

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS - UFAM
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA - FEFF
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO EM PROMOÇÃO DA SAÚDE
E LAZER**

JOSÉ EDUARDO ALBUQUERQUE BARBOSA

PREVALÊNCIA DE DOR E LESÕES EM DANÇARINOS DE BOI-BUMBÁ

MANAUS/AM

2025

JOSÉ EDUARDO ALBUQUERQUE BARBOSA

PREVALÊNCIA DE DOR E LESÕES EM DANÇARINOS DE BOI-BUMBÁ

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Bacharelado em Educação Física - Promoção em Saúde e Lazer da Universidade Federal do Amazonas (UFAM), como requisito para obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientador: Prof. Ms. Carlos Masashi Otani

MANAUS/AM

2025

Ficha Catalográfica

Elaborada automaticamente de acordo com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

B238p Barbosa, José Eduardo Albuquerque
 Prevalência de dor e lesões em dançarinos de boi-bumbá / José
 Eduardo Albuquerque Barbosa. - 2025.
 29 f. : il., color. ; 31 cm.

 Orientador(a): Carlos Masashi Otani.
 Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) - Universidade
 Federal do Amazonas, Faculdade de Educação Física e
 Fisioterapia, Curso de Educação Física - Promoção em Saúde e
 Lazer, Manaus, 2025.

 1. Dançarinos. 2. Boi-bumbá. 3. Dor. 4. Lesões. I. Otani, Carlos
 Masashi. II. Universidade Federal do Amazonas. Faculdade de
 Educação Física e Fisioterapia. Curso de Educação Física -
 Promoção em Saúde e Lazer. III. Título

JOSÉ EDUARDO ALBUQUERQUE BARBOSA

PREVALÊNCIA DE DOR E LESÕES EM DANÇARINOS DE BOI-BUMBÁ

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Bacharelado em Educação Física - Promoção em Saúde e Lazer da Universidade Federal do Amazonas (UFAM), como requisito para obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Este trabalho foi defendido e aprovado pela banca em 10/12/2025.

BANCA EXAMINADORA



Prof. Ms. Carlos Masahi Otani - UFAM
Orientador



Prof.^a Dr.^a. Lionela da Silva Corrêa - UFAM
Avaliador



Prof. Dr. Rodrigo Ghedini Gheller - UFAM
Avaliador

Dedico este trabalho aos que tornaram possível sua realização: meus pais, meu companheiro, meus amigos, meus professores, meu sincero agradecimento.

AGRADECIMENTOS

Quero agradecer primeiramente aos meus pais, Ivanilce e Rizomar, pelo amor incondicional e apoio constante durante toda a minha jornada acadêmica. Vocês são meus pilares e minha inspiração.

Ao meu companheiro, Allan, pelo amor, paciência e compreensão. Sua presença em minha vida é um presente precioso.

Aos meus amigos, que estiveram ao meu lado durante essa jornada, obrigado pela amizade, apoio e momentos de descontração.

Aos participantes da pesquisa, que gentilmente compartilharam suas experiências e tempo, meu mais sincero agradecimento. Vocês foram fundamentais para a realização deste trabalho.

Aos meus professores, pela orientação, sabedoria e apoio ao longo do curso. Em especial ao meu orientador Carlos Masashi. Todos foram essenciais para o meu crescimento acadêmico e profissional.

A todos que contribuíram direta ou indiretamente para a realização deste trabalho, meu mais sincero agradecimento. Este trabalho é fruto do esforço e colaboração de muitas pessoas, e sou grato por ter tido a oportunidade de trabalhar com cada um de vocês.

Muito obrigado a todos!

“Não é o ritmo nem os passos que fazem a dança,
mas a paixão que vai na alma de quem dança.”
Augusto Branco

RESUMO

As danças folclóricas além de servirem como entretenimento também carregam valores culturais de um povo, passam o legado cultural de geração em geração. A prática do boi-bumbá é uma prática que envolve movimentos complexos e repetitivos, aumentando o risco de lesões musculoesqueléticas nos dançarinos. Objetivo geral: investigar a prevalência de dor e lesões em dançarinos de boi-bumbá. Método: consiste em uma pesquisa descritiva, sendo uma pesquisa de campo com aplicação de questionário. Resultados: a região que mais teve queixas de dor foram os joelhos sendo citados 29 vezes, seguidos pela lombar com 22 respostas e o ombro com 19 menções. Quanto a lesionar-se dançando boi-bumbá, 25 (45,5%) disseram ter se lesionado e 30 (54,5%) não sofreram lesões. O teste estatístico mostrou uma associação significativa entre a falta de treino de força e a ocorrência de lesões musculoesqueléticas. A maioria dos dançarinos de boi-bumbá não se lesionou, mas aqueles que se lesionaram têm rotina intensa de ensaios e apresentações. A falta de treinamento, excesso de repetições, falta de aquecimento e sobrecarga podem causar lesões.

Palavras-chave: dançarinos; boi-bumbá; dor; lesões.

ABSTRACT

Folk dances, besides serving as entertainment, also carry the cultural values of a people, passing on the cultural legacy from generation to generation. The practice of boi-bumbá (a traditional Brazilian folk dance) involves complex and repetitive movements, increasing the risk of musculoskeletal injuries in dancers. General objective: to investigate the prevalence of pain and injuries in boi-bumbá dancers. Method: this is a descriptive study, a field study using a questionnaire. Results: the region with the most complaints of pain was the knees, cited 29 times, followed by the lower back with 22 responses and the shoulder with 19 mentions. Regarding injuries sustained while dancing boi-bumbá, 25 (45.5%) reported having been injured and 30 (54.5%) did not suffer injuries. The statistical test showed a significant association between lack of strength training and the occurrence of musculoskeletal injuries. Most boi-bumbá dancers were not injured, but those who were injured have an intense routine of rehearsals and performances. Lack of training, excessive repetitions, lack of warm-up, and overload can cause injuries.

