
**Διερεύνηση Τραυματισμών και Αντιμετώπιση τους
σε Σπουδαστές και Επαγγελματίες Χορευτές Σύγχρονου Χορού**

Πουρναρά Ι., Δαμόπουλος Ε., Βενετσάνου Φ., Κουτσούμα Μ.

Σ.Ε.Φ.Α.Α., Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

Περίληψη

Οι τραυματισμοί των χορευτών/τριών αποτελούν ένα συχνό φαινόμενο που ελλοχεύει κινδύνους για την καριέρα τους. Συνεπώς η διερεύνησή τους θα συνεισφέρει σημαντικά στην κατανόηση και τη μείωσή τους στο μέλλον. Σκοπός της παρούσας εργασίας ήταν η μελέτη των τραυματισμών και της αντιμετώπισής τους από σπουδαστές/τριες χορού και επαγγελματίες χορευτές/τριες σύγχρονου χορού. Στην έρευνα συμμετείχαν 60 τριτοετείς σπουδαστές/τριες και 66 επαγγελματίες σύγχρονου χορού. Για την καταγραφή των τραυματισμών των χορευτών/τριών χρησιμοποιήθηκε το σχετικό ερωτηματολόγιο των Brinson και Dick (1996), αφού πρώτα προσαρμόστηκε στην ελληνική γλώσσα. Από τα αποτελέσματα φάνηκε ότι οι χορευτές/τριες υποφέρουν κυρίως από μυϊκούς ή πολλαπλούς τραυματισμούς, οι οποίοι εκδηλώνονται συνήθως σε διάφορα σημεία του σώματος. Επίσης, όταν τραυματίζονται, οι χορευτές/τριες απευθύνονται πρωτίστως σε φυσικοθεραπευτή, σε συνδυασμό με τη φροντίδα κάποιου άλλου επαγγελματία υγείας, ενώ αναλαμβάνουν οι ίδιοι το κόστος της θεραπείας τους. Τέλος, οι περισσότεροι/ες δήλωσαν πως κάνουν προθέρμανση πριν από το μάθημα, την πρόβα ή την παράσταση, ενώ παραλείπουν την αποθεραπεία μετά την παράσταση. Λαμβάνοντας υπόψη τα παραπάνω, αναδεικνύεται η επιτακτική ανάγκη ενημέρωσης των εταιρειών χορού, των χορογράφων και των ίδιων των χορευτών/τριών σχετικά με την πρόληψη και την αντιμετώπιση των τραυματισμών, καθώς και της ευαισθητοποίησης των δημόσιων φορέων για κάλυψη των θεραπειών των χορευτών/τριών.

Λέξεις-κλειδιά: πόνος, αποθεραπεία, ευαισθητοποίηση, καριέρα