

## El pie en el baile flamenco

**Cristina Avanzini Garat. Sara Núñez Rivera.**

Grado en Podología. Universidad Complutense de Madrid.  
[crisavanzini@hotmail.com](mailto:crisavanzini@hotmail.com)

**Yolanda Fuentes Peñaranda**

Escuela Universitaria de Enfermería, Fisioterapia y Podología.  
[yfuentes@enf.ucm.es](mailto:yfuentes@enf.ucm.es)

**Resumen:** En esta investigación aplicada se pretende transmitir la posible relación existente entre la práctica del flamenco y las patologías aparecidas en las personas que lo realizan. Así como dar a conocer la necesidad de llevar a cabo estudios de mayor importancia para determinar una relación más significativa entre la práctica de este baile con determinadas deformidades y patologías podológicas. Además vamos a exponer las principales características del calzado utilizado para la práctica de este baile, así como las preferencias a la hora de elegir el mismo. Para ello hemos realizado una encuesta a una muestra de 44 individuos entre los cursos de primero y quinto de carrera de flamenco así como alumnos profesionales y docentes en la Escuela de Baile Flamenco Arabesques. La media de práctica es de casi 9 años y edades comprendidas entre 14 y 58 con una media de 27 años. En dicha muestra se han determinado las patologías podológicas presentes, sintomatología, hábitos de uso de calzado específico... Los resultados muestran una alta incidencia de patologías como helomas, hiperqueratosis, rozaduras, ampollas, alteraciones digitales, alteraciones ungueales... Además de una alta incidencia de dolor a nivel del pie siendo el más frecuente el localizado en la planta del antepié.

**Palabras clave:** Flamenco. Patología podológica. Pie. Calzado. Podología.

### INTRODUCCIÓN

En esta investigación aplicada se pretende analizar la posible relación existente entre la práctica del flamenco y las patologías aparecidas en las personas que lo realizan. Así como dar a conocer la necesidad de llevar a cabo estudios de mayor importancia para determinar una relación más significativa entre la práctica de este baile con determinadas deformidades y patologías podológicas. Además vamos a exponer las preferencias a la hora de elegir calzado en nuestra muestra encuestada.

Se presupone que este baile, tiene una gran repercusión sobre el pie, debido a la forma del zapato utilizado, y a los múltiples traumatismos a los que éste se ve sometido. El pie adquiere una gran relevancia en la ejecución del zapateado y taconeo: golpeo con la punta de los dedos, con el metatarso, con el tacón; fricción del calzado, punta y lateral con el suelo, giros sobre la puntera, etc.

## **MATERIAL Y MÉTODOS**

Se trata de un estudio de carácter descriptivo y observacional, que analiza los datos de un cuestionario sobre patologías podológicas y hábitos del calzado en la práctica del baile flamenco. Este cuestionario fue pasado a los alumnos profesionales de 1º a 5º curso de carrera de flamenco y docentes de la Escuela de Baile Flamenco Arabesques (Madrid), siendo la muestra total de 44 individuos.

El cuestionario estaba formado por 15 preguntas que hacían referencia a datos descriptivos de la población (edad, sexo, años de práctica del flamenco, horas semanales de entrenamiento,...) datos de interés podológico (presencia de dolor, lesiones, medidas preventivas), y hábitos de uso del calzado del baile flamenco (tipo calzado, materiales, sistema de sujeción preferido,...).

Los datos obtenidos fueron analizados a través de los programas informáticos Excel 2007 y SPSS 19. Para analizar la significación estadística se utilizó el test de Chi-cuadrado de Pearson, para comprobar si existía asociación estadística entre variables, tomando como nivel de significación un valor de  $p < 0,05$ .

## **RESULTADOS**

En el estudio realizado se encuestaron a un total de 44 personas, entre las cuales el 88,6%, es decir, 39, eran mujeres, y el 11,4%, 5 eran hombres. Aunque dada la limitación de la muestra y la predominancia absoluta de mujeres en esta muestra no encontramos relaciones estadísticamente significativas con la variable sexo.

En este análisis se tienen en cuenta datos relevantes, como pueden ser las edades de los individuos, los años que llevan practicando este deporte, siendo el mínimo 1 año y lo máximo 30, siendo la media 8,82 años de experiencia entre estas 44 personas, y una desviación típica de 6,38.

