

TFAMEM – Traumatismos fasciomusculoesqueléticos en músicos

Vidina Suárez-Rodríguez⁽¹⁾

¹Universidad de La Laguna, Facultad de Ciencias de la Salud – Sección Fisioterapia, Departamento de Medicina Física y Farmacología, La Laguna, España.

Correspondencia:

Vidina Suárez-Rodríguez

Dirección postal: C/ Sta. María Soledad, s/n

Apartado 456. Código postal 38200.

San Cristóbal de La Laguna. S/C de Tenerife

Correo electrónico: vsuarezr@ull.edu.es

Fecha de recepción: 15 de marzo de 2025

Fecha de aceptación: 17 de noviembre de 2025

Estimada directora:

En otra publicación sobre Prevención de Riesgos Laborales (PRL) se estableció la fundamentación para un cambio en la forma de nombrar los traumatismos musculo-esqueléticos (TME) considerando al tejido fascial, traumatismos fasciomusculoesqueléticos (TFAME), ya que, teniendo en cuenta las características de este tejido descritas ampliamente en la literatura científica de los últimos 20 años⁽¹⁾, este se puede ver implicado y, por tanto, se considera importante incluirlo en este contexto⁽²⁾.

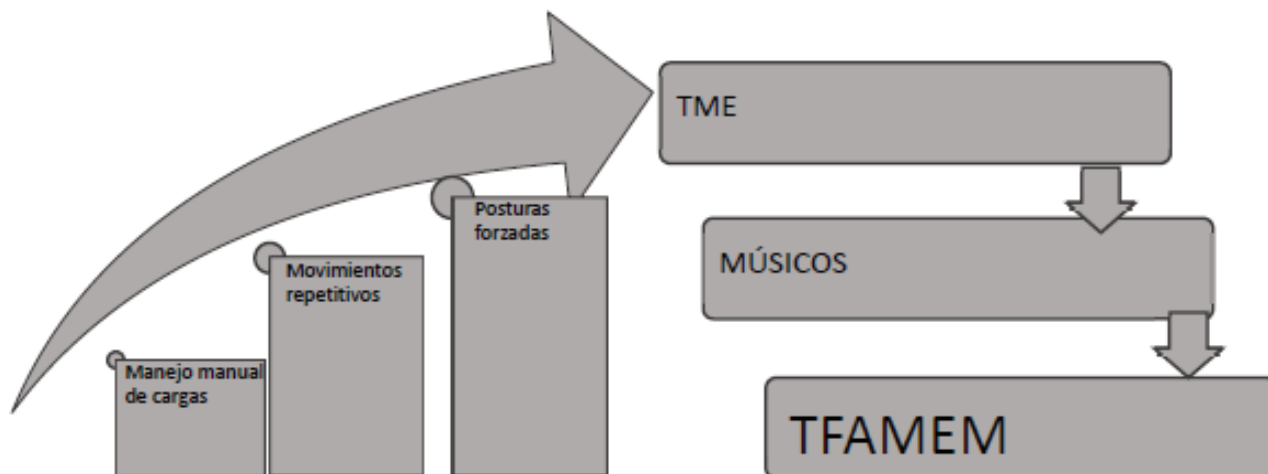
Esta propuesta se basa en que implicaría que, al incluirlo como parte de los TME, va a suponer que, durante la evaluación y el tratamiento, además de la prevención, se considere a este tejido, suponiendo un abordaje más integral de

la persona trabajadora. Y, además, sirve como punto de partida para lo que se va a tratar en las siguientes líneas.

Traumatismos Fasciomusculoesqueléticos en músicos (TFAMEM)

Esta nomenclatura sería una adaptación al español de lo generalmente aceptado en inglés como Playing Related Musculoskeletal Disorders (PRMDs). Se plantea esta forma de llamarlos puesto que ni en inglés ni en español hay un consenso claro al respecto. Asimismo, se propone este término para unificar la prevención de riesgos laborales con los problemas específicos de los instrumentistas, de tal modo que facilitaría su visualización en los contextos de formación y de trabajo de estos, la asunción de su prevención,

FIGURA 1. RELACIÓN ENTRE LA FASCIA, LA POSTURA, LOS TME Y LOS INSTRUMENTISTAS.



