

Alterações funcionais e dor na região cervical e cintura escapular dos instrumentistas de flauta transversal

ZILIANE L.O. TEIXEIRA (Departamento de Comunicação e Arte, Un Aveiro)

(em colaboração com Filipa M. B. Lã, Anabela G. Silva, Nuno Loureiro)

A prática instrumental requer posturas na maior parte das vezes assimétricas. Estas poderão, a longo prazo, levar ao desenvolvimento de lesões músculo-esqueléticas e dor, que por sua vez, condicionará a qualidade do desempenho musical do instrumentista. Assim, a avaliação dos desvios posturais dos músicos é de extrema importância para um ensino otimizado do instrumento. Este estudo tem como objectivos: (i) comparar a postura da cabeça, postura da omoplata e força muscular entre flautistas e cantores; (ii) investigar a associação entre alterações posturais e presença e intensidade da dor.

Medidas da postura da cabeça e da omoplata foram comparadas entre flautistas com prática instrumental igual ou inferior a 10 anos (Grupo 1; n=10); flautistas com mais de 10 anos de prática instrumental (Grupo 2; n=10); e outros músicos que não requerem uma posição assimétrica no desempenho do seu instrumento (Grupo de controlo, constituído por cantores; n=10). A postura da omoplata foi caracterizada pela distância perpendicular entre o ângulo superior, a raiz da espinha e o ângulo inferior e a coluna vertebral. A assimetria postural foi calculada através da diferença entre as medidas relativas à omoplata direita e as medidas relativas à omoplata esquerda. A inclinação lateral, a anteriorização e a extensão da cabeça foram caracterizadas através de medidas angulares.

A força muscular dos rotadores externos e internos do ombro foi avaliada através de um dinamómetro isocínético. A localização e intensidade da dor foram avaliadas através de uma versão modificada do *Nordic Musculoskeletal Questionnaire*.

Uma análise preliminar dos resultados sugere que os flautistas apresentam uma tendência para uma postura escapular mais assimétrica, bem como, uma maior anteriorização da cabeça comparativamente ao grupo de controlo (i.e. cantores). O número de anos de prática instrumental não parece contribuir para uma maior assimetria postural ou para um aumento na prevalência e intensidade da dor.

ZILIANE TEIXEIRA, natural do Rio Grande do Sul, Brasil, iniciou seus estudos musicais aos 8 anos de idade. Em 2003 ingressou no curso de Licenciatura em Música, habilitação em Flauta Transversal na Universidade Federal de Santa Maria, Brasil, o qual concluiu em 2007 sob a orientação do professor Ms. João Batista Sartor. Tem aprofundado seus conhecimentos musicais participando de diversos Masterclass e Festivais Internacionais de Música, tendo aula com renomados professores do Chile, Estados Unidos, Itália, França, Turquia, Holanda e Brasil. Actualmente é mestranda em Música na Universidade de Aveiro, onde desenvolve pesquisa na área de Música e Medicina, sob a orientação da professora Dra. Filipa Lã. É docente de Flauta Transversal no Conservatório de Música e Artes do Dão.