

PREVALÊNCIA DE LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS E DISTÚRBIOS DA IMAGEM CORPORAL ENTRE MULHERES PRATICANTES DE BALLET CLÁSSICO E POLE DANCE

Luana Duarte Fritzen¹; Julia do Amaral Bragato²; Cynthia Gobbi Alves Araújo³

^{1,2}Acadêmicas do Curso de Fisioterapia, Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. luanadfritzen@gmail.com, bragatojulia@gmail.com

³Orientadora, Doutora, Docente do Curso de Fisioterapia, UNICESUMAR. cynthia.araujo@unicesumar.edu.br

RESUMO

A prática de pole dance está se popularizando no Brasil. O pole dance é uma modalidade de dança que tem como pilar a inclusão e empoderamento de mulheres sem julgamentos sobre padrão de beleza feminino. Em contrapartida, o ballet clássico é a base de diversas danças, porém sua própria estrutura clássica busca um padrão de beleza feminino e como o corpo se movimenta. Dessa forma, o objetivo deste estudo é avaliar os distúrbios da imagem corporal das praticantes de ballet e pole dance, assim como, a prevalência de lesões musculoesqueléticas nessas modalidades. Trata-se de um estudo quantitativo e transversal, sendo aplicado questionários com dados sociodemográficos e antropométricos, da prática da modalidade e histórico de lesões e também do questionário BSQ. Os resultados esperados dizem respeito à distorção da imagem corporal das praticantes de *ballet* clássico, devido ao contexto conservador e pragmático, contra uma imagem corporal coerente e satisfatória das praticantes de *pole dance*, considerando o contexto inclusivo em que estão inseridas.

PALAVRAS-CHAVE: Dança; Exercício físico; Insatisfação corporal; Prevalência.

1 INTRODUÇÃO

Segundo Assumpção (2003) a origem do *ballet* clássico está ligada à criação de um código de dança voltado ao entretenimento da nobreza italiana, em meados do século XV, a evolução e os desdobramentos da dança clássica desde então, levaram aos *ballets* de repertório criados no séc. XIX explorando temas de romances trágicos e vida camponesa e príncipes que se apaixonam por mulheres-cisnes. Resende (2010) afirma que conhecemos a construção do *ballet* clássico no Brasil, por bailarinos que aprenderam em seus países e vieram para ensiná-los em moldes europeus.

A falta da criação de um *ballet* brasileiro é abordada por Klauss Vianna (2005) em seu livro "A dança", além disso, questiona o *ballet* clássico que se prende ao gesto, formato e a perfeição técnica de um corpo que dança sem se envolver ou expressar aquilo que dança. O autor, também bailarino, expõe o *ballet* clássico ensinado por professores autoritários, com uma visão de corpo que reproduz, incansavelmente, um código de movimento até que se atinja a perfeição, que claramente não existe. Tendo em vista, o *ballet* clássico sob o aspecto da corporalidade e técnica, uma relação instrumental e rígida é estabelecida quanto à vivência da dança, sem espaços para conexão respeitosa e consciente com os limites do corpo físico e mental (MARQUES, 1998; MARULANDA, 2015).

Considerando o cenário exposto, a raiz da dança clássica atrelada aos anos de prática, e o conceito de uma modalidade conservadora e pragmática, as bailarinas estão constantemente sob pressão, atribuindo comportamentos maléficos para si mesmas como: transtornos do comportamento alimentar (TCA), distúrbio de imagem corporal, desenvolvimento de ansiedade e depressão, anorexia e bulimia nervosa, etc., como pontua Haas, Garcia e Bertoletti (2010).

Segundo Dorneles et al. (2014) a prática de atividades físicas como o *ballet* clássico são benéficas para o corpo humano, agregando habilidades motoras, flexibilidade, consciência corporal e socialização. Da mesma forma, também podem trazer lesões musculoesqueléticas, como a sobrecarga de treinamento, uso de pisos inapropriados, falta

de técnica e condicionamento físico, reabilitação ou cirurgia inadequada, diante de episódios de lesão, entre outros, como exemplifica Siqueira e Oliveira (2019), havendo a necessidade de investigar a prevalência de tais lesões durante a prática específica de *ballet* clássico, visto que há poucos estudos que tratam o assunto.

Paralelamente, com o desenvolvimento histórico, social e cultural, novas modalidades surgem e se popularizam, como é o caso do *pole dance*. Oriundo das *strippers* e trabalhadoras sexuais, o *pole dance*, como é conhecido hoje, se popularizou a partir de 1990 no Canadá e nos Estados Unidos da América, como afirma Lopes, Medeiros e Mattes (2018). Achôa (2019) expõe que a propagação se deu no final dos anos 90, quando Fawnia Dietrich inaugurou a primeira escola que ministrava aulas de *pole dance*, no Canadá, aumentando a procura e popularização da prática na região e demais países.

