

ABSTRAKT

Název práce:

Poruchy pohybového aparátu související s výkonem profese tanečnice - baletky

Cíl:

Vysoké nároky na pracovní výkon pohybového aparátu baletek se projeví zejména v muskuloskeletálních oblastech opakovaně vystavovaných v klasickém tanci specifické fyzické zátěži. Objasnění, které oblasti pohybového aparátu to jsou a jaké je jejich poměrné zastoupení v celkovém obraze problémů pohybového aparátu tanečnic v České republice, jaké převažují rizikové faktory a jaké jsou aplikované preventivní strategie pro předcházení poškození pohybového aparátu, je cílem této diplomové práce.

Metodika:

Výše uvedené bylo zjišťováno prostřednictvím dotazníkového šetření u náhodně vybraného vzorku žen/dívek, které absolvovaly baletní průpravu jakožto profesní přípravu na kariéru tanečnice - baletky, a/nebo jsou/byly profesionálními tanečnicemi - baletkami. Osloveny byly baletky v celé České republice a vyplnění dotazníku bylo zcela dobrovolné. Celkem se výzkumu zúčastnilo 56 respondentek. Dotazník obsahoval otevřené i uzavřené otázky a jeho koncepce vycházela ze standardizovaného Skandinávského muskuloskeletálního dotazníku (The Nordic Musculoskeletal Questionnaire, dále jen „NMQ“), přičemž vybrané otázky byly upraveny, tak aby byly pro oblast baletu relevantní. Úvodní část dotazníku obsahovala otázky sociodemografického charakteru, druhá část se týkala prodělaných poruch pohybového aparátu a preventivních opatření a třetí část muskuloskeletálních poruch jednotlivých oblastí těla. Data byla zpracována použitím statistických funkcí tabulkového procesoru MS Excel (Windows 10), rovněž tak výsledné přehledové tabulky a grafy, a programem pro statistické výpočty R.

Výsledky:

77 % účastnic studie uvedlo, že prodělalo nějaký úraz či chorobu pohybového aparátu. 68 % tanečnic uvedlo, že již měly zkušenost s muskuloskeletální poruchou související s prací (Work Related Musculoskeletal Disorders, dále jen „WRMD“). Za posledních dvanáct měsíců utrpělo WRMD 41 % respondentek v oblasti krku, 38 % v oblasti hlezenního kloubu a 32 % v oblasti kyčlí, následovala oblast horní a dolní části zad, ramena, kolena, zápěstí/ruka

a lokty. Nejdelší doba trvání WRMD za posledních 12 měsíců byla v 51 % tři až sedm dní a pracovní neschopnost z důvodu WRMD v 90 % nebyla čerpána ani jedenkrát. Z příznaků WRMD je v popředí jednoznačně bolest s omezenou pohyblivostí a ztuhlostí. Za rizikové faktory při výkonu práce bylo nejčastěji označeno provádění stejného úkonu stále dokola a pokračování v práci i přes zranění nebo bolest. K preventivním strategiím předcházejícím poškození pohybového aparátu u baletek téměř 100 % účastnic výzkumu řadí rozcvičení a protažení před tanečním výkonem, které provedou téměř vždy. Pravidelné přestávky k odpočinku a obnově sil a volba takové techniky, která nevyvolává bolest, nebo alespoň nezhoršuje stávající, volí téměř 50 % účastnic s frekvencí někdy.

Klíčová slova:

baletka, tanečnice, balet, tanec, poruchy pohybového aparátu, úrazy, bolest, fyzioterapie, taneční profese/povolání a zdraví, WRMD, NMQ