Keywords: dancers; boi-bumbá; pain; injuries.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	10
1.1. OBJETIVOS.....	11
1.1.1. Objetivo geral.....	11
1.1.2. Objetivos específicos.....	11
1.1.3. Justificativa:.....	11
2. REFERENCIAL TEÓRICO.....	13
2.1. DANÇA E BOI-BUMBÁ.....	13
2.2. LESÕES NA DANÇA.....	15
3. METODOLOGIA.....	16
3.1. Tipo de pesquisa.....	16
3.2. Amostra:.....	16
3.3. Coleta de dados.....	16
3.4. Análise de dados.....	17
3.5. Estudo Piloto.....	17
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	18
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	24
REFERÊNCIAS.....	25
APÊNDICE A – Questionário.....	28

1. INTRODUÇÃO

A dança é uma expressão corporal muito antiga, tão antiga como o próprio homem, inicialmente usada para expressar emoções, manifestações religiosas, além da relação do homem com a natureza. As danças folclóricas além de servirem como entretenimento também carregam valores culturais de um povo, passam o legado cultural de geração em geração. Segundo Carbonera e Carbonera (2008, p. 07) “onde existe vida existe movimento e a dança é movimento, a sucessão deles, sua integração. É expressão de vida, transmissão de sentimentos, comunicação, vivência corporal e emocional”. Dançar é movimentar-se, é contar histórias através de gestos, assim como transmitir sentimentos e conectar-se com o espectador.

No Brasil, há uma variedade de danças folclóricas que possuem características próprias, com elas é possível compreender um pouco da história e da cultura de cada região. Dentre elas temos: o boi-bumbá ou bumba meu boi, o carimbó, o frevo, o samba de roda, o baião, a dança de fitas, entre outros.

O Festival Folclórico de Parintins é uma comemoração popular realizada anualmente no último fim de semana de junho, na cidade de Parintins, no estado do Amazonas. O Festival ocorre a céu aberto, a disputa ocorre entre duas associações, o Boi Garantido e o Boi Caprichoso. “O Garantido é o boi do coração na testa, todo branco, cujas cores empunhadas são o vermelho e branco. O Caprichoso é o boi da estrela na testa, todo preto, defendendo o azul e branco”(Cabo Verde et al, 2023, p. 295). A apresentação acontece no Bumbódromo, um tipo de estádio com o formato de uma cabeça de boi. O festival acontece durante três noites, os dois bois se apresentam em todas as noites, mas, a ordem de entrada é definida aleatoriamente.

Este estudo tem como foco dançarinos de boi-bumbá, é comum pensar que dançarino e bailarino possuem o mesmo significado. A diferença entre dançarino e bailarino está na formação e experiência. O dançarino é qualquer pessoa que dança, enquanto o bailarino é um profissional com habilidades técnicas específicas e treinamento avançado em uma modalidade de dança. Enquanto o dançarino pode executar movimentos de forma mais intuitiva e sem uma formação técnica formal, o bailarino é caracterizado por sua proficiência técnica e compreensão aprofundada da arte da dança. A prática da dança, embora frequentemente associada a uma atividade de baixo impacto e expressiva, exige uma combinação de técnica, coordenação e esforço físico.

Além disso, certas modalidades de dança envolvem colaborações que demandam habilidades específicas, como lançamentos, levantamento de parceiros e movimentos que exigem controle e sincronia. Essas ações requerem não apenas força e resistência física, mas também uma compreensão profunda da técnica e da dinâmica do movimento. A execução desses movimentos com precisão e expressão destaca a complexidade e o profissionalismo envolvidos na prática da dança.

Pinho et al. (2013), afirmam que as lesões músculo esqueléticas normalmente, são caracterizadas como patologias que atingem músculos, tendões, ligamentos, articulações, nervos ou tecidos moles relacionados. A literatura sugere que estilos de dança como balé, jazz e contemporâneo apresentam uma elevada prevalência de lesões, com destaque para os membros inferiores, conforme demonstrado pelas pesquisas de Marques (2023), Baldez (2017) e Marchiori (2016).

A prática do boi-bumbá é uma atividade física que envolve movimentos complexos e repetitivos, aumentando o risco de lesões musculoesqueléticas nos dançarinos. Apesar disso, existe uma lacuna na literatura sobre a relação entre a prática do boi-bumbá e a ocorrência de lesões.

1.1. OBJETIVOS

1.1.1. Objetivo geral

Investigar a prevalência de dor e lesões em dançarinos de boi-bumbá.

1.1.2. Objetivos específicos

- Analisar a relação entre lesões e a prática da dança boi-bumbá.
- Verificar a incidência de dores articulares em dançarinos de boi-bumbá.
- Identificar as regiões mais lesionadas.
- Descobrir a existência de uma preparação física para evitar lesões.
- Apurar a frequência de ensaios e apresentações semanais.

1.1.3. Justificativa:

Esta pesquisa surgiu através da seguinte questão norteadora, “Dançarinos de boi-bumbá possuem muitas lesões adquiridas com a prática da dança?”

Esta pesquisa se justifica pela necessidade de compreender melhor os riscos associados à prática do boi-bumbá e desenvolver estratégias eficazes de prevenção e tratamento de lesões, visando proteger a saúde e o bem-estar dos dançarinos. É

notável que, apesar do boi-bumbá ser uma expressão cultural importante no Amazonas, a maioria dos estudos existentes se concentra no contexto histórico e cultural, deixando uma lacuna significativa em relação à saúde e segurança dos dançarinos e brincantes.

