

La incidencia de lesiones musculoesqueléticas entre músicos de bandas marciales y sinfónicas

The incidence of musculoskeletal injuries among martial and symphonic band musicians

Vidal, Rafael Gemin¹

Orcid: <http://orcid.org/0000-0002-5173-1095>

Original

Cezne, Alessandra Fatima¹

Orcid: <http://orcid.org/0000-0001-8069-0766>

¹Centro Universitário Vale do Iguaçu, União da Vitória, Paraná, Brasil

Resumen

Objetivo: El presente estudio tuvo como objetivo describir la incidencia de lesiones musculoesqueléticas que presentan los músicos de bandas marchantes y sinfónicas, identificando las principales lesiones y las estrategias que aplican para prevenir y/o tratar dichas lesiones.

Método: Se trata de una investigación descriptiva, de campo y cuantitativa. La muestra estuvo compuesta por 17 bandas de música y sinfónicas, ubicadas en 17 estados de Brasil, compuestas por 102 instrumentistas de ambos sexos, con edades entre 14 y 57 años. El instrumento utilizado fue un cuestionario en línea con preguntas cerradas y abiertas. A los datos recolectados se les aplicó estadística descriptiva, obteniendo media, frecuencia y desviación estándar, siendo posteriormente presentados en gráficos y tablas que facilitan la visualización.

Resultados: Se encontró que la mayoría de los participantes (78,4%) no presentaron lesiones musculoesqueléticas, y solo 18 reportaron algún tipo de lesión. Las principales lesiones identificadas fueron tendinitis, bursitis, lumbalgia y hernia discal, con tratamientos realizados desde fisioterapia, inmovilización, retiro de práctica instrumental, medicación y fortalecimiento muscular. Aunque el número de lesiones es bajo, 40 personas informaron haber experimentado dolor y otros síntomas relacionados con lesiones musculoesqueléticas.

Conclusiones: El estudio tiene limitaciones que deben ser consideradas, ya que existen muy pocas investigaciones dedicadas al área de las lesiones musculoesqueléticas en músicos, especialmente entre los músicos de bandas de marcha y sinfónicas, que son mucho más específicas y menos participativas.

Palabras clave: Lesiones musculoesqueléticas. Músicos. Banda Marcial. Banda sinfónica.



Recibido: 09-12-2021
Aceptado: 30-01-2022

Correspondencia:

Rafael Gemin

E-mail:

rafaelgemin@hotmail.com



Abstract

Objective: The present study aimed to describe the incidence of musculoskeletal injuries presented by musicians of marching and symphony bands, identifying the main injuries and the strategies, they apply to prevent and/or treat such injuries.

Method: This is a descriptive, field and quantitative research. The sample consisted of 17 marching and symphonic bands, located in 17 states of Brazil, made up of 102 instrumentalists of both sexes, aged between 14 and 57 years. The instrument used was an online questionnaire with closed and open questions. Descriptive statistics were applied to the collected data, obtaining mean, frequency and standard deviation, later being presented in graphs and tables that facilitate visualization.

Results: It was found that most participants (78.4%) showed no musculoskeletal injuries, and only 18 reported some type of injury. The main injuries identified were tendinitis, bursitis, low back pain and herniated disc, with treatments carried out from physical therapy, immobilization, withdrawal from instrumental practice, medication and muscle strengthening. Although the injury numbers are low, 40 individuals reported experiencing pain and other symptoms related to musculoskeletal injuries.

Conclusions: The study has limitations that must be considered, since there is very little research dedicated to the area of musculoskeletal injuries in musicians, especially among musicians of marching and symphonic bands, who are much more specific and less participatory.

Key words: Musculoskeletal injuries. Musicians. Marcial band. Symphonic band.

Introdução

Tocar um instrumento musical em nível profissional, exige do corpo um grande esforço físico e mental, havendo uma complicada interação entre musicalidade, expressividade e coordenação motora. É preciso horas intensas de estudos diários, com repetições de movimentos complexos e exaustivos, colocando-se ao demasiado estresse físico e mental, dispendo-se a incidência de lesões musculoesqueléticas¹.

