

Vulnerabilidades de la danza en Chile: salud física, mental y condiciones laborales

**EDUARDO CUADRA
URRUTIA**

Universidad de Chile

RESUMEN

La danza es una disciplina que exige un alto rendimiento físico y mental, los bailarines enfrentan riesgos significativos de lesiones y problemas de salud. En Chile, el 27.4% de los bailarines han experimentado problemas de salud relacionados con su profesión, incluyendo tanto lesiones físicas como problemas de salud mental. La precariedad laboral y económica agrava estas condiciones, ya que muchos bailarines carecen de acceso adecuado a servicios de salud y seguridad social. Este artículo revisa las condiciones de salud y las lesiones comunes en los bailarines, así como sus condiciones laborales y su impacto en la salud mental. También se analizan las políticas de protección en otros países, como Canadá y Francia, y se proponen recomendaciones para mejorar la situación en Chile, incluyendo la capacitación de profesionales de la salud, la regulación laboral y el acceso a servicios de salud mental especializados.

Palabras claves: lesiones en danza; salud de bailarines; danza; precariedad laboral en danza; políticas para bailarines

ABSTRACT

Dance is a discipline that demands high physical and mental performance, dancers face significant risks of injuries and health issues. In Chile, 27.4% of dancers have experienced health problems related to their profession, including both physical injuries and mental health issues. Economic and job insecurity exacerbates these conditions, as many dancers lack adequate access to healthcare and social security. This article reviews the health conditions and common injuries in dancers, as well as their working conditions and their impact on mental health. It also analyzes protection policies in other countries, such as Canada and France, and proposes recommendations to improve the situation in Chile, including the training of healthcare professionals, labor regulation, and access to specialized mental health services.

Keywords: dance injuries; health of dancers; dance; job insecurity in dance; policies for dancers

INTRODUCCIÓN

La danza no es solo movimiento; es una poderosa herramienta terapéutica. Diversos estudios han demostrado su eficacia en el tratamiento de condiciones de salud mental, reduciendo la depresión y mejorando la vitalidad en pacientes psiquiátricos, y modulando neurohormonas en adolescentes con depresión leve. Como actividad recreativa, la danza no solo mejora la salud física sino que también refuerza la autoestima y las estrategias de afrontamiento, actuando como un medio para fortalecer el sentido de coherencia individual (Quiroga & Kreutz, 2012). Sin embargo, detrás de esta actividad, existe una realidad menos visible pero igual de importante que afecta profundamente a quienes la practican.

La danza es una disciplina que exige un alto rendimiento físico y mental, así como una gran dedicación de tiempo. Por estas razones, las personas que la practican son consideradas deportistas de alto rendimiento. Al igual que estos, los bailarines enfrentan una alta tasa de lesiones y problemas de salud debido a las exigencias físicas, psicológicas y económicas inherentes a su práctica, dependiendo de atención médica especializada para la recuperación y el retorno al rendimiento (Keeler, 2021).

En Chile, el 27,4% de las personas que se dedican a la danza, de un total de 4045 encuestados, declaran haber sufrido algún accidente, enfermedad o problema de salud relacionado con su actividad (MINCAP, 2022), cifra que podría estar subrepresentada debido a que hay estudios que indican que un gran porcentaje de los bailarines no reportan sus lesiones (Keeler, 2021). Estas condiciones pueden interrumpir su formación profesional o el ejercicio de su carrera, ya sea de manera transitoria o permanente. En la misma línea la salud mental de los bailarines también está en juego; pueden desarrollar cuadros depresivos, trastornos alimentarios y otros problemas debido a la intensa presión que conlleva esta disciplina, lo que impacta significativamente su calidad de vida.

No alejado de la realidad de las distintas artes escénicas, los artistas dedicados a la danza presentan bajas remuneraciones, informalidad,

multitempleo e intermitencia (Negrón et al., 2023). Esto afecta su estabilidad económica y su acceso a servicios de salud adecuados; el 72% está afiliado a FONASA y el 7% no cuenta con ninguna cobertura de salud (MINCAP, 2022). Actualmente, el sistema público de salud no cuenta con profesionales capacitados en las necesidades específicas de la biomecánica de los bailarines y en los tratamientos adecuados para una rehabilitación efectiva.