Portanto, esta pesquisa visa preencher essa lacuna e fornecer informações valiosas para a comunidade de dança e saúde. Além disso, os resultados desta pesquisa podem contribuir para a criação de programas de treinamento mais seguros e eficazes para os dançarinos de boi-bumbá.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. DANÇA E BOI-BUMBÁ

A história do boi-bumbá conta a história de dois negros que trabalhavam e moravam em uma fazenda, são eles Pai Francisco e Mãe Catirina. Quando Catirina fica grávida, ela tem um forte desejo de comer a língua de um boi, porém, não era qualquer boi, era o boi predileto do dono da fazenda. Para atender o desejo de sua esposa, Pai Francisco vai e mata o boi, ao sentir a falta do seu boi predileto o fazendeiro manda todos os empregados irem procurar por ele. Quando o encontram o boi já está morto, Pai Francisco confessa que matou o boi, então o fazendeiro manda buscarem o pajé para tentar salvar o boi, após um tempo o pajé consegue ressuscitar o boi e então o fazendeiro manda fazer uma grande festa para comemorar.

Silveira, Silva e Nakanome (2021) afirmam que o boi-bumbá surgiu do bumba-meu-boi, através da junção das presenças do colonizador português, dos negros escravizados e dos indígenas. Chegando na Amazônia acabou sendo influenciado pela cultura e crenças regionais. “Sofre impacto das culturas das populações aqui existentes, como a dos caboclos e dos índios, marcados pela natureza peculiar que os envolve” (Filho, 2002, p. 28).

O Boi Caprichoso foi fundado em 1913 pelos irmãos Roque, Antônio e Pedro Cid, juntamente com Luiz Gonzaga, nasceu como uma brincadeira de rua, com versos de saudação e desafios para o contrário. Já o Garantido, também fundado em 1913 por Lindolfo Monteverde, surgiu de uma promessa a São João Batista, após uma cura milagrosa, e desde então é conhecido como o Boi da Promessa. Segundo relatos populares, os bois desfilavam pelas ruas de Parintins para brincar e, ao se encontrarem, surgiam desafios e disputas que frequentemente terminavam em confusões e brigas. A oficialização do festival ajudou a diminuir essas ocorrências.

1965 - Festival oficializado por um grupo de amigos ligados à Juventude Alegre Católica (JAC);

1970 - Jair Mendes traz a ideia de alegorias, inspiradas nos carros alegóricos;

1980 (década) - Prefeitura assume a organização do Festival;

1987 - criação do Bumbódromo;

2013 - Centenário dos Bois

O boi-bumbá é marcado pelo passo "dois pra lá e dois pra cá", que envolve mover-se dois passos para um lado e retornar com dois passos para o outro, geralmente com balançar dos braços acima da cabeça. Uma variação é o bailado corrido, com meio giro do tronco para trás. Outro passo característico é o "uca, uca" ou "uga, uga", consiste em uma pisada forte com o pé direito e o pé esquerdo acompanha o movimento saindo levemente do chão, onde as pernas ficam semi-flexionadas, o tronco levemente flexionado e os braços ao lado do corpo, com os punhos fechados. Esses passos são fundamentais nas coreografias tradicionais do boi-bumbá.

No que diz respeito a criação de coreografias, Batalha (2017) classifica as coreografias de dois modos: 1) dança de palco, são coreografias voltadas para o público aprender e dançar junto com os brincantes e 2) dança para shows, onde os passos são mais acrobáticos e com finalidade mais visual. Podemos notar diferenças entre os dois tipos, os passos das coreografias de palco, tendem a ser mais simples para o espectador conseguir acompanhar, já as coreografias para show, são criações que utilizam de elementos como saltos, rolamentos, lançamentos, normalmente utilizadas na arena ou apresentações específicas.

Através dos vídeos de coreografia dos bois, podemos perceber certas mudanças na coreografia. As sequências de passos eram mais simples e se repetiam mais vezes na toada. No entanto, entre as décadas de 1990 e 2000, as coreografias começaram a incorporar elementos de outros estilos, como samba e danças de origem africana, demonstrando uma miscigenação cultural. Essas mudanças podem ser observadas se compararmos as coreografias mais antigas com as mais atuais, apesar disso, o boi-bumbá continua a manter sua essência e identidade única.

Como afirma Batalha (2015, p. 193):

Dessa forma, hoje em dia, grande parte das coreografias do "boi" produz conexões com as técnicas do balé clássico por meio dos movimentos de pernas, braços, saltos; da dança moderna devido à rotação do corpo, torção; da dança contemporânea, por meio dos rolamentos, simulação de quedas, circulações pelo solo sinalizando forças, dentre outros. Diante do contexto, a dança apresenta esses elementos, que são identificados e aliados ao "dois pra lá e dois pra cá" e a "marcação de passos", que caracterizam, também, um "estilo", não apenas da dança do "boi", mas de cada grupo ou companhia criada para exibir seu modo de dançar ao boi adversário.

2.2. LESÕES NA DANÇA

A prática da dança, independentemente do estilo, requer um investimento substancial de tempo para a aquisição de técnicas e sequências de movimentos. Além disso, é fundamental realizar uma preparação adequada, incluindo alongamentos estáticos e dinâmicos, aquecimento e desenvolvimento da consciência corporal, a fim de compreender melhor os limites do próprio corpo e prevenir lesões.

Segundo Ramkumar et. al. (2016 apud BALDEZ, 2017, p. 20), a lesão é um comprometimento do nível de tecido anatômico, que resulta em perda de tempo integral da atividade por um ou mais dias além do dia do início. O uso excessivo de determinados músculos ou articulações, sem descanso adequado, pode levar a lesões por esforço repetitivo, conhecidas como "overuse". Já as lesões traumáticas são causadas por impactos ou traumas, como quedas ou torções, que podem ocorrer durante a prática da dança devido a fatores como piso inadequado, falhas técnicas ou acidentes.