As lesões musculoesqueléticas podem ser compreendidas como as danificações dos tecidos do corpo, ocasionando-se por traumas físicos. No caso dos músicos, essas condições são influenciadas não só por conta da postura incorreta durante o estudo ou uma longa apresentação, mas também, por conta de todas as influências do local de trabalho, como a posição da partitura na estante, a iluminação inadequada do ambiente, a cadeira utilizada, o transporte do instrumento, e a técnica aplicada².

O corpo do músico profissional, assim como o corpo de um atleta, é utilizado como ferramenta principal para a estruturação de sua performance. No entanto, diferente dos desportistas, os instrumentistas não dispõem de

um acompanhamento profissional adequado à sua prática, intencionado à preparação física da performance, levando em consequência, a fadiga muscular e a ocorrência de lesões³.

Os músicos formam um grupo profissional bastante característico e predisposto ao desenvolvimento de lesões musculoesqueléticas, por conta das demandas da atividade musical. Apesar de que estejam ocorrendo progressos em pesquisas e tratamentos, o setor da prevenção para estes profissionais vem evoluindo aos poucos, implementando-se somente após o desenvolvimento dos indícios que prejudicam o ato de tocar.

Em concordância com um estudo apresentado na *International Conference of Symphony Orchestra Musicians*, nos Estados Unidos da América do Norte, foi identificado a predominância de ao menos uma lesão musculoesquelética severa (distonia focal, tendinite, lombalgia, cervicalgia, bursite, síndrome do túnel do corpo) em 1612 participantes, sendo cerca de 76% da amostra (n= 2122)⁴.

No Brasil, a quantidade de pesquisas direcionadas a saúde e qualidade de vida dos

músicos instrumentistas são baixas, tendo a maior parte do enfoque conduzido somente a sintomas osteomusculares (lesões musculoesqueléticas). Quando falado em prevenção de lesões, o número de estudos é ainda mais escasso, pois muitos músicos não procuram tratamento pelo medo do fim de suas carreiras¹.

Respalhando-se nos pressupostos descritos, levantou-se a seguinte questão de problema: Qual é a incidência de lesões musculoesqueléticas entre músicos de bandas marciais e sinfônicas e, caso ocorra, quais são as principais lesões encontradas?

O presente estudo possui como objetivo descrever a incidência de lesões

musculoesqueléticas apresentadas pelos músicos de bandas marciais e sinfônicas, identificando as principais lesões e as estratégias que estes aplicam para prevenir e/ou tratar tais lesões.

A construção desta pesquisa, justifica-se ao se estimar a importância de aprofundar o conhecimento sobre a incidência de lesões musculoesqueléticas em músicos instrumentistas, com o intuito de aprovisionar informações que possam fomentar um planejamento e direcionamento de ações voltadas à preparação física da performance instrumental, utilizando o exercício físico como forma de prevenir e melhorar o desempenho musical.

Metodología

Tipo de pesquisa

A pesquisa é caracterizada como aplicada, de campo, quantitativa e descritiva. A população foi constituída por 17 bandas marciais e sinfônicas, situadas em 17 estados do Brasil. A amostra do tipo não probabilística intencional, foi integrada por 102 instrumentistas, de ambos os sexos, com idades entre 14 e 57 anos, os quais deveriam se enquadrar nos seguintes critérios impostos pelo estudo: ser um músico ativo há no mínimo três anos e participar da banda há no mínimo um ano.

Técnicas e Instrumentos

O instrumento utilizado na pesquisa foi um questionário online com perguntas fechadas e abertas, que foi desenvolvido adequadamente para o respectivo estudo, sendo validado por profissionais com experiência na pesquisa, com as notas distribuídas entre Coerência e Clareza em uma escala de 0 a 10, onde o instrumento do presente estudo foi avaliado com as notas 9,89 e 9,91 respectivamente, estando apto para utilização de cunho científico para atingir os objetivos propostos. Como procedimento, a aplicação do questionário foi efetuada de maneira virtual, através de um link de acesso, com o envio feito pela pesquisadora para o

maestro e maestrina de cada banda, os quais repassaram para os participantes que tiveram um prazo de cinco dias para responder.

