

CORRELAÇÃO ENTRE QUADRO DOLOROSO E CARGA HORÁRIA DE TREINO EM BAILARINOS NA CIDADE DE MACEIÓ-AL.

Laura Marcelly Moraes de Azevedo ¹ (PIBIC/FAPEAL), e-mail:
lauraazevedofisio@gmail.com;

Júlio Cesar Neri da Silva ¹ (PROVIC-Unit), e-mail: jcesar_neri@hotmail.com;
Ranielle de Mendonça Rocha ¹ (PROVIC-Unit), email: raniellerocha@icloud.com
Cesário da Silva Souza ¹ (Orientador), e-mail: cesario.filho@gmail.com

Centro Universitário Tiradentes¹/Fisioterapia/Alagoas, AL.

4.00.00.00-1 Ciências da Saúde Biológicas 4.08.00.00-8 Fisioterapia e Terapia Ocupacional

RESUMO:

Introdução: O balé é considerado uma atividade artística de expressão corporal, onde a leveza e a fisionomia dos dançarinos não permitem associa-los a quadros dolorosos, o que torna as lesões nesta população algo pouco estudado (GREGO; MONTEIRO, 2003). Por ser uma atividade de alta complexidade e exigência, a biomecânica destes atletas pode ser demudada, provocando um desequilíbrio muscular e quadros de disfunções (AQUINO et al., 2010). As condições musculoesqueléticas são as causas mais comuns de dores severas de longa duração e de incapacidade física (SÁ K et al., 2009). A dor pode ser definida como uma experiência sensitiva desagradável, subjetiva e pessoal, além de ser um sintoma difícil de ser qualificado, estando sujeito a variantes como cultura, fator psicológico e sensibilidade (SOUZA; 2013). A experiência dolorosa no esporte e na dança tem sido objeto de crescentes pesquisas nos últimos anos. Assim como os profissionais do esporte, os bailarinos apresentam dor e limiar de tolerância à dor elevados (TAJET-FOXELL; ROSE, 2002). **Objetivo:** O objetivo desse estudo é relacionar a dor de origem musculoesqueléticas com a carga horária de treino semanal em bailarinos das escolas especializadas em dança na cidade de Maceió. **Metodologia:** Foi realizado um levantamento de dados nas escolas de balé de Maceió, por meio da Escala Visual Analógica da Dor (EVA), com alunos a partir de 12 anos, que estivessem devidamente matriculados e assinassem o TCLE. As escolas participantes são: Jeane Rocha Academia de Dança, Ballet Emília Vasconcelos, Manu Ducoulombier, Ballet Eliane Cavalcanti. **Resultados:** Foram coletadas informações de 19 bailarinos matriculados na Jeane Rocha Academia de Dança, destes, dois (2) apresentaram um quadro doloroso avaliado em oito (8), três (3) apresentaram nível sete (7), cinco (5) apontaram um grau de dor seis (6), cinco (5) afirmaram sentir uma dor nível cinco (5), três (3) sentem nível quatro (4) e um (1) apresentou dor grau três (3). 37% dos bailarinos apresentaram uma carga horária semanal de duas a três horas, enquanto outros 37% de quatro a cinco horas. Ainda 16% treinam de 35 a 40 horas semanais, e 10% entre nove e onze horas. A análise de dados apontou que não existe relação direta com a intensidade do quadro algico e a quantidade de carga horária de treino semanal dessa população específica. **Conclusão:** O estudo dos dados apontou um índice de dor alto nos bailarinos que independe da carga horária de treino semanal, levantando a hipótese da relação da dor com outros fatores e da interferência deste quadro algico na performance destes atletas e em sua qualidade de vida, suposições que precisam de um estudo abrangente para confirmar.

Palavras-chave: balé; dor; qualidade de vida.

Agradecimentos: À UNIT e à FAPEAL, nossos agradecimentos pelo suporte dado durante todas as fases, pela valorização à pesquisa e aos pesquisadores locais.

ABSTRACT:

Introduction: Ballet is considered an artistic activity of corporal expression, where the lightness and the physiognomy of the dancers do not allow them to be associated with painful pictures, which makes the lesions in this population little studied (GORGIO; MONTEIRO, 2003). AQUINO et al., 2010). In addition, the biomechanics of these athletes can be varied, resulting in muscle imbalance and dysfunction (AQUINO et al.,

2010). Musculoskeletal conditions are the most common causes of severe long-term pain and physical disability (Sá K et al., 2009). Pain can be defined as an unpleasant, subjective, and personal sensory experience, besides being a difficult symptom to be qualified, being subject to variants such as culture, psychological factor and sensitivity (SOUZA, 2013) Painful experience in sport and dance has been the subject of increasing research in recent years. Like sports professionals, dancers have pain and high pain tolerance thresholds (TAJET-FOXELL; ROSE, 2002). **Objective:** The purpose of this study is to relate musculoskeletal pain with weekly training hours in dancers of dance schools in the city of Maceió. **Methodology:** A data survey was carried out at the ballet schools of Maceió, through the Visual Analog Pain Scale (EVA), with students aged 12 years and older, who were duly enrolled and signed the TCLE. The participating schools are: Jeane Rocha Dance Academy, Emilia Vasconcelos Ballet, Manu Ducoulombier, Eliane Cavalcanti Ballet. **Results:** Data were collected from 19 dancers enrolled in the Jeane Rocha Dance Academy, of whom two (2) presented a painful condition evaluated in eight (8), three (3) presented level seven (7), five (5) six (6), five (5) reported feeling pain level five (5), three (3) felt level four (4) and one (1) presented pain grade three (3). 37% of the dancers had a weekly workload of two to three hours, while another 37% had four to five hours. Still 16% train from 35 to 40 hours a week, and 10% from nine to eleven hours. The data analysis showed that there is no direct relationship with the intensity of the pain and the amount of weekly training hours of this specific population. **Conclusion:** The study of the data showed a high pain index in the dancers that is independent of the weekly training load, raising the hypothesis of the relationship of pain with other factors and the interference of this pain picture in the performance of these athletes and their quality of life, assumptions that need a comprehensive study to confirm.

Keywords: ballet; ache; quality of life.

Thanks: UNIT and FAPEAL for their support during all phases, for the valorization of research and for the local researchers.

Referências/references:

GREGO, L. G.; MONTEIRO, H. L. As lesões na dança: conceitos, sintomas, causa situacional e tratamento. Motriz, Rio Claro, v.9, n.2, p. 63 - 71, abr./ago. 2003

AQUINO, C. F.; CARDOSO, V. A.; MACHADO, N. C.; FRANKLIN, J. S.; AUGUSTO, V. G. Análise da relação entre dor lombar e desequilíbrio de força muscular em bailarinas. Fisioter. Mov., Curitiba, v. 23, n. 3, p. 399-408, jul./set. 2010

SÁ K et al. Prevalência de dor crônica e fatores associados na população de Salvador, Bahia. Rev Saúde Pública.43(4):622-30, 2009

SOUZA, C. S. Epidemiologia da Dor Crônica Musculoesquelética no Município de Ribeirão Preto – SP. Programa de Pós-graduação Reabilitação e Desempenho Funcional. – USP, 2013.

Tajet-Foxell B, Rose FD. Pain and pain tolerance in professional ballet dancers. Br J Sports Med. 2002;29(1):31-4.