

Qué es la distonía del músico

Es una afección de tipo neurológico que se manifiesta como la pérdida del control voluntario de alguno de los movimientos al tocar.

Así, en un momento determinado de su carrera, el músico no es capaz de reproducir de una forma natural, automática y eficiente alguno de los gestos técnicos propios de su actividad y que, hasta ese momento, ejecutaba sin dificultad alguna.



Este pianista no puede evitar que el anular y el índice se levanten.

Como se manifiesta

Aunque cada caso puede presentar unos síntomas o evolución singulares, podríamos definir una historia tipo: un músico que en los cursos finales de su carrera o ya en la etapa profesional, coincidiendo con una época de mayor actividad instrumental y/o estrés, percibe cierta dificultad al realizar un gesto técnico.

Curiosamente, esta dificultad no se suele mostrar, como mínimo inicialmente, en otros movimientos o cuando estos se realizan fuera del instrumento.

A parte del que pueda generar la propia tensión, no provoca ningún tipo de dolor.

Pronto el músico se da cuenta de que al practicar

el gesto, al contrario de lo que esperaba, la dificultad va en aumento.

Además, se manifiesta cierta tensión en otros dedos de la mano u otras zonas del brazo y se hacen evidentes, incluso para el observador externo, movimientos anómalos.

Estas alteraciones se presentan inmediatamente y cada vez que el músico intenta realizar ese gesto sobre el instrumento.



El dedo anular y el meñique se quedan inevitablemente dentro de la mano.

Qué la provoca

Actualmente todavía no se dispone de suficientes evidencias para poder determinar con toda exactitud unas causas concretas de la distonía. De todas formas la experiencia demuestra que este trastorno es, básicamente, consecuencia de un trabajo intensivo, obsesivo en algunos



El dedo índice y el medio tienden a estirarse involuntariamente.

casos, después de mucho tiempo de práctica instrumental.

Seguramente, existen algunos factores personales (de tipo anatómico, biomecánico o, incluso, genético) que harían unos músicos más susceptibles que otros.

Durante muchos años se había pensado que la distonía focal era un trastorno de tipo psiquiátrico; una especie de histeria o fobia al instrumento.

Actualmente sabemos, con total seguridad, que se trata de un trastorno no degenerativo que afecta, básicamente, la forma de aprendizaje y la organización del sistema motor y sensitivo.



El dedo anular quiere entrar constantemente dentro de la mano y el meñique se levanta.

Como se diagnostica

No existe ninguna prueba que permita diagnosticar la distonía focal. De todas formas, los síntomas que presenta el paciente, sobretodo cuando toca el instrumento, suelen ser suficientemente demostrativos para sospecharla.

Una vez se tiene ese diagnóstico de presunción sólo es necesario descartar otras posibles causas de alteración del control del movimiento.

Como se trata

Hasta hace unos pocos años la distonía focal del músico se consideraba una afección incurable. Actualmente, aunque todavía los tratamientos no son efectivos en todos los casos, ya existen algunas posibilidades terapéuticas interesantes.

En general los medicamentos que se utilizan en otros tipos de distonía (anticolinérgicos, toxina botulínica, etc.) no ofrecen demasiados buenos resultados en los músicos.

El reposo o las terapias físicas ni tampoco ningún tipo de cirugía, las medicinas alternativas, las técnicas de consciencia corporal o relajación han ofrecido resultados consistentes.

En cambio, las que intentan reeducar el movimiento parecen ser las herramientas más prometedoras.

Se puede prevenir?

Los consejos básicos serían:

1- Tener conciencia de que tocar un instrumento también conlleva un importante trabajo físico y psíquico que debe compensarse.

2- Mantener una buena rutina de trabajo (calentamiento y enfriamiento, pausas de 5 minutos cada 25-30 minutos, no hacer cambios repentinos de intensidad, repertorio o técnica...)

3- No obsesionarse en las cosas que no salen. Buscar alternativas, trabajar por partes, introducir variaciones.

4- Si aparece sensación de tensión, rigidez, dificultad o incoordinación no justificable desde el punto de vista técnico se debe para de tocar y consultar inmediatamente a un especialista.

Se puede encontrar más información en:

<http://www.fcart.org/distonia/distonia.htm>

Editado por:



Fundació Ciència i Art
Ctra de Montcada 668
08227 Terrassa
Telèfon: 93 786 42 47
Fax: 93784 47 76
www.fcart.org
info@fcart.org

Información elaborada por:



Institut de Fisiologia i Medicina de l'Art-Terrassa

Institut de Fisiologia i Medicina
de l'Art-Terrassa
Ctra de Montcada 668
08227 Terrassa
Telèfon: 93 784 47 75
Fax: 93784 47 76
www.institutart.com
info@institutart.com

Distonía focal del músico

A Robert Schuman nadie se la supo diagnosticar.
A Leon Fleisher y a Gary Grafman nadie no les supo ofrecer salidas.
Ahora ya existen respuestas; aquí se pueden encontrar algunas.