

Abstrakt

Název: Incidence zranění ve sportovní disciplíně pole dance

Vymezení problému: Pole dance představuje sportovní disciplínu, která vyžaduje vysoké nároky na fyzickou zdatnost, flexibilitu, koordinaci a sílu úchopu. Vyjma fyzické náročnosti je míra rizika vzniku zranění spojená s prostředím výkonu sportu, neboť sportovní aktivita probíhá vysoko nad zemí na vertikální tyči. Zjištění incidence, nejčastější lokalizace a typu zranění, včetně mechanismu vzniku úrazu by mohla být klíčovým faktorem v rámci preventivních opatření.

Cíl práce: Hlavním cílem této diplomové práce bylo zjistit na základě analýzy dat z dotazníkového šetření incidenci, mechanismus a charakteristiky zranění v pole dance na území České republiky, jelikož v tuzemské a zahraniční literatuře není příliš informací o dané problematice. Současně bylo úlohou této práce zvýšit povědomí o tomto sportu a jeho rizicích mezi fyzioterapeuty a lékaři za účelem prevence zranění, kompenzace a regenerace s cílem snížit počet úrazů a přetížení organismu.

Metody: Teoretická východiska práce k danému tématu vychází zejména ze zahraničních zdrojů a z dostupné české literatury. Během srpna – října 2023 byl realizován retrospektivní sběr dat pomocí nestandardizovaného dotazníku vytvořeného pro účely této práce na základě prostudované dostupné odborné literatury zahrnující sociodemografické údaje, tréninkové charakteristiky a dotazy vážící se k samotnému zranění v pole dance. Informace byly získávány od sportovců starších 18 let, kteří vykonávají sport na území České republiky. Respondenti nebyli limitováni výkonnostní kategorií ani délkou zkušeností s pole dance. Celkem se studie účastnilo 494 žen ve věkovém rozmezí 18 – 59 let. Pro analýzu dat byl použit Microsoft Excel 2019.

Výsledky: Z celkového počtu oslovených 5311 vyplnilo dotazník 509 respondentů. Po splnění vstupních kritérií a vyřazení mužské populace pro nízkou účast výzkumný soubor tvořil 494 žen, jejichž průměrný věk byl 30,5 let. Ze všech dotazovaných uvedlo 53,8 % výskyt zranění způsobených pole dance. Celkem bylo evidováno 555 zranění. Vyšší četnost zranění se vyskytovala u sportovců ve vyšší výkonnostní kategorii. Incidence zranění měla spojitost s objemem tréninkových hodin. Nejčastěji zasaženou anatomickou oblastí bylo rameno (19,5 %) a stehno (17,3 %). Nejčastější typ zranění představovalo poranění svalu (36,9 %). Ve většině případů (27,5 %) trvala doba rekonvalescence 1 – 3 měsíce. Mechanismus úrazu ve velkém počtu případů

představoval nevhodně provedený úchop (22,9 %) a nedostatečným warm up (21,4 %) před zahájením tréninku.

Klíčová slova: pole dance, incidence zranění, sportovní úraz, muskuloskeletální aparát, rizikové faktory, prevence