O treinamento excessivo pode causar lesões aos dançarinos, no entanto as lesões podem surgir de forma gradual, com sintomas agudos ou crônicos (Marques, 2023). Ensaios exaustivos ou realizados sem um alongamento/aquecimento adequado podem ser causas para o surgimento de lesões em dançarinos. "Entretanto, a inclusão de queixas e traumas menores é interessante quando se analisam os padrões e tendências gerais de lesões em dançarinos, podendo identificar previamente fatores de risco que podem levar a lesões mais graves" (BRONNER; WOOD, 2017 apud PANOSSO, 2023, p. 23).

As lesões musculoesqueléticas são um desafio relevante para os dançarinos, devido à natureza exigente da atividade, que envolve movimentos articulares extremos e treinamento intenso. No entanto, essas lesões recebem atenção insuficiente, devido, em parte, à ausência de reconhecimento da dança como uma prática que envolve esforço físico intenso, o que limita o acesso a cuidados especializados em saúde. Camargo e Ghirotto (2003 apud MARQUES, 2023) destacam que os dançarinos frequentemente ignoram os sinais de lesões, o que pode piorar a situação e afetar sua performance.

3. METODOLOGIA

3.1. Tipo de pesquisa

Consiste em uma pesquisa descritiva, sendo uma pesquisa de campo com aplicação de questionário, possui uma abordagem quantitativa, dada as opções de resposta no questionário. Para Gil (2017), as pesquisas descritivas visam descrever características de um fenômeno ou população, além de constatar possíveis relações entre variáveis.

3.2. Amostra:

Participaram desta pesquisa 55 dançarinos de boi-bumbá, de grupos oficiais, não oficiais e independentes, sendo 35 dançarinos de Manaus/AM e 20 dançarinos de Parintins/AM.

Critérios de inclusão: ser maior de idade, ambos os sexos, dançar boi bumbá há pelo menos 1 ano; responder todas as perguntas do questionário.

Critérios de exclusão: não responder o questionário adequadamente, não aceitar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), não ser dançarino de Manaus e Parintins.

3.3. Coleta de dados

A coleta de dados ocorreu entre março e abril de 2025, por meio de um questionário online hospedado na plataforma Google Forms. Essa abordagem foi escolhida para alcançar um maior número de participantes. A divulgação foi realizada através de redes sociais, aplicativos de mensagens (WhatsApp) e interações presenciais. Além disso, os próprios participantes contribuíram para a expansão da amostra ao compartilhar o link do questionário com seus contatos, ampliando assim o alcance da pesquisa, caracterizando um método bola de neve.

Para essa pesquisa os pesquisadores adaptaram um questionário com perguntas objetivas de múltipla escolha, relacionadas à prática da dança; ao desconforto durante ensaios ou apresentações; regiões de maior incômodo; sobre aquecimento antes das apresentações e existência prévia de lesões. Nosso instrumento de coleta foi baseado no questionário elaborado por Baldez (2017), na pesquisa “PREVALÊNCIA DE LESÕES EM BAILARINAS DE DANÇA DO VENTRE”. “Os estudos de questionário têm por objetivo receber respostas comparáveis de todos os participantes” (Flick, 2013, p. 110).

3.4. Análise de dados

A análise foi feita de forma quantitativa, de forma a obter dados como média e porcentagem de acordo com as respostas obtidas nos questionários, além disso foi realizado o teste de qui-quadrado (X^2). O teste Qui-Quadrado (χ^2) é uma ferramenta estatística não paramétrica utilizada para avaliar a existência de uma associação significativa entre duas variáveis categóricas. Ele compara as frequências observadas nas categorias com as frequências esperadas sob a hipótese de independência entre as variáveis, permitindo determinar se as diferenças observadas são estatisticamente significativas. Conforme Bardin (2016), a análise quantitativa obtém seus dados por meio de um método estatístico, o qual é mais objetivo, fiel e exato.

3.5. Estudo Piloto

O estudo piloto foi realizado com 5 voluntários, dançarinos de boi-bumbá. O objetivo foi verificar a aceitação do questionário e familiarização com o procedimento de coleta de dados, além de verificar possíveis confusões quanto a respostas das perguntas.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dentre os participantes tivemos 55 participantes, 35 dançarinos de Manaus e 20 dançarinos de Parintins. Deste total haviam 33 do sexo masculino e 22 do sexo feminino, com faixa etária entre 18 e 42 anos, a média de idade foi de 29,26 anos. A tabela a seguir, trata de dados referentes ao tempo de prática da dança, quantidade de dias e horas semanais dedicados ao boi-bumbá.

Tabela 1 - Tempo dedicado à prática

Variáveis	N	%
Quantos anos?		
1 ano	4	7,3
2 anos	4	7,3
3 anos	8	14,5
4 anos ou mais	39	70,9
Quantos dias por semana?		
1 dia	-	-
2 dias	18	32,7
3 dias	9	16,4
4 dias ou mais	28	50,9
Quantas horas por semana?		
Até 4 horas	28	50,9
Até 8 horas	14	25,5
Até 12 horas	9	16,4
Até 15 horas ou mais	4	7,3
Total	55	100

Fonte: Dados da pesquisa (2025)

Sobre as preparações pré e pós ensaios/apresentações, obtivemos os seguintes dados: 47 (85,5%) dançarinos fazem alongamento antes de dançar, enquanto 4 (7,3%) deles não realizam nenhum tipo de alongamento e somente 4 (7,3%) fazem alongamento no início e no final da atividade. Quanto à preparação

para evitar lesões, 32 (58,2%) dos participantes disseram que existe uma preparação e 23 (41,8%) responderam que não existe um preparo.

