



UNIVERSIDAD DE LA INTEGRACIÓN DE LAS AMÉRICAS

FACULTAD DE SALUD

LICENCIATURA EN KINESIOLOGÍA Y FISIOTERAPIA

**“PREVALENCIA DE ESGUINCES DE TOBILLO GRADO II EN
BAILARINAS DE BALLET CLÁSICO DEL ESTUDIO DE DANZA
NICOLE DIJKHUIS DE 15 A 20 AÑOS, PERIODO JULIO-AGOSTO
2025.”**

ADRIANA ARAMI AQUINO CABAÑAS

Asunción, Paraguay

Año 2025



RESUMEN

Esta tesis se centra en el estudio de la "Prevalencia de esguinces de tobillo grado II en bailarinas de ballet clásico del estudio de danza Nicole Dijkhuis de 15 a 20 años, periodo Julio-Agosto 2025." El objetivo principal de esta investigación se trata de comprender la magnitud de esta lesión en el ámbito de la danza clásica, de modo que se logre identificar las características más relevantes y al mismo tiempo proponer un protocolo preventivo que favorezca la estabilidad articular, además del rendimiento artístico.

En el desarrollo de esta investigación se abordan aspectos importantes como la anatomía y la biomecánica del tobillo, comprendiendo el rol de esta articulación en la ejecución de ciertos movimientos complejos que se realizan en esta disciplina artístico, entre ellos los saltos y el ballet en puntas, donde se realizan mayores cargas articulares que predisponen a la aparición de esguinces. También se menciona la fisiopatología, los mecanismos de dicha lesión y las pruebas clínicas necesarias para su diagnóstico.

A través de un análisis detallado y la creación de un protocolo preventivo, este trabajo busca aportar una herramienta aplicable en el ámbito de la danza clásica, que no solo contribuya a disminuir la prevalencia de esguinces en las bailarinas, sino que también optimice la salud articular y ayude al correcto desarrollo artístico y profesional de las bailarinas.

En última instancia, esta tesis pretende ser un aporte al bienestar integral de las bailarinas, fomentando una práctica del ballet más segura, consciente y a su vez sostenible en el tiempo.