Todo lo mencionado evidencia la vulnerabilidad en la que se encuentran los bailarines ante una lesión o una condición de salud que ponga en peligro su labor. Es por ello que existen países que tienen un marco legal o normativas que protegen a los bailarines ante estos hechos, proporcionando tratamiento especializado o apoyo económico en tiempos de cesantía. Sin embargo, en Chile, existe una notable falta de políticas y medidas de protección para estos profesionales. Este artículo tiene como objetivo visibilizar esta problemática mediante revisiones bibliográficas, con el fin de promover una mayor conciencia y fomentar acciones concretas para mejorar la situación de los bailarines en el país.

LESIONES EN LA DANZA

En la danza, las lesiones son una realidad frecuente que afecta significativamente la continuidad de la práctica artística e incluso pueden ponerle fin a una carrera. Diversos factores contribuyen a estas lesiones, tales como la postura anatómica, el mal entrenamiento, los errores técnicos, la velocidad de ejecución, la condición psico-física del bailarín en el momento de la lesión y las características ambientales, como el suelo, el tipo de calzado, la iluminación y la temperatura (Rinonapoli et al., 2020).

Las lesiones son un fenómeno transversal en la danza que afecta a todos los estilos y niveles de práctica. Aunque el ballet es el más estudiado, otros géneros como la danza contemporánea (van Seters et al., 2020), la danza moderna, y hasta las menos descritas como las danzas folclóricas (Echegoyen et al., 2010) también presentan lesiones significativas entre sus practicantes. Un metaanálisis que revisó diversas investigaciones sobre lesiones en la danza, abarcando varios grupos etarios y estilos, concluye que la epidemiología de estas lesiones es amplia y variada (Rinonapoli et al., 2020). Los resultados muestran que tanto los bailarines profesionales, como

los preprofesionales aficionados experimentan lesiones, aunque con diferentes prevalencias en cada grupo. Esto sugiere que los géneros y estilos de danza no tienen una correlación significativa con la aparición de lesiones; las danzas urbanas y latinas no son una excepción (Sekulic, 2020). Sin embargo, es esencial comprender el género de danza particular y los patrones de lesiones asociados con los diversos estilos. Cada género de danza tiene su propia terminología relacionada con la técnica (Keeler, 2021).

Las personas que se dedican a la danza son propensas a desarrollar diversas condiciones de salud debido a las demandas físicas específicas e intensas de esta disciplina. Estas condiciones incluyen tanto problemas crónicos como lesiones agudas, afectando significativamente la capacidad para ejecutar movimientos de los artistas de la danza. Según el libro de Simmel (2014) que retrata la fisiología de las lesiones y el estudio de Rinonapoli et al. (2020) que hizo una revisión de varios artículos sobre la epidemiología de las lesiones en la danza es posible describir las lesiones más comunes presentes en los bailarines.

Una de ellas es la hiperlordosis, que puede provocar dolor crónico y disfunción de la columna. Una postura excesivamente rectificadas puede resultar en rigidez y dolor, reduciendo la movilidad necesaria para la danza. La escoliosis, dependiendo de su severidad, puede restringir considerablemente tanto la función como la estética de los movimientos del bailarín.

El uso excesivo de la rotación externa en la danza puede causar desgaste y lesiones en las articulaciones de la cadera y la pelvis. Una desalineación pélvica puede provocar un desequilibrio muscular y esquelético, afectando la correcta ejecución de los movimientos. La constante demanda de movimientos extremos puede acelerar el desgaste del cartílago, llevando potencialmente a una artrosis prematura. La displasia de cadera deteriora la función de esta articulación y aumenta el riesgo de artrosis.

El esguince de tobillo, causada por saltos inadecuados y deslizamientos en posición relevé. Esto puede resultar en inestabilidad funcional y esguinces recurrentes. En las rodillas, la torsión excesiva debido al uso forzado de la rotación externa puede causar problemas en meniscos y ligamentos. Las fracturas por estrés son comunes en los pies, especialmente en la tibia, debido a la tensión excesiva.

Los bailarines pueden sufrir lesiones musculares como contracciones, elongaciones y desgarros, que pueden deberse a una debilidad intrínseca del músculo o a un desequilibrio del aparato locomotor. Estos problemas suelen ser provocados por una disfunción neuromuscular o por fuerzas de tracción aplicadas durante la contracción muscular.