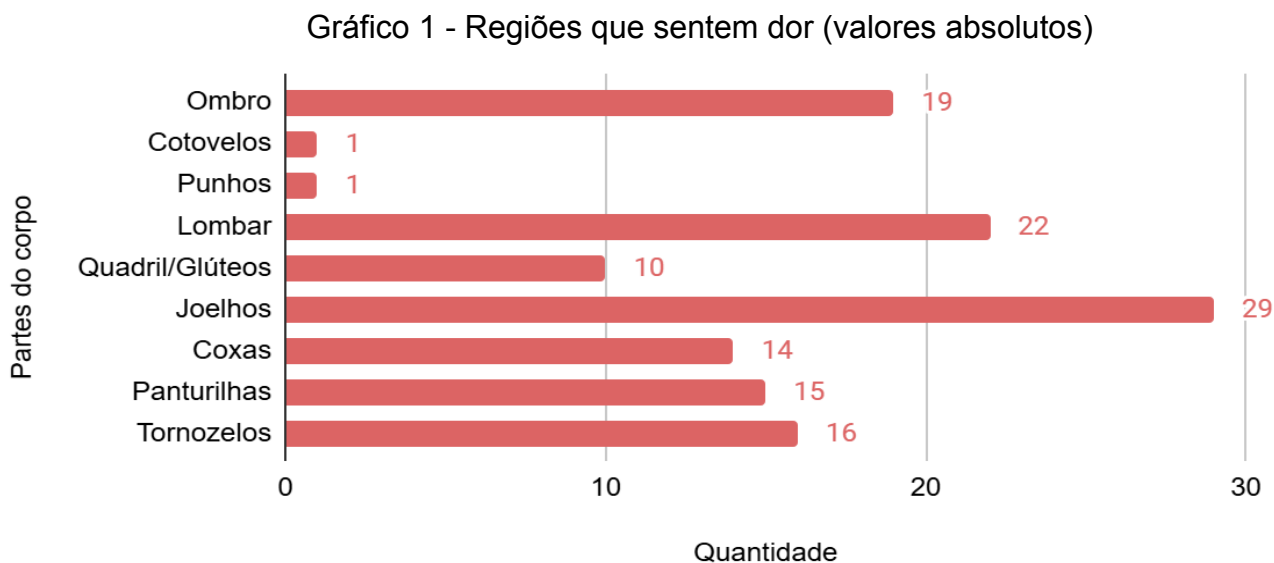
Os participantes também responderam perguntas relacionadas aos seus treinos de força, sejam treinos em academia, box de crossfit ou mesmo treinos a céu aberto, 50,9% responderam que sim, fazem treinamento de força, 30,9% as vezes e 18,2% não fazem nenhum treino de força. Os dados sobre a frequência semanal de treinos, podem ser observados na tabela abaixo.

Tabela 2 - Treinamento de força (prática e frequência semanal)

Dias de treino	Participantes (N)	(%)
1 dia	2	3,6
2 dias	6	10,9
3 dias	9	16,4
Não treina	12	21,8
4 dias ou mais	26	47,3

Fonte: Dados da pesquisa (2025)

Podemos notar que existem aqueles dançarinos que não treinam cerca de 21,8%, apenas praticam a dança, em contrapartida 47,3% dos dançarinos treinam pelo menos 4 dias na semana, o que significa que são bastante ativos, que estão constantemente se exercitando. Além da saúde, outro fator está associado à estética, para manter um corpo atraente durante as apresentações, por conta dos figurinos/indumentárias indígenas, que costumam ser tangas/saiotes, adereços nas pernas, braços e cabeça. Em relação à sensação de dor durante os ensaios e apresentações, 30 (54,5%) dançarinos disseram que às vezes sentiam dor, 17 (30,9%) "sim" e 8 (14,5%) responderam "não".



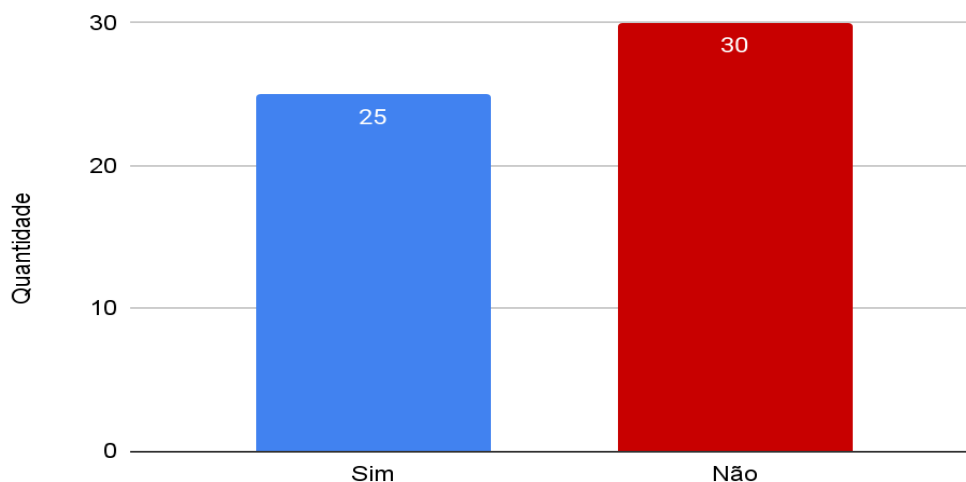
Fonte: Dados da pesquisa (2025)

Como se pode notar, a região que mais teve queixas foram os joelhos sendo citados 29 vezes, seguidos pela lombar com 22 respostas e o ombro com 19 menções. Nossos dados entram em concordância com algumas pesquisas que apontam dores mais frequentes nas regiões inferiores do corpo, principalmente os joelhos. Em uma pesquisa realizada em Portugal por Azevedo, Oliveira e Fonseca (2007), descobriu-se que cerca de 56,9% dos bailarinos tiveram lesões nos membros inferiores, além disso a região mais afetada foram os joelhos.

