

Què és la distonia del músic

És una afecció de tipus neurològic que es manifesta com la pèrdua del control voluntari d'algun dels moviments al tocar l'instrument.

Així, en un moment determinat de la seva carrera, el músic no és capaç de reproduir d'una forma natural, automàtica i eficient algun dels gests tècnics propis de la seva activitat i que, fins aquell moment, executava sense cap mena de dificultat.



Aquest pianista no pot evitar que l'anular i l'índex se li aixequin.

Com es manifesta

Malgrat cada cas pot presentar uns símptomes o evolució singulars podríem definir una història clàssica: un músic que en els cursos finals de la seva carrera o ja en l'etapa professional, coincidint amb una època de major activitat instrumental i/o estrès, nota certa dificultat al realitzar un gest tècnic.

Curiosament aquesta dificultat no es sol mostrar, si més no inicialment, en altres moviments o quant aquests es realitzen fora de l'instrument.

Tret del que pugui generar la pròpia tensió, no provoca cap tipus de dolor.

Aviat el músic s'adona que al practicar el gest,

al contrari del que esperava, la dificultat va augmentant. A més es manifesta una certa tensió en altres dits de la mà o altres zones del braç i es fan evidents certs moviments anòmals.

A partir d'aquest moment ja no estem parlant de sensacions que té el músic si no de moviments anòmals totalment evidents externament.

Aquestes alteracions es presenten immediatament i cada vegada que el músic intenta realitzar aquell gest sobre l'instrument.



El dit anular i el petit es queden inevitablement dins la mà.

Què la provoca

Actualment encara no es disposa de prou evidències per poder determinar amb exactitud unes causes concretes de la distonia. Tot i així l'experiència demostra que aquest trastorn és, bàsicament, conseqüència d'un treball intensiu, fins i tot podríem afegir que obsessiu, després



El dit índex i el mig d'aquest acordionista tendeixen a estirar-se.

de molt temps de pràctica instrumental.

Segurament existeixen alguns factors personals (de tipus anatòmic, biomecànic o, fins i tot, genètic) que farien uns músics més susceptibles que altres.

Durant molts anys s'havia pensat que la distonia focal era un trastorn de tipus psiquiàtric; una mena d'histèria o fòbia envers l'instrument.

Actualment sabem del cert que es tracta d'un trastorn de tipus neurològic que afecta, bàsicament, l'organització del sistema motor i sensitiu. Malgrat això, no ho hem de confondre amb una malaltia degenerativa ni fatalment evolutiva.



El dit anular vol entrar constantment dins la mà i el petit s'aixeca.

Com es diagnostica

No existeix cap prova que permeti diagnosticar la distonia focal. Tot i així, els símptomes que presenta el pacient, sobretot quan toca l'instrument, solen ser prou demostratius com per sospitar-la.

Un cop tenim aquest diagnòstic de presumpció només caldrà descartar altres possibles causes d'alteració del control del moviment.

Com es tracta

Fins fa pocs anys la distonia focal del músic es considerava una afecció incurable. Avui, malgrat encara els tractaments no són efectius en tots els casos, ja hi ha algunes possibilitats terapèutiques interessants.

En general els medicaments que s'utilitzen en altres tipus de distonia (anticolinèrgics, toxina botulínica, etc.) no ofereixen massa bons resultats en els músics.

El repòs o les teràpies físiques ni tampoc cap tipus de cirurgia, les medicines alternatives, les tècniques de consciència corporal o relaxació han ofert resultats consistents.

En canvi els que intenten reeducar el moviment semblen ser l'eina més prometedora.

Es pot prevenir?

Els consells bàsics serien:

1- Tenir consciència que tocar un instrument també comporta un important treball físic i psíquic que cal compensar.

2- Mantenir una bona rutina de treball (escalfament i refredament, pauses de 5 minuts cada 25-30 minuts, no fer canvis sobtats d'intensitat, repertori o tècnica...)

3- No obsessionar-se en les coses que no surten. Buscar alternatives, treballar per parts, introduir variacions.

4- Si apareix sensació de tensió, rigidesa, dificultat o incoordinació no justificable des del punt de vista tècnic cal deixar de tocar i consultar d'immediat a un especialista.

Podeu trobar més informació a:

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

Editat per:



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

Informació elaborada per:



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

Distonia focal del músic

A Robert Schuman ningú
no li va saber diagnosticar.

A Leon Fleisher i Gary
Grafman ningú no els va
saber donar sortides.

Ara ja hi ha respostes; aquí
en pots trobar algunes.