El síndrome de pinzamiento del hombro, causado por los movimientos repetitivos con los brazos levantados, puede generar fricción de los tendones del manguito rotador, resultando en tendinitis y bursitis con dolor y limitación funcional. En los brazos, los hombros crónicamente elevados pueden generar tensión y dolor muscular, comprometiendo la capacidad para realizar movimientos elevados.

El Síndrome de Frotamiento de la Banda Iliotibial se caracteriza por un “clic” de la cadera durante la flexión del muslo, afectando comúnmente a la pierna de apoyo durante los movimientos de rotación y saltos.

El Síndrome Patelofemoral y Tendinopatía del Tendón Rotuliano, la ejecución repetida de plié y grand-plié, combinada con la rotación externa, puede inducir una condropatía y sobrecarga del tendón rotuliano, resultando en dolor anterior de rodilla.

El esguince facetario lumbar y el esguince de la articulación sacroilíaca son causas comunes de dolor de espalda en bailarines, a menudo resultado de una hiperextensión de la columna lumbar.

El espasmo muscular paraespinal puede deberse a factores extrínsecos como el uso excesivo y técnicas deficientes, así como a factores intrínsecos como el crecimiento asíncrono durante la adolescencia.

El Síndrome de la Cadera Chasqueante, conocido también como cadera de bailarín, se caracteriza por un chasquido o sensación de chasquido en la cadera durante movimientos como caminar, correr o levantarse. Este chasquido puede ser causado por el movimiento de un músculo o tendón sobre una estructura ósea de la cadera, afectando más comúnmente el trocánter mayor y el tendón del iliopsoas.

En vista de las condiciones de salud y lesiones que puede generar la práctica, es importante destacar la importancia de ejecutar una técnica adecuada y un entrenamiento preventivo para minimizar su ocurrencia, un acondicionamiento adecuado disminuye la tasa de

fatiga, y la fatiga está asociada con un aumento de lesiones (Hrubes & Janowski, 2021). Además, es esencial realizar evaluaciones periódicas con profesionales de la salud para identificar y manejar condiciones previas que puedan aumentar el riesgo de lesiones. De igual manera ante la presencia de una lesión es crítico mantener al bailarín bailando según lo permita las limitaciones de la lesión en su proceso de recuperación.

La rehabilitación de una lesión va más allá de la simple recuperación física. Una rehabilitación que sea específica para la danza es crucial, debe tener un enfoque multifactorial y tener como objetivo abordar la causa de la lesión y preparar al bailarín para un retorno exitoso al nivel de función previo, minimizando el riesgo de recaídas (Hrubes & Janowski, 2021). Este enfoque incluye ejercicios de flexibilidad, fuerza, resistencia, propiocepción y coordinación, adaptados a cada tipo de lesión y a las demandas particulares de la danza (Frontera, 2003). Además, la recuperación no es exclusivamente física; el componente psicológico también es esencial. Los bailarines deben estar mentalmente preparados para las exigencias de su disciplina. Establecer objetivos a corto y largo plazo durante el proceso de rehabilitación es vital para mantener la motivación y facilitar una recuperación completa. Estos objetivos ayudan a los bailarines a enfocarse en su progreso diario y semanal, contribuyendo en última instancia a su retorno exitoso a la actividad artística (Frontera, 2003). Es importante destacar que el tiempo de recuperación es significativamente mayor si hay un tratamiento quirúrgico (Junck et al., 2017).

SALUD MENTAL

La danza es muchas veces usada como terapia y una herramienta en la salud mental; al momento de buscar bibliografía se pueden encontrar varios estudios que lo describen. Sin embargo, el interés investigativo sobre la salud mental de los propios bailarines es reciente y no abundante. Las investigaciones existentes se centran mayoritariamente en la etapa preprofesional y en el estilo del ballet, dejando subrepresentados otros estilos y etapas de la carrera (Dwarika & Haraldsen, 2023). En ese mismo punto, se evidencia que en relación a la ausencia de salud mental están presentes el estrés, la angustia y el cansancio relacionados con el burnout, así como enfermedades mentales como la ansiedad y los trastornos alimentarios.