Para Pinto e Carpes (2017 apud NUNES et al, 2021) os dançarinos apresentam uma alta taxa de lesões, especialmente nos membros inferiores, resultantes da sobrecarga dessa região, afetando os sistemas muscular, tendíneo e ligamentar. Matos (2022, apud MARQUES, 2023) destaca que as lesões em dança são comuns nos membros inferiores, que suportam o peso corporal e são responsáveis pelo equilíbrio e locomoção, sendo frequentemente solicitados em movimentos como saltos e giros.

Sobre as perguntas relacionadas às lesões, 16 (29,1%) dos participantes disseram já possuir lesões antes da prática do boi-bumbá e 29 (70,9%) relataram não ter lesões anteriores. Quanto a lesionar-se dançando boi-bumbá, 25 (45,5%) disseram ter se lesionado e 30 (54,5%) não sofreram lesões.

Gráfico 2 - Lesões enquanto dançava boi-bumbá



Fonte: Dados da pesquisa (2025)

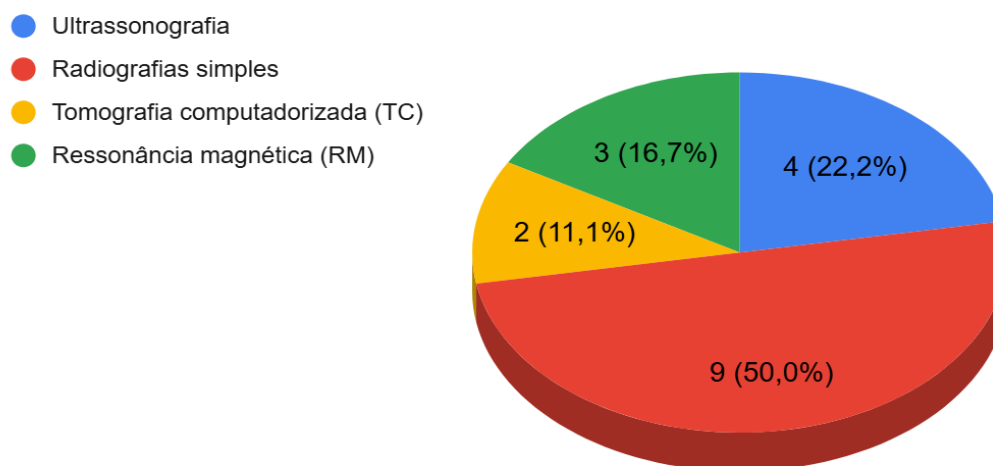
Os resultados da pesquisa mostram que, dos 55 participantes, cerca de 45,5% (n=25) relataram ter sofrido lesões enquanto dançavam boi-bumbá. No entanto, somente 16 indivíduos buscaram realizar exames de diagnóstico. Nota-se uma possível relação entre a prática da dança boi-bumbá e a aparição de lesões. Devemos considerar outras variáveis que podem influenciar essa relação, como a falta de preparação física adequada, a frequência de ensaios e apresentações, assim como outros fatores relevantes.

Ao cruzar os dados sobre os dias dedicados à dança e as lesões ocorridas durante a atividade, 28 dos participantes ensaiam ou fazem apresentações pelo menos quatro dias por semana, desse grupo 42,9% (n=12) não se machucaram por conta da dança, enquanto, 57,1% (n=16) afirmaram já terem se lesionado enquanto dançavam o boi-bumbá. Esses dados corroboram com os achados da pesquisa realizada por Machado (2023), que identifica a prática excessiva e os movimentos repetitivos como principais causas de lesões em dançarinos. De acordo com essas informações podemos afirmar que uma rotina de atividades intensas, pode influenciar diretamente no surgimento de lesões, isso pode ocorrer pelo excesso de repetição dos movimentos, por falta de preparo físico antes de iniciar a dança.

Quando questionados sobre a realização de exames para diagnóstico de lesões, 39 participantes (70,9%) relataram não ter realizado exames, enquanto 16 participantes (29,1%) afirmaram ter realizado exames anteriormente. A partir desse

ponto, a amostra foi reduzida para 16 participantes, pois as perguntas subsequentes foram direcionadas apenas àqueles que haviam realizado exames previamente.

Gráfico 3 - Exames realizados pelos participantes



Fonte: Dados da pesquisa (2025)

Pode-se observar que o exame mais realizado foi a radiografia simples, realizado por 9 participantes. Também foram citadas na pesquisa, ultrassonografia com 4 respostas, tomografia computadorizada (TC) 2 respostas e ressonância magnética (RM) 3 respostas. Para Järvinen et al., (2013 apud Paiva et al, 2025), a ultrassonografia musculoesquelética é uma ferramenta crucial, pois é disponível, acessível e permite avaliações dinâmicas em tempo real, ela oferece informações detalhadas sobre a estrutura dos tecidos lesionados.

Dentre os profissionais consultados pelos participantes para obter um diagnóstico, 40,9% foram ao ortopedista, 45,5% ao fisioterapeuta e 13,6% foram ao traumatologista. Questionados sobre realizar tratamentos, 40,9% disseram que “sim”, 31,3% responderam que não fizeram, enquanto 12,5% iniciaram e não terminaram o tratamento.

Para Silva e Enumo (2016, apud Cunha e Nascimento, 2018) alguns dançarinos não buscam tratamento por desinteresse ou medo de serem obrigados a se afastar da dança, indicando dependência de exercício físico, ou preocupações financeiras. É um fato empírico que os dançarinos frequentemente sofrem lesões e, apesar disso, continuam a dançar, recorrendo a tratamentos caseiros,

medicamentos farmacêuticos ou naturais. Essa conduta pode ser atribuída ao medo de serem afastados dos palcos e, conseqüentemente, privados de exercer sua atividade profissional e paixão.

