

LA MANO DEGLI ARTISTI

MUSICISTI: ECCO PERCHÉ È IMPORTANTE SALVAGUARDARE LE PROPRIE MANI



Mano del musicista, sofferenze tendinee e dei nervi, sindrome da overuse o misuse, dolori cervicali, lombalgie, distonia focale. Sono le patologie "professionali" di chi suona uno strumento musicale in modo continuativo. Decisamente frequenti: la maggior parte delle statistiche mostra che ne sono colpiti 2/3 dei musicisti. Dato in linea con un sondaggio realizzato negli anni Ottanta negli Stati Uniti secondo il quale

su 2.212 musicisti interrogati, il 76 per cento soffriva di disturbi correlati all'attività artistica.

CORSI OBBLIGATORI

«Le patologie della mano sono poco conosciute nel mondo del Conservatorio; bisogna promuovere un'attività di sensibilizzazione e prevenzione - spiega Alfonso Chielli, professore di pianoforte e di fisiopatologia dell'esecuzione

strumentale presso il Conservatorio Giuseppe Verdi di Milano - argomento al centro dell'annuale convegno del Collegium Medicorum Theatri (CoMeT) che si è svolto di recente a Milano. Una buona consapevolezza del proprio corpo permette non solo la prevenzione dell'insorgenza delle patologie correlate all'attività strumentale, ma anche il raggiungimento di una resa strumentale e musicale ottimale. Con la riforma dei

Conservatori sono stati, quindi, introdotti e resi obbligatori, dal Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca, i corsi di Tecniche di consapevolezza corporea e di Fisiopatologia dell'esecuzione strumentale e vocale».

ALTERAZIONI POSTURALI

La maggior parte delle patologie della mano sono essenzialmente causate da overuse (eccessivo uso) e misu-



se (uso scorretto del gesto motorio). Spiega il professor Giorgio Pajardi, direttore dell'UO di Chirurgia della Mano dell'ospedale San Giuseppe, Università di Milano, e consulente presso il Rome American Hospital nella Capitale: «Le alterazioni posturali dipendono da vari fattori: le caratteristiche dello strumento, le esigenze tecniche che richiede (l'arpa e il pianoforte agevolano la comparsa di questi problemi), la quantità o la qualità delle ore di studio o di lavoro, l'emotività dell'individuo».

Il 60 per cento di queste condizioni, attraverso una correzione della postura e del gesto strumentale, può essere risolta. Particolare attenzione deve essere, invece, rivolta alla prevenzione e al riconoscimento della distonia focale, che secondo i più recenti studi epidemiologici colpisce un musicista ogni 100. Nella maggior parte dei casi, è causa

di abbandono dell'attività concertistica ma, ancora oggi, risulta essere una patologia pressoché sconosciuta per i musicisti e poco nota agli stessi medici.

PREVENZIONE

«Di recente l'Università e il Conservatorio di Milano hanno avviato una collaborazione che prevede un canale preferenziale gratuito per i musicisti presso il nostro reparto all'ospedale San Giuseppe, e attività di formazione degli studenti sui problemi legati alla mano. Un passo avanti verso una migliore gestione di queste patologie, che dovrebbe essere d'esempio per altre realtà, come quella di Roma dove la musica ricopre un ruolo di primaria importanza e dove ci sono reparti dedicati che potrebbero fornire il proprio supporto specialistico» conclude Pajardi.

Roberta Maresci