



Évaluation de l'interprète

Informations pour les interprètes, les enseignant·es de danse et les professionnel·les de la santé

Définition de l'évaluation de l'interprète

Les programmes d'évaluation permettent de recueillir des informations sur la santé et le bien-être actuels d'un·e artiste. En utilisant à la fois des évaluations autodéclarées et des examens physiques, les programmes d'évaluation mesurent les forces et les limites de l'interprète. De plus, ces programmes offrent une approche intégrée pour établir des objectifs, qui peut faire appel aux membres de la famille, aux enseignant·es, aux spécialistes de la formation complémentaire et aux professionnel·les de la santé. Des organisations telles que Healthy Dancer Canada (HDC), la Performing Arts Medicine Association (PAMA) et l'International Association for Dance Medicine and Science (IADMS) encouragent les artistes de danse de tous niveaux et de tous styles à participer activement à ces évaluations.

Avantages de l'évaluation de l'interprète

- Fournit des informations sur la santé de l'artiste à l'artiste concerné·e, aux enseignant·es, aux chorégraphes, aux chargé·es de répétition et aux professionnel·les de la santé;
- Fournit aux artistes, aux enseignant·es, aux chorégraphes, aux chargé·es de répétition, aux spécialistes de la formation complémentaire et aux professionnel·les de la santé des informations essentielles sur le bien-être de l'interprète;
- Permet à l'artiste de fixer des objectifs qui favorisent sa formation efficace et efficiente en danse. De plus, elle peut minimiser les risques de blessures et encourager la pratique de la danse tout au long d'une vie;
- Aide les professeur·es de danse à reconnaître les tendances, forces et limites de l'interprète et à planifier des programmes de conditionnement sur mesure adaptés à la danse;
- Permet de suivre la santé d'une personne et son développement physique dans le temps. Crée un réseau de professionnel·les de la santé qui comprennent les exigences de la danse;



- Facilite la collaboration entre l'interprète, les enseignant-es, les spécialistes de la formation complémentaire et les professionnel·les de la santé.

Directives pour l'évaluation de l'interprète

- **Objectif** : Établir des évaluations de base pour la force (neurologique, physiologique et biomécanique), l'équilibre, l'amplitude du mouvement, l'endurance cardiovasculaire (anaérobie et aérobie), l'efficacité biomécanique des mouvements spécifiques à la danse, et l'état nutritionnel et psychologique.
- **Calendrier** : L'évaluation de l'interprète devrait s'effectuer au début de la saison de danse, ainsi qu'à intervalles réguliers tout au long de sa formation afin d'évaluer ses progrès et de surveiller les changements de croissance et de développement physique chez l'interprète adolescent-e.
- **Administration** : Les professionnel·les qui effectuent l'évaluation de l'interprète peuvent être des médecins, des physiothérapeutes, des physiologistes de l'exercice, des psychologues, des thérapeutes du sport, des diététicien·nes, des chercheur·es en sciences du mouvement et des enseignant-es de danse.
- **Confidentialité** : Les données recueillies lors de l'évaluation appartiennent à l'artiste. Son autorisation expresse est nécessaire avant toute diffusion de ces informations aux membres de sa famille, aux professeur·es de danse, aux professionnel·les de la santé, etc.
- **Communication** : Avec le consentement de l'interprète, il est recommandé de communiquer les informations recueillies à son médecin de famille ou à son équipe soignante. L'évaluation contient souvent des informations sensibles (par exemple, des antécédents de fractures de stress, le



poids, l'indice de masse corporelle) et peut révéler des « signaux d'alarme » concernant la santé et le bien-être à long terme de l'interprète.

- **Suivi** : L'évaluation n'est pas une fin en soi. Une analyse des données est également nécessaire et un résumé personnalisé pour chaque interprète doit lui être transmis avec délicatesse.

Caractéristiques de l'évaluation de l'interprète

1. Médicales

- a. antécédents médicaux généraux
- b. santé menstruelle
- c. historique des blessures
- d. hygiène du sommeil
- e. constitution corporelle

2. Musculosquelettique

- a. évaluation posturale
- b. amplitude fonctionnelle du mouvement

3. Condition physique

- a. force musculaire, puissance, endurance
- b. équilibre, stabilité
- c. capacité aérobie et anaérobie
- d. vitesse, agilité

4. Compétences techniques en danse et historique de formation

- a. habiletés motrices fonctionnelles
- b. alignement dynamique
- c. technique propre au style de danse (p. ex., préparation aux pointes)

5. Psychologiques

- a. stress, épuisement professionnel
- b. anxiété, dépression
- c. confiance en soi, estime de soi
- d. motivation
- e. sentiment de fatigue
- f. capacité d'adaptation



Caractéristiques de l'évaluation de l'interprète (cont.)

6. Nutritionnelles

- a. alimentation
- b. comportements et habitudes alimentaires

Références

1. Dance Task Force USA. (2005). *Post-hire health screen for professional dancers*. Disponible à l'adresse suivante : www.danceusa.org.
2. Healthy Dancer Canada Dancer Screening Committee. (2012). *Survey on the patterns of dance screening in Canada*. Disponible à l'adresse suivante : www.healthydancercanada.org.
3. Kenny, S.J., et al. (2018). Between-day reliability of pre-participation screening components in pre-professional ballet and contemporary dancers. *Journal of Dance Medicine and Science*, 22(1), 54-62.
4. Liederbach, M., et al. (2012). Assessing and reporting dancer capacities, risk factors, and injuries: Recommendations from the IADMS standard measures consensus initiative. *Journal of Dance Medicine and Science*, 16(4), 139-53.
5. Potter, K. et al. (2008). *Screening in a dance wellness program*. Tiré de <https://www.iadms.org/page/174>.

Crédits photo

Photos prises par Luca Papini Photography

Interprètes du Canadian Contemporary Dance Theatre : Jeffrey Lapira, Marie-Elena Leblanc Bellissimo, Soraya Leewo, Daniel Santokie

Physiothérapeute : Kiah Brubacher-Cressman; Enseignante : Andrea Downie

© 2015, 2019 Healthy Dancer Canada - The Dance Health Alliance of Canada



**Healthy
Dancer** Canada
The Dance Health Alliance of Canada

