Université de Montréal

École de réadaptation

Faculté de médecine

Programme de physiothérapie

# Prévention des blessures musculo-squelettiques chez les musiciens

Côté-Potvin M., Dagenais C., Germain É., Gervais M.-P., Feldman D. Programme de physiothérapie, École de réadaptation, Université de Montréal.

**Introduction/problématique**

Les musiciens sont soumis à des facteurs prédisposant aux blessures musculo-squelettiques. La prévalence des blessures reliées au jeu est de 39 à 47%. Étant donné sa spécialisation en musculo-squelettique, le rôle du physiothérapeute est aussi important dans le traitement que dans la prévention de ces blessures.

**Objectifs**

- Effectuer une revue de littérature
- Sonder les étudiants de la Faculté de musique de l'Université de Montréal
- Comparer les données de la littérature avec celles du sondage
- Sensibiliser cette population par rapport à la problématique

**Description sommaire**

À partir d'une recension des écrits et de la formation d'hypothèses, nous avons produit un questionnaire électronique distribué anonymement. Nous avons comptabilisé les résultats et vérifié les hypothèses par analyse statistique. Nous avons mis en lien les résultats du sondage et les faits établis dans la littérature.

**Principaux résultats**

Parmi les 285 étudiants sondés, 54 (19%) ont répondu au sondage. 59% des répondants sont blessés, principalement au membre supérieur (41%). Les facteurs de risque ayant démontré une corrélation avec les blessures actuelles sont : la présence de blessures antérieures et une pratique de plus de 4 heures par jour. 89% des musiciens sondés désireraient un cours intégré à leur programme sur la prévention des blessures musculo-squelettiques.

**Conclusion**

Il est difficile de conclure sur une similarité des facteurs de risque et des habitudes de vie/pratique entre nos données et celles de la littérature, dû au faible taux de réponse. Cependant, il est possible d'affirmer que notre échantillon présente un taux de blessures élevé, tel que décrit dans la littérature, ce qui démontre l'importance d'une prévention adaptée.

Mots-clés : Musicien, prévention, blessure, piano, cordes, guitare