Se evidencia que los bailarines están en riesgo de sufrir problemas de salud mental por factores estresantes del entrenamiento físico. También influyen factores estresantes psicosociales como las presentaciones próximas, relaciones con el coreógrafo y mantener una estética ideal; hay una presión a bailar a pesar del dolor para lograr actuaciones óptimas. Se pueden encontrar factores estresantes en las que se incluye las condiciones medioambientales como instalaciones deficientes y en las responsabilidades diarias como son las preocupaciones financieras (van Winden et al., 2020).

La Organización Mundial de la Salud define salud mental como un estado de bienestar que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad (OMS, 2022). Este estado de bienestar se ve alterado cuando existe una ausencia de salud mental o la presencia de enfermedades mentales. Esta situación se agrava cuando los bailarines se enfrentan a lesiones o a una precarización laboral.

Las variables psicológicas pueden afectar tanto la incidencia como el resultado de las lesiones en la danza entre los bailarines. Por lo tanto, es fundamental comprender de manera integral y exhaustiva todos los factores, incluidos los psicológicos, que tienen un impacto negativo en los bailarines con respecto a las lesiones en la danza (Mainwaring & Finney, 2017). Los factores psicosociales, como el miedo, pueden desempeñar un papel más importante en la recuperación de una lesión de lo que generalmente se reconoce y que los servicios de apoyo psicosocial pueden ser fundamentales además de la fisioterapia tradicional para el tratamiento de las lesiones (Junck et al., 2017).

El miedo a una posible lesión está presente en los bailarines y más aún cuando ya han experimentado dicho evento. Un estudio realizado a bailarines australianos describe que más de la mitad de los bailarines presentan temor de sufrir una lesión. Las razones son incapacidad laboral que impida su rendimiento, no ser competitivos para las audiciones o contratos de trabajo, su futuro y sostenibilidad en la danza, perder la identidad de la danza, su salud psicológica, sufrir una nueva lesión, los problemas físicos que conlleva fuera de la danza, el juicio de los demás, experimentar dificultad para aprender,

el dolor y las preocupaciones financieras como de sus ingresos (Vassallo et al., 2019).

CONDICIONES LABORALES

En nuestro país los trabajadores culturales incluidos los bailarines enfrentan bajas remuneraciones, trabajo informal y multiempleo, lo que genera una alta incertidumbre económica y un entorno laboral inestable. La informalidad en la que se desempeñan los artistas determina en gran medida la percepción de inseguridad económica en la vejez y en la salud. Este contexto se agrava con la falta de acceso a beneficios de salud y seguridad social, ya que un porcentaje considerable de los bailarines no cuenta con cobertura adecuada de salud, incrementando su vulnerabilidad (Chamorro et al., 2022). La precariedad económica y laboral en el sector de la danza en Chile tiene un impacto significativo en la salud mental de los artistas.

En línea con esto, el informe de Negrón et al. (2023) revela que la autogestión y la diversificación de roles son estrategias comunes entre los artistas para sostener sus proyectos, lo cual aumenta la sobrecarga de trabajo y el estrés. La mayoría de los bailarines tienen que asumir múltiples tareas para poder financiar sus obras, lo que a menudo incluye trabajar sin remuneración adecuada y asumir costos de producción personalmente. Esta situación no solo afecta su estabilidad financiera, sino que también contribuye al desgaste físico y emocional de los artistas, limitando su capacidad para dedicarse plenamente a su arte (Negrón et al., 2023). En el caso de la presencia de una lesión, el ocupar sus cuerpos y mentes fuera de la danza puede afectar tanto su lesión como el proceso de recuperación (Hrubes & Janowski, 2021).

La incertidumbre laboral y económica, junto con la falta de apoyo social y servicios adecuados, contribuyen a la aparición de problemas de salud mental como la ansiedad, el estrés y la depresión entre los trabajadores culturales. La constante inseguridad sobre su futuro financiero y laboral, sumada a la falta de un sistema de apoyo robusto, crea un entorno de alta presión para los artistas. La estigmatización y la discriminación también juegan un papel crucial en la disminución de la autoestima y la motivación, contribuyendo al aislamiento y a una mayor incidencia de trastornos mentales. Los artistas enfrentan barreras significativas para acceder a los servicios

de salud mental adecuados, lo que agrava aún más su vulnerabilidad (Ventura, 2018).