Com uma forte premissa de mobilidade estrutural, abrangendo diferentes públicos e interesses, não apenas relacionadas ao trabalho em boates e casas noturnas, o *pole dance*, quando comparado ao *ballet* clássico, se demonstra mais inclusivo em relação à corpos, gêneros, raças, etc., visto que sua própria origem é posta constantemente em higienização social, considerando o contexto patriarcal e capitalista em que está inserido, constantemente silenciando e marginalizando a prática por preconceitos conservadores.

A prática de *pole dance*, sob o olhar musculoesquelético, visa o desenvolvimento e/ou manutenção da força muscular e flexibilidade, auxiliando o bom funcionamento do sistema, afirma Rosin et al. (2017), que complementa dizendo que o treinamento deve contemplar todos os grupos musculares a fim de evitar possíveis desequilíbrios e lesões. Possuem poucos estudos que indiquem a prevalência de lesões durante a prática de *pole dance* isoladamente, não havendo nenhum que trate de forma comparativa a prevalência de lesões entre as duas modalidades abordadas

Em meio a isso, a imagem corporal compreende a representação e interpretação mental do próprio corpo e a relação do mesmo no espaço em que habita e nas relações interpessoais que o indivíduo estabelece, de forma particular e única, como afirma Campana (2007). A autora também refere que, dentro da experiência multidimensional da autoimagem, é possível analisá-la em duas esferas, perceptiva e atitudinal: a primeira diz respeito ao julgamento atribuído às próprias experiências do sujeito com o peso, a forma e o tamanho de seu corpo; a segunda, integra as emoções, o comportamento e as ações relacionadas ao corpo.

Entretanto, não há estudos robustos que comparassem a imagem corporal de praticantes de *ballet* clássico e *pole dance*. Sendo assim, a hipótese é de que a imagem corporal de praticantes de *ballet* clássico, em seu padrão conservador, é distorcida, devido à pressão à qual as bailarinas são submetidas e a falta de liberdade e mínimo incentivo à expressão corporal. Em contrapartida, há a possibilidade da imagem corporal de praticantes de *pole dance* se mostrar coerente e satisfatória, tendo como base uma estrutura e ambiente de prática inclusiva e reforçadora da autoestima e empoderamento feminino.

A elaboração desse projeto se justifica pela contribuição para a sociedade, a fim de pôr em discussão a forma com que práticas conservadoras podem estar intimamente ligadas com a distorção da imagem corporal e o comprometimento da saúde mental e física de praticantes de dança. É importante ressaltar que o questionamento deste estudo se refere a maneira de ensino e abordagem da técnica clássica, não em contestá-la ou questionar sua importância, mas estender o olhar para a forma com que o conhecimento do *ballet* clássico é transmitido, sendo pautado no respeito e na visão individual da artista/bailarina no intuito de incentivá-la a buscar um relacionamento consciente com seu próprio corpo e a dança, como abordado por Resende (2010).

Este estudo justifica-se também para a contribuição à comunidade científica, para professores e alunas/bailarinas, agregando conhecimento para novos estudos relacionados à imagem corporal e as correlações de seu impacto sobre praticantes de dança nas mais variadas modalidades.

. Objetivo Geral é comparar a imagem corporal de mulheres praticantes de *ballet* clássico e de *pole dance*. Já os objetivos específicos são: avaliar a prevalência de distúrbios da imagem corporal de praticantes de *ballet* clássico e praticantes de *pole dance* e determinar prevalência e histórico de lesões das praticantes de cada modalidade descrita.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo com abordagem quantitativa do tipo transversal. Serão incluídas no estudo mulheres com idade igual ou superior a 18 anos, praticantes de *ballet* clássico ou praticantes de *pole dance* por ao menos 3 meses e que sejam residentes da cidade de Maringá e região, no Paraná. Serão excluídas as praticantes que realizarem ambas as modalidades de forma simultânea, durante o período de estudo, ou qualquer outra modalidade.

O projeto será submetido ao comitê de ética e pesquisa com seres humanos e após a aprovação será iniciada a coleta de dados. Será apresentado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para assinatura e prosseguimento para aplicação de questionários via plataforma Google Forms. O perfil será traçado por questionário estruturado pelas autoras, com dados sociodemográficos e antropométricos como idade, peso, altura, IMC, o histórico de treinamento, a modalidade praticada, tempo de prática na modalidade pontuada (de 3 a 6, até 1 ano, mais de 1 ano) e frequência semanal de treino na modalidade referida, em horas.

Para determinar a prevalência, histórico e melhor entendimento das participantes a respeito dos questionamentos, a definição adotada para o conceito de lesão é: "qualquer déficit físico que resulte em dor ou desconforto", associado com um ou mais dos seguintes itens: i) interrupção da atividade, ii) efeitos negativos no treinamento ou performance, iii) suficiente distração para interferir com a concentração. (KERR; KRASNOW; MAINWARING, 1992, apud GREGO et al. 1999, p.2).