Aos indivíduos que aceitaram participar deste estudo, foi dada uma explicação verbal sobre os objetivos da pesquisa, via telefone, através do aplicativo Whatsapp, bem como um esclarecimento sobre todos os procedimentos que foram realizados, dando-lhes total liberdade e resguardando o sigilo das suas respostas e da sua identidade, assim como a privacidade com seu anonimato. Foi entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, informado em duas vias, o qual foi assinado tanto pelo pesquisador quanto pelos colaboradores, firmando assim o vínculo ético necessário para a realização desta pesquisa. A metodologia proposta foi formulada respeitando as resoluções 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, e aprovado pelo Núcleo de Ética e Bioética do Centro Universitário Vale do Iguaçu – Uniguaçu (protocolo: 2021/185).

Estatística

Aos dados coletados foi aplicado estatística descritiva, testados quanto a normalidade através do teste Shapiro-Wilk, tabulados e analisados quanto a frequência e significância através do teste qui-quadrado, utilizando o Software BioEstat 5.3, adotando grau de significância de 95% ($p \leq 0,05$).

Resultados

Participaram do estudo 102 indivíduos (85 masculinos e 17 femininos) de 17 bandas marciais e sinfônicas do Brasil, as idades apresentadas pela amostra variaram de 14 a 57 anos (média: $23,47 \pm 15,23$ anos; mediana de 35,5 anos). Os participantes do estudo estão distribuídos pelo país, sendo que 17 estados foram citados, com destaque para a região sul que ocupou 35,28% das respostas (tabela 1). No que se refere a massa corporal, os participantes apresentaram uma média de $74,07 \pm 13,98$ kg, e estatura de $1,74 \pm 0,07$ m.

Entre os participantes do estudo, houve paridade nas categorias profissional e amador, sendo que a maior parte é instrumentista há mais de 10 anos e destros. Com relação a prática, ensaiam entre três e cinco dias na semana, com duração entre uma e duas horas por ensaio, como apresentado na tabela 2.

Com relação aos instrumentos, a amostra ficou dividida com medidas abaixo e acima de 100 cm, com predominância para instrumentos que pesam entre um e cinco kg.

Tabela 1- Caracterização da amostra

Característica	n	%
Sexo		
Masculino	85	83,3
Feminino	17	16,7
Estado		
Alagoas	5	4,90
Amazonas	3	2,94
Bahia	3	2,94
Ceará	5	4,90
Espírito Santo	5	4,90
Goiás	5	4,90
Mato Grosso	3	2,94
Minas Gerais	4	3,92
Pará	5	4,90
Paraíba	3	2,94
Paraná	19	18,62
Pernambuco	3	2,94
Rio de Janeiro	14	13,72
Rio Grande do Norte	3	2,94
Rio Grande do Sul	8	7,84
Santa Catarina	9	8,82
São Paulo	5	4,90

Como é possível perceber, o tempo de prática musical, o membro dominante, o tempo de ensaio e o peso do instrumento apresentaram diferenças significativas quando testado por qui-quadrado, com a predominância para instrumentistas atuantes há mais de 10 anos, destros, que ensaiam entre uma e duas horas por dia com um instrumento de um a cinco quilogramas.

Quando questionados sobre as condições em que ensaiam, 62,7% (n=64) afirmaram permanecem sentados durante a prática, os demais 37,3% (n=38) realizam em pé, devido a característica do instrumento utilizado. Os participantes ainda informaram que 66,7% (n=68) não utilizam de apoio para tocar (colete, correia ou talabarte), sendo que apenas 33,3% (n=34) as utilizam.

