

Les cordes grinyolen.

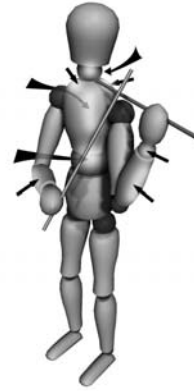
Els instrumentistes de corda fregada són, després dels percussionistes i els de vent metall, els intèrprets que presenten més molèsties en relació a la seva activitat.

Encara que ens sembli impossible, quatre de cada cinc d'ells (en concret un 83%) manifesten tenir, en algun moment de la seva carrera, un problema que els afecta en major o menor grau i que està provocat per les importants exigències, tant físiques com psíquiques a que està sotmès un músic al llarg de la seva carrera.

Tant en els violins com en les violes, els violoncels i els contrabaixos les zones més compromeses, tal com podeu veure al dibuix, són l'esquena, les espatlles i el braç esquerre amb petites diferències puntuals per cada un dels instruments.

Malgrat aquests problemes es solen presentar en músics que tenen més d'onze anys, que en fa més de cinc que toquen, que practiquen més de quatre hores setmanals i que recentment han augmentat de forma

sobtada l'estona de tocar no hem d'oblidar que poden afectar a tots



els músics, tant estudiants com professionals i, en un bon nombre de casos, comportar limitacions en la seva progressió.

A més, si a aquests problemes no se'ls fa el cas necessari a temps, poden esdevenir de difícil curació fins i tot en les mans dels millors especialistes.

Fer pauses de 5 minuts cada mitja hora de tocar i no augmentar bruscament el temps de pràctica diària pot ser, per ells i per tots els músics en general, una bona manera d'estalviar-se problemes.

Jaume Rosset i Llobet

Responsable mèdic de l'Institut de Fisiologia i Medicina de l'Art-Terrassa.

Director de la Fundació Ciència i Art.

Ctra de Montcada 668, 08227 Terrassa. Tel. 93.784.47.75.

www.institutart.com y info@institutart.com

www.fcart.org