

O BALLET CLÁSSICO E AS IMPLICAÇÕES ANATÔMICAS E BIOMECÂNICAS DE SUA PRÁTICA PARA OS PÉS E TORNOZELOS

Renata Duarte Simões

Aweliton Fernando Peres dos Anjos

O estudo identificou qual a prevalência de lesões no tornozelo e pé entre praticantes de *ballet* clássico na cidade de Vitória/ES, assim como seus aspectos causadores. Participaram da pesquisa 26 bailarinas com média de idade correspondente a 19,6 anos, que foram acometidas por lesão(ões) no tornozelo e/ou pé decorrentes da prática. Os dados foram coletados por meio de questionários semi-estruturados aplicados às dançantes. Concluiu que as lesões mais apresentadas foram as bolhas, calos, entorses, tendinites, hálux valgus (joanete), fraturas e luxações. Os principais causadores das lesões apontados foram: treinamento excessivo, os passos específicos do *ballet* clássico e o uso da sapatilha de ponta.

Palavras-Chave

Lesões no tornozelo e pé; Ballet clássico; Aspectos causadores.

CLASSICAL BALLET AND THE IMPLICATIONS ANATOMICAL AND BIOMECHANICAL YOUR PRACTICE FOR FOOT AND ANKLE

Renata Duarte Simões

Aweliton Fernando Peres dos Anjos

Abstract

The study identified to which the prevalence of injuries in the ankle and foot between practitioners of classical *ballet* in the city of Vitória/ES, as well as aspects that cause its. 26 dancers participated in the survey with the corresponding mean age 19,6 years, who had lesion(s) in the ankle and/or foot resulting from practice. The data were collected through semi-structured questionnaires applied to dancing. It concluded that the lesions were made more blisters, calluses, sprains, tendonitis, hallux valgus (bunion), fractures and dislocations. The main causes of the injuries identified have been: training excessive, the specific steps of classical *ballet* and the use of shoe-edge.

Key-Words

Injuries in the ankle and foot; Classical ballet; Aspects that cause.