Tabela 2- Perfil dos instrumentistas

Característica	n	%	p
Categoria			
Musicista Profissional	49	48	0,4371
Musicista Amador	53	52	
Tempo de prática musical			
Cerca de 3 anos	7	6,9	<0,0001
Entre 3 e 7 anos	19	18,6	
Entre 7 e 10 anos	17	16,7	
Mais de 10 anos	59	57,8	
Membro dominante			
Destro	87	85,3	<0,0001
Sinistro	10	9,8	
Ambidestro	5	4,9	
Frequência de prática			
Diariamente	18	17,6	0,0973
3 a 5 vezes por semana	34	33,3	
1 vez por semana	29	28,4	
Nunca	21	20,6	
Tempo de ensaio			
Menos de 1 hora	20	19,6	<0,0001
Entre 1 e 2 horas	51	50	
Entre 3 e 5 horas	22	21,6	
Mais de 5 horas	9	8,8	
Características do instrumento			
Peso (kg)	16	15,7	<0,0001
Menos de 1 kg			
Entre 1 e 5 kg	49	48	
Entre 5 e 10 kg	24	23,5	
Mais de 10 kg	13	12,7	
Comprimento (cm)			0,7664
Mais de 100 cm	49	48	
Menos de 100 cm	53	52	

Com relação as características do ensaio, 36,3% (n=37) afirmam sempre realizar aquecimento e alongamento antes de iniciar a prática, outros 20,6% (n= 21) na maioria das vezes, 20,6% (n= 21) as vezes, 12,7% (n=13) raramente e, 9,8% (n=10) nunca. Após a prática

os indivíduos que nunca alongam aumentam para 27,5% (n=28), sendo que apenas 17,6% (n=18) afirmam alongar sempre que terminam o ensaio.

Quando questionados se realizam descansos/pausas durante o período de ensaio,

36 responderam que sempre fazem, 24 na maioria das vezes, 28 as vezes, 8 raramente e 6 nunca. Além destes dados 60,8% (n=62) afirmam que insistem na prática instrumental mesmo com a presença de cansaço físico extenuante.

Dadas as características apresentadas, a amostra estudada quando questionada sobre lesões musculoesqueléticas respondeu negativamente 78,4% (n=80), porém quando levantados os sintomas que já estiveram presentes durante a prática 40 indivíduos relataram dor, e apenas 30 afirmam não terem nenhum sintoma. Os demais sintomas citados estão apresentados no gráfico 1.

Entre as lesões musculoesqueléticas citadas pela amostra do estudo, 14 participantes

relataram ter tendinite, dois bursite, um lombalgia e um hérnia de disco. Em relação aos tratamentos realizados, a maioria informou que foi recomendado a fisioterapia, seguida de afastamento da prática, imobilização do local, remédios e fortalecimento muscular.

Sobre a prevenção das lesões e sintomas apresentados, 68,6% (n=70) não procuram ajuda profissional, 19,6% (n=20) procuram um médico, 9,8% (n=10) um fisioterapeuta, 4,9% (n=5) um profissional de educação física, e foram citados ainda com 1% o professor do instrumento, pesquisa na internet, massagista e enfermeiro.