Além disso, serão questionadas informações como, o número de ocorrências, o local, qual tipo referido de cada uma, tempo de afastamento após a mesma, se houve tratamento, qual assistência buscou e quanto tempo permaneceu sob supervisão de um profissional, pautados nos estudos de referência de Rombaldi et al. sobre prevalência e fatores associados à ocorrência de lesões durante a prática de atividade física.

Para avaliar a imagem corporal, será aplicado o questionário BSQ validado, pontuado por Cooper et al. (1987). O questionário possui 34 questões com respostas variadas de 1 a 6, sendo elas: 1. Nunca; 2. Raramente; 3. Às vezes; 4- Frequentemente; 5- Muito frequentemente; 6-Sempre. As perguntas dizem respeito às últimas 4 semanas sobre a forma que se sente em relação à aparência. O formulário com o histórico de lesão e o questionário BSQ será encaminhado pelo google forms às praticantes de ballet e pole dance. Os dados serão planilhados no Excel para análise.

Os dados serão descritos em porcentagem para as variáveis categóricas e média e desvio padrão as variáveis contínuas. Será realizado o teste de normalidade de Kolmogorov-Smirnov. Considerando a normalidade dos dados, será realizada a comparação entre as modalidades ballet e pole dance. Será utilizado o teste t para as variáveis paramétricas e teste de Wilcoxon para comparação das prevalências. Foi considerado nível de significância de 5%. Os dados obtidos serão avaliados por meio do software estatístico SPSS.

3 RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se que, comparativamente, haja diferenças na distorção da imagem corporal e prevalência de lesões, das praticantes de *ballet* clássico e *pole dance*, tendo em vista o contexto histórico e os aspectos comportamentais que envolvem ambas as práticas

atualmente. A hipótese é que as praticantes de *ballet* clássico, devido seu contexto conservador e pragmático, apresentem maior índice de distorção da imagem corporal e prevalência de lesões enquanto que no *pole dance*, com contexto inclusivo ao qual estão inseridas, é esperado uma imagem corporal coerente e satisfatória.

REFERÊNCIAS

ASSUMPÇÃO, A. C. R. **O balé clássico e a dança contemporânea na formação humana: caminhos para a emancipação.** Monografia (Curso de Licenciatura em Educação Física) - Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2003.

CAMPANA, A. N. N. B. **Tradução, adaptação transcultural e validação do “Body Image Avoidance Questionnaire (BIAQ)” e do “Body Checking Questionnaire (BCQ)” para a língua portuguesa no Brasil.** Dissertação (Pós-Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2007

DE SIQUEIRA, E. V.; DE OLIVEIRA, R. C. P.; ANDRADE, S. **LESÕES NO BALLET CLÁSSICO: COMPARAÇÕES ENTRE HOMENS E MULHERES COM LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS.** Anais do EVINCI-UniBrasil, v. 5, n. 1, p. 264-264, 2019.

DORNELES, P. P. et al. **Análise biomecânica relacionada a lesões no balé clássico.** Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, v. 13, n. 2, 2014.

GREGO, L. G. et al. **Lesões na dança: estudo transversal híbrido em academias da cidade de Bauru-SP.** Rev Bras Med Esporte, Niterói, v. 5, n. 2, p. 47-54, Apr. 1999.

HAAS, A. N; GARCIA, A. C. D; BERTOLETTI, J. **Imagem corporal e bailarinas profissionais.** Rev Bras Med Esporte, Niterói, v. 16, n. 3, p. 182-185, jun. 2010.

MARQUES, I. A. **Corpo, dança e educação contemporânea.** Rev. Quadrimestral Faculdade de Educação-Unicamp, Campinas, vol. 9, nº 2, p. 70-78, jun. 1998

MARULANDA, D. B. **O lugar social do ensino do ballet clássico: Etnografia da linguagem, da corporalidade e do poder na incorporação de uma técnica.** Dissertação (Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas) - Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2015.

MATTES, V. V; L., LOPES, E. R; L MEDEIROS, T. E. **Motivação para prática do pole dance como atividade física por mulheres.** Saúde em Revista, v. 18, n. 49, p. 93-101.

RESENDE, T. I. S. **Outros olhares para o ensino do ballet clássico.** Artigo de pós-graduação (Curso de pedagogia da dança) – Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2010.

ROMBALDI, A. J. et al. **Prevalência e fatores associados à ocorrência de lesões durante a prática de atividade física.** Rev Bras Med Esporte, São Paulo, v. 20, n. 3, p. 190-194, Jun 2014.

ROSIN, R. et al. **COMPARAÇÃO DA FORÇA, FLEXIBILIDADE E RESISTÊNCIA ABDOMINAL DE MULHERES PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO E PRATICANTES DE POLE DANCE.** Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 25, n. 3, p. 24, 2017.

VIANNA, K. **A dança**. Editora Summus, 3ªed. São Paulo. 2005