

CARACTERIZAÇÃO DE LESÕES EM PRATICANTES DE BALÉ HÁ MENOS DE 10 ANOS NO DISTRITO FEDERAL.

Autores

Lilian Carolina Rodrigues da Silva(1); Rebeca Bastos Drudi(1); João Paulo Chieragato Matheus(2); Patrícia Azevedo Garcia(3); Josevan Cerqueira Leal(4); Osmair Gomes de Macedo(4) .

Afiliação

(1) Alunas de Graduação do Curso de Fisioterapia, Faculdade Ceilândia, Universidade de Brasília; (2) Professor Adjunto do Curso Fisioterapia e do Programa de Pós-Graduação em Ciências e Tecnologias em Saúde, Faculdade Ceilândia, Universidade de Brasília; (3) Professor Adjunto do Curso Fisioterapia e do Programa de Pós-Graduação em Ciências da Reabilitação, Faculdade Ceilândia, Universidade de Brasília; (4) Professor Adjunto do curso Fisioterapia, Faculdade Ceilândia, Universidade de Brasília. Afiliação Faculdade de Ceilândia- Universidade de Brasília.

Introdução A prática da dança pode ser caracterizada como exercício intermitente com períodos de curta duração. O ballet clássico trabalha essencialmente amplitude de movimentos articulares, coordenação, flexibilidade e o domínio do equilíbrio. Os movimentos realizados pelos bailarinos são, frequentemente, antagônicos aos movimentos corporais e envolvem ações exageradas, favorecendo o aparecimento de lesões. Os bailarinos negligenciam a prevenção e o tratamento das suas próprias lesões. Nessas situações, uma lesão é definida como qualquer acometimento ocorrido durante a prática esportiva que afasta ou impede de dar continuidade ao treinamento no dia seguinte. Neste sentido, se faz necessário verificar a prevalência de lesões em bailarinos com menos de 10 anos de prática no Distrito Federal (DF). **Objetivo** Investigar a prevalência de lesões osteomioarticulares em praticantes de balé há menos de 10 anos no DF. **Métodos** Estudo transversal descritivo, realizado em 3 escolas de balé em 2016. Os participantes foram requisitados por conveniência e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Os critérios de inclusão foram apresentar-se na faixa etária entre 15 a 45 anos e estar atuante na prática de balé por no mínimo dois anos, com carga de treinamento mínimo de uma hora diária, durante duas vezes por semana. Foram excluídos do estudo os que apresentavam carga de treinamento semanal inferior a dois dias ou uma hora de treinamento. Utilizou-se o inquérito de morbidade referida adaptado às características do balé. **Resultados** Dos 16 bailarinos incluídos, 94% eram do gênero feminino e 6% masculino. A idade média $23,9 \pm 8,3$ anos e massa corporal $55,9 \pm 11,2$ Kg. O tempo de prática variou de 2 a 9 anos, com média de frequência de treinos de 3,6 vezes semanais e 2,6 horas por dia. Do total de bailarinos incluídos no estudo, 11(69%) já haviam sofrido algum tipo de lesão durante a prática do balé. Um total de 28 lesões foram distribuídas em tornozelo (21%), joelho (18%), lombar (14%), pé (14%) e coxa (11%). Apenas 15 lesões apresentam diagnósticos clínicos (54%) e apenas 8 foram tratadas com fisioterapia (29%). **Conclusão** A ocorrência da lesão no balé foi de 69%. A região anatômica mais acometida foi o membro inferior, as lesões mais frequentes foram as musculares. Pouco mais da metade das lesões foram diagnosticadas clinicamente e pouco mais de um quarto tratadas com fisioterapia. Faz-se necessário a realização de mais estudos a respeito do tema.