Estos desafíos se agravan en el contexto del trabajo independiente, caracterizado por funciones indefinidas, horarios cambiantes y una constante inseguridad económica. El bailarín independiente asume múltiples roles, combinando la actuación, la coreografía, la enseñanza y la facilitación de proyectos dancísticos, desarrollando su carrera como empresarios autónomos. (Aujla & Farrer, 2015)

Según los datos recopilados de los trabajadores de la danza encuestados en 2022 (MINCAP, 2022), el 85% de ellos declara estar activamente involucrados en el sector. Dentro de este grupo, el 61% se identifica como trabajador independiente, y un 15% señala no recibir remuneración por sus actividades laborales. Además, el 68% de los encuestados emite boletas de honorarios, mientras que el 13% no ha iniciado actividades en el Servicio de Impuestos Internos (SII).

Es relevante destacar que el 51% de los encuestados no cuenta con un contrato laboral formal, y el 25% no respondió a esta pregunta. Esta situación es crítica en términos de seguridad social para los trabajadores del sector. En caso de enfermedad o accidente laboral, muchos de estos trabajadores enfrentan dificultades contractuales que impiden recibir atención adecuada. Aquellos que emiten boletas de honorarios pueden acceder al seguro del Instituto de Seguridad Laboral (MINTRAB, 2024), siempre y cuando hayan declarado sus ingresos en la operación renta del SII y el monto anual declarado supere los cinco sueldos mínimos. Este requisito es especialmente significativo en el contexto laboral de los trabajadores de la danza. Además, el acceso a este seguro está condicionado a la aprobación de un comité que debe determinar si la enfermedad o accidente es de origen laboral.

En este contexto y por consiguiente es importante señalar que en Chile no existen programas formativos específicos para profesionales de la salud que aborden y comprendan las necesidades particulares de los bailarines ante una enfermedad o accidente laboral. En la rehabilitación de una lesión es importante que sea tratado por un equipo multidisciplinar que incluya médicos, terapeutas físicos u ocupacionales, preparadores físicos, masajistas, nutricionistas, psiquiatras y/o psicólogos, quiroprácticos, podólogos, acupuntores y otros practicantes somáticos (Hrubes & Janowski, 2021).

CONDICIONES LABORALES INTERNACIONALES

Canadá

El Seguro de Empleo (Employment Insurance, EI) en Canadá ofrece un apoyo crucial a los artistas y trabajadores del sector cultural que enfrentan desempleo involuntario, lesiones o enfermedades. Los artistas, cuya labor es a menudo intermitente, pueden recibir beneficios de desempleo si han trabajado el número mínimo de horas asegurables y han perdido su empleo sin culpa propia. Además, el EI proporciona beneficios específicos por enfermedad, ofreciendo hasta 15 semanas de ingresos para aquellos que no pueden trabajar debido a una lesión o enfermedad. Estos beneficios ayudan a los artistas a recuperarse sin la preocupación de la pérdida de ingresos. También están disponibles los beneficios de maternidad y parental para aquellos que necesitan tiempo para cuidar a un recién nacido o un hijo adoptado. El proceso de solicitud requiere la presentación de registros de empleo y la búsqueda activa de trabajo, con el fin de mantener el acceso a estos beneficios esenciales que brindan estabilidad financiera y apoyo durante periodos de inactividad forzada.

Francia

El régimen de “Intermittents du Spectacle” en Francia está diseñado específicamente para artistas y técnicos del espectáculo, incluidos bailarines, quienes tienen empleos intermitentes y temporales en la industria del espectáculo. Este régimen es financiado principalmente a través de las cotizaciones sociales de los empleadores en la industria del espectáculo, que pagan contribuciones más altas que las de otros sectores, calculadas en función del salario bruto de los empleados. Los trabajadores también contribuyen al sistema de desempleo a través de deducciones en sus salarios. Además, el Estado francés puede proporcionar apoyo adicional para garantizar la sostenibilidad del régimen.

Para ser elegibles, los bailarines deben haber trabajado al menos 507 horas en los últimos 12 meses en actividades artísticas, técnicas o de producción dentro del ámbito del espectáculo. Los beneficios de desempleo se calculan en función del salario promedio recibido durante los períodos trabajados, incluyendo honorarios por presentaciones y ensayos. La cantidad y duración de los beneficios varían según el historial de empleo y los ingresos previos del bailarín.