Para verificar a relação entre a realização de treinos de força e a ocorrência de lesões entre os dançarinos de boi-bumbá, 45 dos entrevistados fizeram treinos de força, desse total 20 relataram ter sofrido lesão dançando boi-bumbá e 25 disseram não ter sofrido lesões. Foi realizado o teste do qui-quadrado (χ^2), os resultados demonstraram que a associação foi estatisticamente significativa ($\chi^2(1) = 7,63$; $p = 0,0022$), com grau de liberdade: 2.

Esse resultado sugere que a ausência de um treinamento de força/resistência está associada a uma maior probabilidade de ocorrência de lesões musculoesqueléticas nos dançarinos de boi-bumbá.

Assim, os dados obtidos reforçam a importância de implementar protocolos sistemáticos de preparação física previamente aos ensaios e apresentações, como uma estratégia eficaz para mitigar o risco de lesões. Isso se mostra particularmente relevante em modalidades como o boi-bumbá, caracterizadas por movimentos repetitivos e de alto impacto, que podem aumentar a vulnerabilidade dos praticantes a lesões músculo esqueléticas e articulares.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

De modo geral, um pouco mais da metade da amostra não se lesionou dançando boi-bumbá, indicando que é uma prática relativamente segura. Contudo, a maioria dos dançarinos lesionados tem uma rotina intensa de ensaios e apresentações. Isso sugere uma relação significativa entre o tempo dedicado à prática do boi-bumbá e o surgimento de lesões musculoesqueléticas. Esse resultado está em consonância com estudos prévios sobre lesões em outros estilos de dança, apontando que o excesso de repetições, a falta de aquecimento adequado e a sobrecarga de atividades podem contribuir para lesões nos praticantes de boi-bumbá.

Os resultados do teste estatístico indicaram uma associação significativa entre a ausência de treinamento de força e a incidência de lesões musculoesqueléticas. A maioria dos participantes que realizaram treinamento de força relatou não ter sofrido lesões relacionadas à dança. Dessa forma, é possível inferir que a prática regular de treinamento de força está relacionada à prevenção de lesões, visto que músculos mais fortalecidos apresentam maior capacidade de suportar cargas de esforço mais intensas.

Existe a necessidade de estudos que analisem biomecanicamente os movimentos do boi-bumbá de uma forma mais analítica. Muitos dos dançarinos têm um ritmo intenso de ensaios e apresentações, dedicando dias inteiros à dança. Por meio de um estudo mais minucioso, pode-se elaborar um programa de treino específico para dançarinos de boi-bumbá que auxiliem no fortalecimento muscular, dessa forma diminuindo o surgimento de lesões.

Pesquisas sobre lesões em dançarinos são fundamentais para promover saúde e bem-estar. Permite identificar fatores de risco, desenvolver estratégias de prevenção e implementar tratamentos eficazes. Contribui para valorizar a dança como atividade que exige cuidado especializado. Garante segurança e desempenho para os dançarinos. Essencial para melhorar qualidade de vida e carreira desses profissionais.

REFERÊNCIAS

AZEVEDO; A. P., OLIVEIRA R., FONSECA J. P. Lesões no sistema músculo-esquelético em bailarinos profissionais em Portugal, na temporada 2004/2005. **Revista Portuguesa de Fisioterapia no Desporto**, 2007 Jan; 1(1): 32-37.

BALDEZ, C. da S. **Prevalência de lesões em bailarinas de dança do ventre**. 2017. 46 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Curso de Bacharelado em Educação Física. Porto Alegre. 2017. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/10183/172056>>. Acesso em 13 mar. 2024.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Tradução: Luís Antero Reto, Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70, 2016.

BATALHA, S. de S. Gingando e balançando em sincronia: uma antropologia da dança do boi bumbá de Parintins-AM. Manaus: EDUA, 2017.

BATALHA, S. de S. “Sorrindo, cantando e bailando”: criação coreográfica no Boi-Bumbá Garantido de Parintins (AM). **Revista Elaborar**, v. 4, ano 5, n.2, 2017. Disponível em: <https://www.periodicos.ufam.edu.br/index.php/revistaelaborar/issue/view/276/Socorro%20de%20Souza%20Batalha>. Acesso em 13 mar. 2024.

BRAGA, S. I. G. **Os bois-bumbás de Parintins**. 1. ed. Rio de Janeiro: FUNARTE Ministério da Cultura, 2002.

CABO VERDE, E. J. S. R. et al. O boi-bumbá como instrumento de formação docente para o professor de Educação Física. **Revista Amazônica**. Vol. 17, número 1, pág. 290-313, jan./jun. 2024. Disponível em: <https://www.periodicos.ufam.edu.br/index.php/amazonica/article/view/14229/9107>. Acesso em: 13 mar. 2024.

CARBONERA, D.; CARBONERA, S. A. **A importância da dança no contexto escolar**. 2008. 61 p. Monografia (Especialização) – Curso de Pós Graduação em Educação Física escolar, Faculdade Iguazu, Cascavel, 2008. Disponível em: http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/2010/artigos_teses/EDUCACA/O_FISICA/monografia/DANCA_ESCOLA.pdf. Acesso em: 14 mar. 2024.

CUNHA, F. V. M.; NASCIMENTO, N. S. Prevalência de lesões musculoesqueléticas em bailarinos contemporâneos do balé da cidade de Teresina. **Saúde em Redes**, [S. l.], v. 4, n. 1, p. 133–142, 2018. DOI: 10.18310/2446-4813.2018v4n1p133-142. Disponível em: <https://revista.redeunida.org.br/index.php/rede-unida/article/view/941>. Acesso em: 10 jul. 2025.