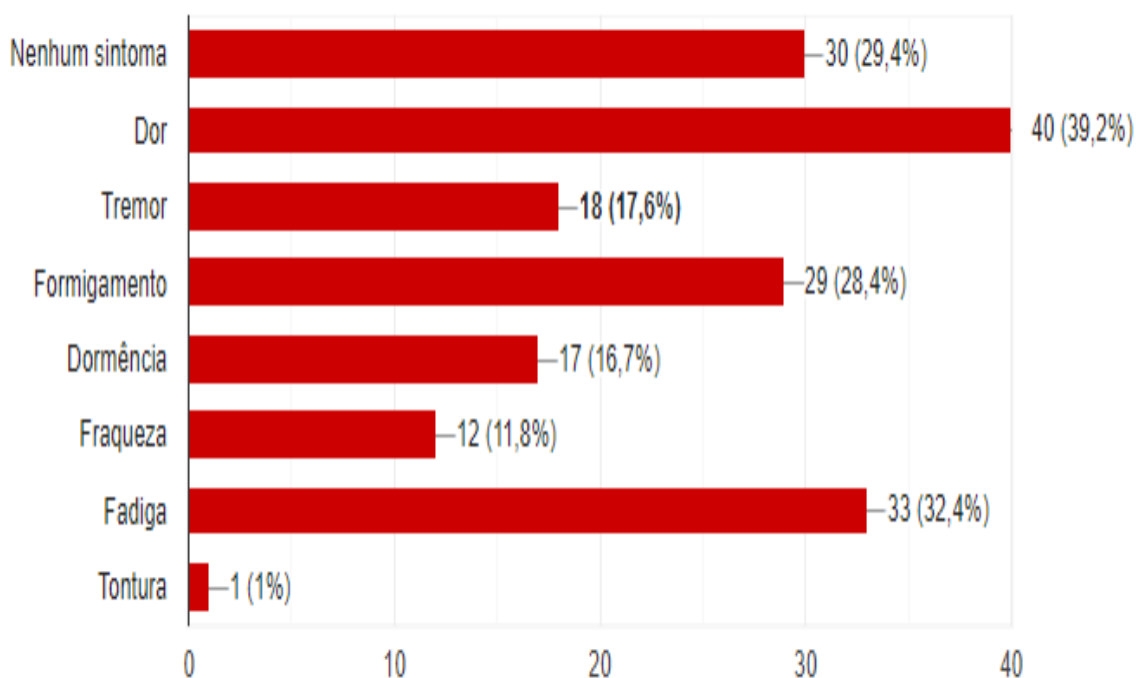


Gráfico 1 – Sintomas relacionados a lesão musculoesqueléticas sentidos durante a prática

Discussão

Diante aos resultados obtidos na presente pesquisa, é possível constatar que o tempo de prática instrumental diária pode ser um agravante as lesões, visto que 50% (n=51) da amostra ensaia entre uma e duas horas por dia. No estudo de Michaloski e Silva³, com 60

instrumentistas de diferentes áreas (orquestras, bandas sinfônicas, freelancers), o tempo médio de prática diária é de 4 horas e 26 minutos, com desvio de \pm 1 hora e 55 minutos. Dos 60 participantes, somente 51, 67% (n=31) faz intervalos durante o ensaio e apenas 13, 33%

(n=8) mantem a frequência de realizar aquecimento muscular.

Conforme aponta Sales², os ensaios e práticas intensas de movimentos contínuos, sem descanso, são relevantes para a incidência de lesões, por tanto, é indicado fazer intervalos de dez minutos a cada 50 minutos de estudo musical. O alongamento/aquecimento muscular, é aconselhado para a prevenção de lesões musculoesqueléticas, pois aumenta a eficiência da performance, mantendo a amplitude de movimento articular e permitindo uma contração muscular ativa que possibilita a economia de energia.

Outro fator que influi para a ocorrência dos distúrbios, é o uso incorreto da mecânica corporal ao tocar o instrumento, uma vez que a posição adotada induz diretamente ao rendimento da performance musical. Dentre a atual pesquisa, 62,7% (n=64) dos músicos afirmam tocar sentados e 37,3% (n=38) tocam em pé, posto isso, deve-se levar em conta o fato de que a coluna humana não foi criada para ficar longos períodos na posição sentada, pois associando-a a má postura e a movimentação incongruente, pode-se gerar sobrecarga e consequentemente problemas físicos-posturais⁵.

Dentre os sintomas sentidos durante a prática instrumental, foi possível constatar que 39,2% (n=40) da amostra sofre com dores, 32,4% (n= 33) fadiga, 28,4% (n=29) formigamento, 17,6% (n=18) tremor, 16,7% (n=17) dormência, 11,8% (n=12) fraqueza, 1% tontura e 29, 4% (n=30) nenhum sintoma. Segundo Medeiros e Mejia⁴, essas alterações são esperadas em razão de que a performance musical exige do corpo movimentos repetitivos por grandes períodos, além do carregamento e sustentação dos instrumentos que na sua maioria se dão pelos membros superiores, gerando carga estática intensa.

Corroborando com esses dados, Michaloski e Silva³ verificaram em sua pesquisa que 59 dos 60 instrumentistas entrevistados relataram pelo menos um tipo de desconforto físico. Dos mesmos 60 participantes, quando questionados sobre a busca por profissionais qualificados para o serviço corretivo ou preventivo de seus problemas decorrentes da prática instrumental, notou-se que 1,67% sempre procuram, 1,67% frequentemente procuram, 0% as vezes, 3,33%

raramente procuram serviço especializado e 93% nunca procuraram auxílio, assim como os dados apresentados na atual pesquisa.