También se considera importante el número de horas que se dedican a la semana a ésta práctica, los resultados muestran que lo mínimo dedicado son 2 horas semanales, y lo máximo 10, con una media de horas de 4,9 y una desviación típica de 1,77. Asimismo se demuestra que la gran mayoría de sujetos estudiados, 84,1%, es

decir, 37 individuos no realizan estiramientos previos ni posteriores al ejercicio, los que sí los realizan suman el 15,9%, 7 personas.

Se preguntó si consideran que la práctica del flamenco, teniendo en cuenta las características del calzado típico puede influir negativamente al pie, y el 63,6% (28 bailarines), piensan que sí, y el resto que corresponde al 36,4 % (16) opinan que no tiene porque influir.

Para facilitar el análisis según la edad, se establecieron grupos por rango de edad (Fig.1). La mayoría de la población se ubica en el rango de 21 a 30 años (55%; 24 encuestados).



Figura 1. Distribución de la población por rangos de edad.

Se han observado relaciones estadísticamente significativa ( $p < 0,05$ ) entre los rangos de edad de la muestra y las variables “creencia de que puede influir negativamente” ( $p = 0,017$ ), “si le resulta cómodo el calzado de baile” ( $p = 0,018$ ) y la “preferencia de calzado a medida” ( $p = 0,009$ ).

Asimismo, de los 44 encuestados, 34 refieren dolor en los pies, lo que supone un 77% del total; y los bailarines restantes que no presentan dolor corresponden al 23%, es decir, 10 personas; la zona más afectada según los encuestados es la planta del antepié (68%), seguido de los dedos (15%), retropié (10%), arco longitudinal interno (5%) y hallux valgus (2%) por último. Del dolor localizado en la planta del antepié, la mayor parte está causada por metatarsalgia, cabe destacar, que como medida preventiva, lo más utilizado son las plantillas de silicona.

Aunque el 77% presentan dolores en los pies, solo el 70% (31 personas) tienen diagnosticadas patologías, entre las más frecuentes se encuentran hiperqueratosis y helomas (26%), ampollas (20%), rozaduras (17%), alteraciones ungueales (13%), grietas (6%) etc.

En cuanto a las preferencias del calzado, se ha observado que la mayoría de la muestra encuestada utiliza un zapato a medida (57%; 25), preferentemente en piel (61%; 27), con un sujetones a través de hebillas simples (65%; 30) y con una altura de tacón de 5 cm (61%).

## CONCLUSIONES

De los bailaores de flamenco encuestados, hemos podido observar que la gran mayoría presentaban patología y dolor en sus pies (>70%), aunque el porcentaje es elevado, el reducido número de sujetos de la muestra, no nos permite extrapolar el resultado en relación a las patologías en la población general.

No obstante, es lógico suponer, que el calzado en esta disciplina y sus características no contribuye a una buena biomecánica y comodidad del pie.

Es evidente que el zapateado flamenco, las características del zapato de baile y el suelo, son los principales factores que perjudican al pie en este deporte, respecto a la población general, el reducido número de sujetos de la muestra y la escasa bibliografía sobre el tema, no permiten establecer una relación directa causa-efecto entre la práctica y dichas patologías; por lo que sería necesario realizar estudios de mayor importancia que permitan determinar la influencia de los factores predisponentes para conocer mejor el papel de cada uno en las distintas patologías podológicas y establecer tratamientos encaminados a mejorar la calidad de vida y el rendimiento de las personas que se dedican al baile flamenco.

## BIBLIOGRAFÍA DE CONSULTA

1. Quer Roca A, Pérez E. El pie en el flamenco. *El Peu*. 2004; 24(1):8-14.
2. Castilla Cubero JL, Jiménez Sarmiento AS. Aspectos generales sobre el dolor osteomuscular en el baile flamenco. *Rehabilitación*. 2011; 45(2):117-121.
3. Calvo Mínguez JB. La medicina de la danza. *Jano*. 1988; 838:93-98
4. Callejas San Ildefonso C, Moreno Isabel G. Consecuencias del baile en el pie. *Podoscopio*. 1988; II(8):208-218.

Recibido: 16 marzo 2012.

Aceptado: 16 diciembre 2013.