Los bailarines pueden alternar períodos de actividad con períodos de inactividad, durante los cuales pueden recibir beneficios de desempleo. Además, tienen acceso a programas de formación y reciclaje profesional financiados parcialmente por el régimen, diseñados para mejorar sus habilidades y facilitar su empleabilidad en la industria del espectáculo. Existen disposiciones especiales para bailarines debido a la naturaleza física de su trabajo, que pueden incluir una edad de retiro más temprana o beneficios adicionales en caso de lesiones.

Australia

En Australia, la legislación para garantizar un trabajo seguro y estable para los artistas está regulada principalmente bajo las leyes de salud y seguridad laboral (Work Health and Safety, WHS). Estas leyes son implementadas tanto a nivel nacional como estatal, con variaciones específicas según la jurisdicción. La legislación WHS establece un marco legal para proteger la salud, seguridad y bienestar de todos los trabajadores, incluidos los artistas, en todos los lugares de trabajo.

Safe Work Australia desarrolla y evalúa las leyes modelo de WHS, adoptadas por la mayoría de los estados y territorios. Estas leyes incluyen regulaciones y códigos de práctica que proporcionan directrices prácticas sobre cómo cumplir con las obligaciones legales. Los empleadores deben garantizar que los lugares de trabajo sean seguros, proporcionar equipos de protección personal adecuados, asegurar la ventilación y temperaturas adecuadas, y proteger contra el acoso y la violencia en el lugar de trabajo. Además, deben realizar evaluaciones de riesgos regulares y establecer procedimientos de gestión y mitigación de riesgos.

Los artistas que trabajan como contratistas independientes también tienen responsabilidades bajo la legislación WHS, particularmente en cuanto a la seguridad de sus estudios y la gestión de materiales peligrosos. Es crucial que estos artistas sean vigilantes respecto a la salud y seguridad en sus prácticas.

RECOMENDACIONES

Primero comenzar con una recomendación de la investigación de Chamorro et al. (2022): Establecer jornadas de trabajo participativo con representantes del mundo artístico cultural, y de forma articulada entre los sectores públicos, en pos de elaborar una política integral en materia de salud y seguridad laboral para el sector.

De la misma manera, es necesario capacitar a profesionales de la salud pública en la biomecánica y necesidades específicas de los bailarines con un enfoque multifactorial. Para ello es necesario crear programas formativos y capacitaciones, actualmente inexistentes o incluirlos en programas de deportistas de alto rendimiento.

Esto incluye la formación en técnicas de rehabilitación que comprendan una necesaria evaluación neuromusculoesquelética en donde se incluyan posturas, alineación, rango de movimiento articular, flexibilidad, fuerza, acondicionamiento cardiovascular, consideraciones específicas de la danza (hipermovilidad articular, equilibrio, propiocepción, movimiento de danza, giros, entre otros), salud mental y nutrición (Hrubes & Janowski, 2021).

También se debe considerar un manejo adecuado de la lesión que conlleva el manejo del dolor, de la inflamación, soporte y estabilización, terapias manuales, mantener la condición física y atender a todos los aspectos del diario vivir.

Aplicar lo anteriormente dicho en un proceso de progresión es clave, abordando el fortalecimiento de la debilidad previa y post lesión, el control motor y la propiocepción, así como las imágenes y prácticas somáticas. Todo esto con el fin de minimizar el tiempo fuera de la práctica, mejorando la calidad de la recuperación, impactando en su estado de bienestar y en la disminución de la precarización laboral.

Es importante trabajar en la comunicación durante el proceso de rehabilitación; muchos bailarines tienen una mayor conciencia corporal en comparación con otros pacientes o incluso otros atletas, y esta comunicación establece al bailarín como una parte integral del equipo médico (Hrubes & Janowski, 2021).

Dentro de la regulación laboral, se deben establecer marcos legales que regulen las condiciones de trabajo de los bailarines y también de los trabajadores de la industria creativa, asegurando contratos formales o que reconozcan la intermitencia e informalidad presente. Además de brindar beneficios laborales que incluyan seguros de salud y protección contra el desempleo. Así mismo, desarrollar programas de apoyo financiero y subvenciones durante períodos de inactividad forzada debido a lesiones o falta de empleo. Este apoyo económico podría ser similar a los beneficios de empleo intermitente en Francia y Canadá.