Como visto na atual pesquisa, muitas são as variáveis que intervêm para a incidência de lesões musculoesqueléticas entre músicos de bandas marciais e sinfônicas, devendo-se avaliar principalmente, a quantidade horas ensaiadas e o tempo de descanso. A maior parte dos instrumentistas tende a procurar auxílio profissional somente quando os sintomas começam a impedir o ato de tocar, sendo que na maioria das vezes, o tratamento exige afastamento da prática instrumental, algo difícil de ser aceito por parte dos músicos, agravando consequentemente, as suas lesões⁵.

A partir do objetivo estabelecido nesta pesquisa e das informações coletadas, alcançou-se as seguintes considerações: a maior parte dos participantes demonstrou não possuir nenhum tipo de lesão musculoesquelética, sendo a menor parte a relatar algum tipo de lesão. As principais lesões identificadas entre os músicos foram tendinite, bursite, lombalgia e hérnia de disco, com os tratamentos realizados a partir de fisioterapia, imobilização, afastamento da prática instrumental, remédios e treinos de fortalecimento muscular.

As demandas físicas e cognitivas exigidas pela atividade musical podem fazer com que muitos instrumentistas desenvolvam problemas musculoesqueléticos, desse modo, é essencial entender sobre o instrumento musical e os limites do próprio corpo, a fim de desenvolver uma prática instrumental adequada e preventiva. Implementar equipamentos facilitadores, modificar e reajustar o instrumento, são procedimentos que possibilitam o melhor posicionamento do corpo ao tocar, mantendo a biomecânica apropriada para a atividade.

Completando, o presente estudo tem limitações que devem ser consideradas, visto que se encontram pouquíssimas pesquisas dedicadas a área das lesões musculoesqueléticas em músicos, essencialmente entre músicos de bandas marciais e sinfônicas, que são bem mais específicos e pouco participativos. Sugere-se que novos estudos sejam realizados, visando a intervenção nos fatores de risco em uma população de maior quantidade.

Referências

1. De Carvalho, Andréia Louise A. et al. Sintomas osteomusculares e desempenho ocupacional: um estudo entre músicos instrumentistas no contexto do Distrito Federal, Brasil. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*, São Paulo, 2016, v. 27, n. 2, p. 165-171.
2. SALES, Ana Teresa Almeida. Prevalência de lesões musculoesqueléticas em profissionais de artes musicais. 2015. 125 f. Dissertação (Mestrado) – Curso de Mestrado em Enfermagem de Reabilitação, Instituto Politécnico De Viseu, Portugal.
3. Da Silva, Juliano Otávio Martins; Michaloski, Ariel Orlei. Avaliação de problemas ergonômicos na prática instrumental dos músicos da cidade de Ponta Grossa. *Revista ESPACIOS*, Caracas, 2016, v. 37, n. 4.
4. Da Silva Medeiros, Maria Lauracy; Mejia, Dayana Priscila Maia. Alterações musculoesqueléticas em músicos de cordas friccionadas da Orquestra Amazonas Filarmônica. 2011. 13 f. Monografia (Especialização) - Pós-graduação em Ortopedia e Traumatologia com ênfase em Terapia Manual, Faculdade Ávila, Goiânia.
5. Fonseca, Marcelo Parizzi Marques et al. Discussão sobre os desconfortos físicos posturais em flautistas e sua relação com a técnica de performance da flauta transversal. 2013. 156 f. Tese (Doutorado) – Programa de Pós-Graduação em Saúde do Adulto, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte.
6. Giufrida, Fernanda Viriato Botelho et al. Efeitos do método Pilates na prevenção de lesões musculoesqueléticas em atletas de diferentes modalidades: Artigo de revisão. *Revista CPAQV–Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida*, 2020, v. 12, n. 2, p. 2.
7. Faria, Ana Marta Pereira Medrado et al. Prevalência de lesões musculoesqueléticas em lutadores de jiu-jítsu: uma revisão sistemática. *Research, Society and Development*, 2022, v. 11, n. 3, p. e17111326345-e17111326345.
8. Silva, Wender M. et al. Incidência de lesões musculoesqueléticas em jogadores de futebol profissional no Brasil. *Revista CPAQV–Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida*, 2019, v. 11, n. 3, p. 2.
9. Fonseca, Eduardo Kaiser Ururahy Nunes et al. Lesões musculoesqueléticas do tipo " não toque": ensaio iconográfico. *Radiologia Brasileira*, 2019, v. 52, p. 48-53.
10. Neto, Antônio Ribeiro; Magalhães, Lucimara Ferreira; Bertencello, Dernival. Prontidão para o esporte: foco nas lesões musculoesqueléticas. *Saúde e Pesquisa*, 2022, v. 15, n. 1, p. 1-12.
11. Tabosa, Paola Symone Louback. Prevalência de disfunções musculoesqueléticas em membros superiores de músicos na prática de guitarra. *Revista Brasileira de Reabilitação e Atividade Física*, 2020, v. 9, n. 2, p. 63-72.
12. Beato, Amandine Coelho. Musicalmente saudável: fatores de risco associados a lesões musculoesqueléticas em estudantes de música. 2019. Tese de Doutorado.
13. Soares, Isabel de Oliveira. Estudo da prevalência da dor musculoesquelética em músicos de orquestra e em músicos que não trabalham em orquestra. 2021. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal de Pernambuco.
14. De Farias, André Leite; Ferreira, Valdivina Alves; Síveres, Luiz. Saúde do músico: Perguntas reflexivas dialógicas como estratégia pedagógica. *Research, Society and Development*, 2021, v. 10, n. 4, p. e37810414177-e37810414177.

