

# **RÉSUMÉ/ ABSTRACT**

## **INTRODUCTION**

Le monde de la musique est connu pour être dur et compétitif. Les musiciens se donnent corps et âme dans leur pratique instrumentale à la recherche de la performance. Seulement, contrairement aux sportifs, les musiciens ont tendance à négliger leur corps et les répercussions que peut entraîner leur pratique intensive. On ignore actuellement quelles sont les répercussions sur le corps de la pratique du trombone chez les étudiants des Conservatoires de Musique en France, information qui serait pourtant utile à la mise en place de programmes de dépistage et de prévention adaptés pour lutter contre ces troubles.

## **MATERIEL & METHODE**

Nous avons réalisé un questionnaire pour collecter des informations sur les troubles musculo-squelettiques (TMS) et les pathologies des trombonistes. Ce questionnaire comportant 40 questions s'adresse aux étudiants trombonistes des Conservatoires de Musique Français entre 15 et 35 ans avec un minimum de deux années de pratique. Nous avons diffusé le questionnaire à trois Conservatoires de la région Grand Est dans un premier temps et sur les réseaux sociaux dans un second.

## **RESULTATS**

Du 9 Octobre au 9 Novembre 2018 nous avons obtenu 60 réponses. Après application des critères d'inclusion et d'exclusion, notre population comprenait 45 personnes avec une moyenne d'âge de 21,49 ans (68,69% d'hommes et 31,11% de femmes). Trente trois participants (73,33%) ont déclaré avoir des douleurs. Les localisations les plus récurrentes pour les douleurs sont : le haut du dos (42,42%), le milieu du dos (39,39%), la mâchoire (39,39%), l'épaule gauche (37,50%) et la main gauche (25%). Les participants souhaitent avoir des supports d'informations et conseils (95,56%), des cours de posturologie (88,89%) et voir naître un partenariat entre Conservatoires de Musique et un Institut de Formation en Masso-Kinésithérapie.

## **CONCLUSIONS**

Les TMS et les douleurs sont présents au sein de notre population. Les douleurs engendrées par la pratique instrumentale ont un impact sur la vie quotidienne et des pathologies commencent à apparaître. Il y a un manque de dépistage, de prévention et de cours d'ergonomie au sein des Conservatoires de Musique français auquel il faut pallier. Les masseurs-kinésithérapeutes ont une place à prendre et un rôle à jouer dans le dépistage et la prévention auprès des musiciens. Une approche pluri-professionnelle est nécessaire et indispensable à l'avenir pour permettre un suivi de qualité.

**Mots clés : Étudiants, Kinésithérapie, Musiciens, Prévention et Trombone**

---

## **INTRODUCTION**

The music community is known to be tough and competitive. Musicians engage themselves body and soul in their instrumental practice in the search of performance. However, unlike sportsmen, musicians tend to neglect their body and the repercussions of their intensive practice. The actual impact of trombone practice on the body of students at French Conservatories of Music is currently unclear while such knowledge could be helpful setting-up tailored screening and prevention programs of related disorders.

## **METHODS**

We collected information on musculoskeletal disorders (MSDs) and pathologies of trombonist students from French Music Conservatories aged of 15-35 years with a minimum of two years of practice using a questionnaire of 40 questions. We distributed the questionnaire to three Conservatories of the "Grand Est" region initially and via social media secondarily.

## **RESULTS**

From October 9 to November 9 2018, we obtained 60 answers. After applying inclusion and exclusion criteria, our population consisted of 45 individuals with an average age of 21.49 years (68.69% males and 31.11% females). Thirty-three participants (73.33%) reported having pain. The most common locations for pain are: upper back (42.42%), middle back (39.39%), jaw (39.39%), left shoulder (37.50%) and the left hand (25%). The participants wish to have access to informative materials (95.56%), posturology courses (88.89%) and would like to see the creation of a partnership between Music Conservatories and a Masso-Physiotherapy Training Institute.

## **CONCLUSIONS**

MSDs and pain caused by instrumental practice are present in our population and have an impact on the everyday life of our participants. Pathologies are appearing while there is a lack of screening, prevention and ergonomics courses within the French Music Conservatories. This needs to be improved and physiotherapists have a place to take and a role to play in the screening and prevention of musicians. A multi-professional approach is necessary and indispensable in the future to enable quality monitoring.

**Key words: Students, Physiotherapy, Musicians, Prevention and Trombone**