También es necesario facilitar el acceso a servicios de salud mental especializados para bailarines, que comprendan las presiones específicas de la profesión y ofrezcan apoyo psicológico para el manejo del estrés, la ansiedad y los trastornos alimentarios. Actualmente, renombradas escuelas en temas de danza como Juillard School, New York City Ballet y la Compañía de Ballet de Australia, así como innumerables compañías internacionales ofrecen servicios psicológicos como parte del programa preventivo en salud mental (Negrete, 2022).

Finalmente, se deben desarrollar campañas que informen a los bailarines sobre la importancia de la prevención de lesiones y el cuidado de la salud mental. Estas campañas también deberían dirigirse a empleadores, organizaciones e instituciones para fomentar un ambiente de trabajo saludable.

CONCLUSIÓN

En conclusión, la danza, como disciplina de alto rendimiento, expone a sus practicantes a una serie de desafíos físicos, mentales y económicos. En Chile, la situación de los bailarines como de artistas es especialmente precaria debido a la falta de políticas específicas de salud y condiciones laborales adecuadas. Es necesario un enfoque multifacético que aborde tanto la salud física y mental de los bailarines como sus condiciones laborales y económicas. Implementar políticas de salud específicas, mejorar las condiciones laborales, fomentar el acceso a servicios de salud mental y promover la educación y concienciación son pasos cruciales para proteger y apoyar a estos artistas. Tomar estas medidas no solo mejorará la calidad de vida de los bailarines, sino que también fortalecerá la industria de la danza en el país, permitiendo a estos trabajadores continuar desarrollando su talento, contribuyendo cultural y artísticamente sin poner en riesgo su salud y bienestar.

REFERENCIAS

- Aujla, I., & Farrer, R. (2015). The role of psychological factors in the career of the independent dancer. *Frontiers in psychology*, 6, 1688. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01688>
- Chamorro Ríos, C., Pozo Mayorga, C., Allende, C., Guajardo, R., Albornoz Morales, P., & Navarro Miralles, A. (2022). *Riesgos en salud y seguridad laboral de los/as trabajadores/as de la cultura en Chile: Aproximaciones para su abordaje y prevención*. Superintendencia de Seguridad Social.
- Dwarika, M. S., & Haraldsen, H. M. (2023). Mental health in dance: A scoping review. *Frontiers in Psychology*, 14, 1090645. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1090645>
- Echegoyen, S., Acuña, E., & Rodríguez, C. (2010). Injuries in students of three different dance techniques. *Medical Problems of Performing Artists*, 25(2), 72–74.
- France Travail. (2024). *Guide des intermittents du spectacle*. <https://www.francetravail.fr/spectacle/spectacle--intermittents/beneficier-regime-spectacle.html>
- Frontera, W. R. (Ed.). (2003). *Rehabilitation of sports injuries: Scientific basis*. Blackwell Science.
- Government of Canada. (2021). *Employment Insurance (EI)*. <https://www.canada.ca/en/employment-social-development/programs/ei.html>
- Hrubes, M., & Janowski, J. (2021). Rehabilitation of the Dancer. *Physical medicine and rehabilitation clinics of North America*, 32(1), 1–20. <https://doi.org/10.1016/j.pmr.2020.08.003>
- Junck, E., Richardson, M., Dilgen, F., & Liederbach, M. (2017). A Retrospective Assessment of Return to Function in Dance After Physical Therapy for Common Dance Injuries. *Journal of dance medicine & science: official publication of the International Association for Dance Medicine & Science*, 21(4), 156–167. <https://doi.org/10.12678/1089-313X.21.4.156>
- Keeler C. E. (2021). Access to Health Care Among Dancers. *Physical medicine and rehabilitation clinics of North America*, 32(1), 21–33. <https://doi.org/10.1016/j.pmr.2020.08.004>