Conflicto de interesse: Os autores declaram não haver conflito de interesses.

Fonte de financiamento: Não houve fonte de financiamento.

A incidência de lesões musculoesqueléticas entre músicos de bandas marciais e sinfônicas

Vidal, Rafael Gemin¹

Orcid: <http://orcid.org/0000-0002-5173-1095>

Original

Cezne, Alessandra Fatima¹

Orcid: <http://orcid.org/0000-0001-8069-0766>

¹Centro Universitário Vale do Iguaçu, União da Vitória, Paraná, Brasil

Resumo

Objetivo: O presente estudo teve como objetivo descrever a incidência de lesões musculoesqueléticas apresentadas pelos músicos de bandas marciais e sinfônicas, identificando as principais lesões e as estratégias que estes aplicam para prevenir e/ou tratar tais lesões.

Método: Trata-se de uma pesquisa descritiva, de campo e quantitativa. A amostra foi constituída por 17 bandas marciais e sinfônicas, situadas em 17 estados do Brasil, integrada por 102 instrumentistas de ambos os sexos, com idades entre 14 e 57 anos. O instrumento utilizado foi um questionário online com perguntas fechadas e abertas. Aos dados coletados, foi aplicado estatística descritiva, obtendo média, frequência e desvio padrão, posteriormente sendo apresentado em gráficos e tabelas que facilitem a visualização.

Resultados: Constatou-se que a maior parte dos participantes (78,4%) demonstrou não ter lesões musculoesqueléticas, sendo que apenas 18 relataram algum tipo de lesão. As principais lesões identificadas foram tendinite, bursite, lombalgia e hérnia de disco, com os tratamentos realizados a partir de fisioterapia, imobilização, afastamento da prática instrumental, remédios e fortalecimento muscular. Ainda que os números de lesões sejam baixo, 40 indivíduos relataram sentir dores e outros sintomas relacionados a lesões musculoesqueléticas.

Conclusões: O estudo tem limitações que devem ser consideradas, visto que se encontram pouquíssimas pesquisas dedicadas a área das lesões musculoesqueléticas em músicos, principalmente entre músicos de bandas marciais e sinfônicas, que são bem mais específicos e pouco participativos.

Palavras-Chave: Lesões musculoesqueléticas. Músicos. Banda marcial. Banda sinfônica.