así como su tratamiento de manera específica⁽³⁾. Los instrumentistas realizan una actividad con unas demandas físicas, emocionales y psicológicas muy elevadas, comparables a las de los deportistas de élite. La práctica instrumental supone mantener posturas forzadas durante largos períodos de tiempo y la realización de movimientos repetitivos, especialmente de los miembros superiores, mantenidos por largo tiempo; unido a que tienen, habitualmente, hábitos poco saludables de práctica y al transporte del instrumento (manejo manual de cargas). Estas características se combinan, en ocasiones, con determinadas técnicas instrumentales o modelos de enseñanza instrumental, que repercuten en la salud del intérprete. Así pues, con todo lo anterior, los instrumentistas estarían claramente expuestos a padecer TFAME. Sin embargo, el sistema generalmente no considera las patologías sufridas a consecuencia de su actividad laboral (síndromes de atrapamiento nervioso, tendinopatías, algias vertebrales, etc.), como accidente de trabajo o enfermedad laboral (según el caso), estando todas ellas claramente detalladas en la normativa española como tales. Además, los músicos son susceptibles de sufrir otras patologías altamente incapacitantes como la distonía focal o problemas

psicológicos como el miedo escénico, que aún no aparecen en el cuadro de enfermedades profesionales⁽⁴⁾. Es necesario, pues, poner en el foco de la atención de la prevención de riesgos laborales las características específicas de la práctica instrumental, los riesgos a los que están expuestos estos profesionales y la necesaria atención a la prevención de estos. Por ello, como primera acción, es imprescindible darle una nomenclatura específica como la aquí propuesta, TFAMEM.

En segundo lugar, es imperativo que se establezca una cultura preventiva en los entornos de formación y de trabajo de los instrumentistas. Que puedan aprender hábitos saludables de estudio con el instrumento, que sean conscientes de su postura en relación con este y que sean capaces de distinguir cuándo un dolor o una molestia pueden llegar a ser potencialmente lesivos; además, que puedan saber a qué profesional deben dirigirse en cada caso, ya que, al no encontrar respuestas en los cauces habituales (por falta de formación específica o desconocimiento de la normativa laboral), los instrumentistas tienden a consultar a profesionales no sanitarios⁽⁵⁾, con lo que su problemática se podría complicar. Por todo ello es necesario que haya profesionales sanitarios

formados específicamente en artes escénicas. Formados, a su vez, en la prevención de riesgos laborales, que trabajen con profesores y gestores de manera interdisciplinar, poniendo a los instrumentistas en el centro.

En conclusión, usar TFAMEM, definido como “cualquier dolor, debilidad, hormigueo, entumecimiento u otros síntomas que puedan interferir en la habilidad para tocar el instrumento a nivel al que se está acostumbrado” (adaptado de Zaza & Farewell, 1997)⁽⁶⁾, en los contextos laboral y profesional de los instrumentistas, puede contribuir a nivel normativo y educativo a la visualización y consideración de los problemas que pueden padecer los intérpretes. (Figura 1).

Bibliografía

1. Andrzej Pilat. Myofascial Induction. An anatomical approach of the treatment of fascial dysfunction. 1.a ed. Vol. 1. The upper body. Edinburgh: Handspring Publishing; 2022.
2. Suárez-Rodríguez V. Evolución del acrónimo TME a TFAME. Arch Prev Riesgos Labor. 14 de julio de 2023;26(3):221-3.
3. Vidina Goretti Suárez Rodríguez. Efecto de una técnica de terapia miofascial en la musculatura pterigoidea sobre las características mecánicas de los músculos del tronco y extremidades superiores de los músicos de viento madera, violines y violas. [Las Palmas de Gran Canaria]: Universidad de Las Palmas de Gran Canaria; 2022.
4. Ministerio de Trabajo y Seguridad Social. Real Decreto 1299/2006, de 10 de noviembre, por el que se aprueba el cuadro de enfermedades profesionales en el sistema de la Seguridad Social y se establecen criterios para su notificación y registro. BOE, 1299/2006 España; nov 10, 2015 p. 1-40.
5. Visser A, Lee M, Barringham T, Salehi N. Out of tune: Perceptions of, engagement with, and responses to mental health interventions by professional popular musicians—A scoping review. Psychol Music. 1 de mayo de 2022;50(3):814-29.
6. Zaza C, Farewell VT. Musicians' playing-related musculoskeletal disorders: An examination of risk factors. Am J Ind Med [Internet]. septiembre de 1997;32(3):292-300. Disponible en: [https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/\(SICI\)1097-0274\(199709\)32:3<292::AID-AJIM16>3.0.CO;2-Q](https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/(SICI)1097-0274(199709)32:3<292::AID-AJIM16>3.0.CO;2-Q)