia, un 9,1% dejó totalmente de practicar el instrumento, un 36,4% practicó menos de lo habitual y un 45,4% tocó, o tuvo que tocar, el mismo número de horas que habitualmente. No contestaron a la pregunta un 9,1% de los músicos. Llama la atención que aunque más del 30% percibieron su problema cervical como moderado o grave, casi la mitad siguieron practicando el instrumento como habitualmente.

Poco más de la mitad, un 57,6%, de los músicos con síntomas relacionados con patología cervical siguieron tratamiento, en su mayoría terapias combinadas que incluían principalmente rehabilitación (52,6%), fármacos (42,1%) y reposo (47,3%) prescritos por un médico. Un 21% reconoce haberse automedicado y un 26,3% optó

por medicinas alternativas. Tras los tratamientos realizados, un 84,2% reconoció mejorar pero un 73,7% ha padecido recidivas del mismo.

La mayoría de los músicos encuestados relacionan el síndrome cervical padecido con diversos factores combinados. Un 70,5% piensa que el estrés laboral influye en el padecimiento de esta patología y un 50% lo relaciona también con problemas técnico-musicales. Un 19% piensa que un lugar de trabajo poco adecuado influye en el problema y tan solo un 3,5% lo relaciona con un alto grado de preocupación económica.

En la serie de preguntas acerca de los factores relacionados con la prevención de riesgos ocupacionales, un 43,7% de los encuestados refiere haber padecido alguna enfermedad, que no problema, relacionado con la práctica musical. El 100% de ellos padeció síntomas que afectaran a la práctica del instrumento y también el 100% consultó en alguna ocasión a un médico por ello. En cuanto a la práctica de ejercicio físico por los músicos, tan sólo el 31,3% de ellos realiza ejercicio al menos 2 veces por semana. Un 10,4% lo realiza 1 vez a la semana, un 6,2% 1 ó 2 veces al mes y la mayoría, un 52,1%, tan solo lo hace ocasionalmente. Creemos en líneas generales, al ser considerada la profesión musical como de gran exigencia física, incluso en relación con el transporte de sus instrumentos, que contrasta el poco interés que suscita el mantenimiento de la forma física ya que sólo el 31% de ellos realiza ejercicios regulares al menos 2 veces en semana.

Los músicos encuestados tienen que cargar con el instrumento una media de 3,5 veces al día. Sólo el 29,2% de ellos cree tener un grado suficiente de conocimientos sobre prevención de riesgos ocupacionales. Un 98% cree en la necesidad de la existencia de profesionales sanitarios con conocimientos específicos en patologías derivadas de la práctica musical.

En el análisis mediante el modelo de Rasch, entre los factores más destacados del síndrome cervical por los propios músicos, el más frecuentemente señalado es la cervicalgia en el último año, que es por tanto el síntoma más predominante, por encima de los hormigueos y de la pérdida de sensibilidad o fuerza. El síntoma menos frecuente es el dolor cervical en la última semana.

Es muy destacable la posición que ocupa el estrés laboral, que los músicos sitúan, al relacionarlo con el síndrome cervical, en el segundo lugar tras el dolor cervical en el último año. Es fácil entender que sea el pago a muchas horas de práctica, ensayos, competiciones y actuaciones en el que el

nivel de angustia y el estrés son una constante. En cambio, encuentran menor relación con un lugar de trabajo inadecuado y con el grado de insatisfacción laboral. Se puede considerar despreciable la relación encontrada con la preocupación económica.

En cuanto a la relación de estos factores con el instrumento practicado, ya sea de cuerda, viento o percusión, no existe una relación clara con ninguno de ellos, como tampoco la hay con los años de práctica total o de manera profesional. Así, en los músicos con más factores relacionados con el síndrome cervical encontramos tanto instrumentistas de cuerda, como de viento o percusión, que llevan practicando de 17 y 32 años, y de 7 y 20 de forma profesional; entre los músicos con menores problemas cervicales encontramos perfiles muy similares. Tampoco un mayor número de veces de carga del instrumento al día se relaciona con más cervicalgia. Otro tanto podríamos decir de la edad o el sexo, que tampoco son factores determinantes en el padecimiento de síndrome cervical según nuestro estudio.

Conclusiones

1. Existe una prevalencia elevada de síndrome cervical en los músicos profesionales, especialmente del dolor cervical en el último año que es el síntoma más destacado por los propios músicos, así como del cortejo sintomático que lo acompaña, hormigueos, pérdida de sensibilidad o fuerza en miembros superiores.

2. Los músicos creen que su problema cervical tiene una naturaleza multifactorial, destacando ellos mismos entre sus causas un alto grado de estrés laboral, seguido de los problemas técnico-musicales. En cambio, los mismos músicos no creen destacable la relación entre el dolor cervical y un lugar de trabajo inadecuado o un grado de insatisfacción laboral, y mucho menos con un alto nivel de preocupación económica.

3. No existe una relación clara entre el síndrome cervical y la edad o el sexo, como tampoco la hay con los años de práctica musical o de profesión.

4. El tipo de instrumento practicado, de cuerda, viento o percusión, no es un factor determinante en el padecimiento de síndrome cervical, como tampoco lo es el número de veces de carga del instrumento al día.

5. La mayoría de los músicos buscan la ayuda de un médico y, aunque los tratamientos les mejoran, tienen a menudo recidivas. Esto hace que

recurran a terapias alternativas y que crean en la necesidad de que los profesionales sanitarios tengan mayores conocimientos en patologías derivadas de la práctica musical.

6. A pesar de la importante exigencia física de la práctica musical, pocos músicos realizan ejercicio físico y una elevada proporción de ellos no tiene conocimientos sobre prevención de riesgos laborales.

Bibliografía

1. **Lockwood AH.** Medical problems of musicians. *N.England J. Med.* 1989; 320:221-227.
2. **Mera A, Gracia J.** Enfermedades reumáticas extrarticulares. *Patología de partes blandas en músicos.* *Capt.*28; 271-279.
3. **Hoppmann RA, Patrone NA.** A review of musculoskeletal problems in instrumental musicians. *Semin. Arthritis Rheum.* 1989; 19: 117-126.
4. **Hoving JL, Koes BW, Vet HCW, et al.** *Annals of Internal Medicine* 2002; 136:758-759 y 713-722.