FILHO, R. D. V. **A festa de boi-bumbá em Parintins: tradição e identidade cultural**. Somanlu, v. 2, número especial, 2002.

FLICK, U. **Introdução à metodologia de pesquisa: um guia para iniciantes**. Tradução: Magda Lopes; Revisão técnica: Dirceu da Silva. Porto Alegre: Penso, 2013. 256 p.

GIL, A. C.. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6. ed. São Paulo, Atlas, 2017.
MACHADO, V. F. Principais lesões em dançarinos. **Revista Multidisciplinar em Saúde**. In: IV Congresso Brasileiro de Saúde On-line. V. 4, N°2, 2023. doi: 10.51161/conbrasau2023/17593.

MARCHIORI, M. P. **Avaliação de dores, lesões e qualidade de vida em dançarinas amadoras**. 2016. 45 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de Juiz de Fora, Faculdade de Fisioterapia, 2026. Disponível em:
<https://www2.ufjf.br/facfisio/wp-content/uploads/sites/568/2016/09/Avalia%C3%A7%C3%A3o-de-dores-les%C3%B5es-e-qualidade-de-vida-em-dan%C3%A7arinos-amadoras-Marian-Paiva-Marchiori.pdf>. Acesso em 28 dez. 2025.

MARQUES, F. O. **As lesões na dança contemporânea: uma revisão da literatura científica**. 2023. 27 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes, Departamento de Artes, Curso de Licenciatura em Dança. Natal, 2023. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/53587>. Acesso em 01 mar. 2024.

NUNES, L. B.; BORGES, A. P.; RODRIGUES, B. R. F.; FRANCO, F. S.; DE CARVALHO, L. A. N.; PIRES, V. C. M. C.; DE OLIVEIRA, A. L. F. A importância do Y Balance Test como preditivo de lesões em bailarinas / The importance of the Y Balance Test as a predictor of ballerina injuries. **Brazilian Journal of Development**, [S. l.], v. 7, n. 6, p. 61814–61828, 2021. DOI: 10.34117/bjdv7n6-521. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/31744>. Acesso em: 14 mar. 2024.

PAIVA, A. E. S.; SANTOS, F. L. dos; MOREIRA, J. O.; NOIA, W. F.; ALVES, H. C. S.; BRITTO, C. S. H. Avaliação Ultrassonográfica De Lesões Musculoesqueléticas Em Atletas De Alta Performance: Diagnóstico E Monitoramento Da Recuperação. **Revista Contemporânea**, [S. l.], v. 5, n. 5, p. e8022, 2025. DOI: 10.56083/RCV5N5-004. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/8022>. Acesso em: 10 jul. 2025.

PANOSSO, I. **Lesões na dança: instrumentos de avaliação e hábitos de treinamento e prevalência de lesões musculoesqueléticas em dançarinos profissionais e pré-profissionais gaúchos**. 2023. 124 p. Dissertação (Mestrado) - Escola de Educação Física, Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2023. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10183/265857>. Acesso em 01 mar. 2024.

PINHO, M. E. R. C.; VAZ, M. A. P.; AREZES, P. M. F. M.; CAMPOS, J. C. R.; MAGALHÃES, A. P. B. Lesões músculo-esqueléticas relacionadas com as atividades desportivas em crianças e adolescentes: uma revisão das questões emergentes.

Motricidade © FTCD/FIP-MOC 2013, vol. 9, n. 1, pp. 31-49. Disponível em:
<https://revistas.rcaap.pt/motricidade/article/download/2461/2214/5832>.

SILVEIRA, D. O. da; SILVA, E. G. da; NAKANOME, E. da S. (org). **Os Bois-Bumbás de Parintins: novos olhares**. Manaus, AM: Editora UEA; Rio de Janeiro, RJ: Autografia, 2021.

APÊNDICE A – Questionário

QUESTIONÁRIO

Nome: _____ Idade: _____ Sexo: _____

1 - Há quanto tempo você dança boi-bumbá?

 1 ano 2 anos 3 anos 4 anos ou mais

2 - Quantos dias por semana você tem ensaio e/ou apresentações?

 1 dia 2 dias 3 dias 4 dias ou mais

3 - Quantas horas semanais você dedica a prática do boi-bumbá?

 até 4 horas até 8 horas até 12 horas 15 horas ou
mais

4 - Quando vai dançar, costuma fazer alongamento em que momento?

 no início no final no início e no final não faz

5- Durante os ensaios, existe uma preparação para evitar lesões?

 sim não

6 - Você faz treinamento de força e/ou resistência?

 sim não às vezes

7 - Qual a sua frequência semanal de treinos?

 1 dia 2 dias 3 dias 4 dias ou mais Não treina

8 - Costuma sentir dores durante os ensaios e apresentações?

 sim não às vezes

9 - Em quais regiões costuma sentir mais dor?

 Ombro Cotovelos Punhos Lombar Quadril/Glúteos Joelhos Coxas

Panturrilhas

Tornozelos

10 - Já possuía lesão antes de dançar boi-bumbá?

sim não

11 - Já se lesionou enquanto dançava boi-bumbá?

sim não

12 - Fez exames para identificar a lesão?

sim não

Caso tenha respondido “não” na pergunta anterior, pode parar de responder o questionário. Caso a resposta tenha sido “sim”, continue.

13 - Você fez algum desses exames? Se sim, marque as opções.

radiografias simples

tomografia computadorizada (TC)

ressonância magnética (RM)

ultrassonografia

14 - Que tipo de profissional você consultou para saber o diagnóstico?

Fisioterapeuta

Traumatologista

Ortopedista

Outro: _____

15 - Já realizou algum tratamento para tratar as lesões?

sim não iniciei, mas não concluí