- Mainwaring, L. M., & Finney, C. (2017). Psychological Risk Factors and Outcomes of Dance Injury: A Systematic Review. *Journal of dance medicine & science : official publication of the International Association for Dance Medicine & Science*, 21(3), 87–96. <https://doi.org/10.12678/1089-313X.21.3.87>
- MINCAP, Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio de Chile. (2022). *Bases de datos y diccionarios de variables del Registro Nacional de Agentes Culturales, Artísticos y Patrimoniales 2021-2022*. Observatorio Cultural. <https://observatorio.cultura.gob.cl/index.php/bases-de-datos-y-diccionarios-de-variables-del-registro-nacional-de-agentes-culturales-artisticos-y-patrimoniales-2021-2022/>
- MINTRAB, Ministerio del Trabajo y Previsión Social. (2024). *Ley de Honorarios. Previsión Social*. <https://previsionsocial.gob.cl/ley-honorarios/>
- Negrete, M. (2022). *Factores de la salud mental en profesionales de la danza* (Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia). Repositorio Institucional Universidad Peruana Cayetano Heredia. <https://hdl.handle.net/20.500.12866/13232>
- Negrón, B., Chizzini, A., Valdovinos Suazo, M., Navia Lagos, C., & Monje Villegas, A. (2023). *¿Cómo se sustenta la danza en Chile? Análisis de las lógicas de producción y financiamiento*. Ediciones Observatorio de Políticas Culturales.
- OMS, Organización Mundial de la Salud. (2022). *Mental health: Strengthening our response*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Safe Work Australia. (n.d.). *Model Work Health and Safety (WHS) Laws*. Safe Work Australia. <https://www.safeworkaustralia.gov.au/law-and-regulation/model-whs-laws>
- Quiroga, C., & Kreutz, G. (2012). Dance and health: Exploring interactions and implications. En R. A. R. MacDonald, G. Kreutz, & L. Mitchell (Eds.), *Music, health, and wellbeing* (pp. 125-146). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199586974.003.0010>

- Rinonapoli, G., Graziani, M., Ceccarini, P., Razzano, C., Manfreda, F., & Caraffa, A. (2020). Epidemiology of injuries connected with dance: a critical review on epidemiology. *Medicinski glasnik: official publication of the Medical Association of Zenica-Doboj Canton, Bosnia and Herzegovina*, 17(2), 256–264. <https://doi.org/10.17392/1201-20>
- Sekulic, D., Prus, D., Zevrnja, A., Peric, M., & Zaletel, P. (2020). Predicting Injury Status in Adolescent Dancers Involved in Different Dance Styles: A Prospective Study. *Children (Basel, Switzerland)*, 7(12), 297. <https://doi.org/10.3390/children7120297>
- Simmel, L. (2014). *Dance Medicine in Practice: Anatomy, Injury Prevention, Training*. Routledge.
- Stein, C. J., Tyson, K. D., Johnson, V. M., Popoli, D. M., d’Hemecourt, P. A., & Micheli, L. J. (2013). Injuries in Irish dance. *Journal of dance medicine & science: official publication of the International Association for Dance Medicine & Science*, 17(4), 159–164. <https://doi.org/10.12678/1089-313x.17.4.159>
- van Seters, C., van Rijn, R. M., van Middelkoop, M., & Stubbe, J. H. (2020). Risk Factors for Lower-Extremity Injuries Among Contemporary Dance Students. *Clinical journal of sport medicine : official journal of the Canadian Academy of Sport Medicine*, 30(1), 60–66. <https://doi.org/10.1097/JSM.0000000000000533>
- van Winden, D., van Rijn, R. M., Savelsbergh, G. J. P., Oudejans, R. R. D., & Stubbe, J. H. (2020). Characteristics and extent of mental health issues in contemporary dance students. *Medical Problems of Performing Artists*, 35(3), 121-129. <https://doi.org/10.21091/mppa.2020.3019>
- Vassallo, A. J., Pappas, E., Stamatakis, E., & Hiller, C. E. (2019). Injury Fear, Stigma, and Reporting in Professional Dancers. *Safety and health at work*, 10(3), 260–264. <https://doi.org/10.1016/j.shaw.2019.03.001>
- Ventura, C. A. A. (2018). Saúde mental e vulnerabilidade: desafios e potencialidades na utilização do referencial dos direitos humanos. *SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool E Drogas (Edição Em Português)*, 13(4), 174-175. <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.v13i4p174-175>

Recepción: 27/05/2024

Aceptación: 09/07/2024

Cómo citar este

artículo: Cuadra Urrutia, E. (2024). Vulnerabilidades de la danza en Chile: salud física, mental y condiciones laborales. *Teatro*, (11), 149-164. <https://doi.org/10.5354/0719-6490.2024.76764>