



**UNIwersYTET MEDYCZNY**  
IM. PIASTÓW ŚLĄSKICH WE WROCLAWIU

WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU

## ROZPRAWA DOKTORSKA

Mgr Alicja Stachura-Pużyńska

### **Analiza występowania różnic w ukształtowaniu postawy i stabilności ciała muzyków**

Promotor:

**Dr hab. Jan Gnus**

Promotor pomocniczy

**Dr Anna Kolcz**

Recenzenci:

**Prof.dr hab. Andrzej Modrzejewski**

**Dr hab. Krzysztof Wronecki**

Wrocław 2019

**Życiorys**

**Alicja Stachura-Pużyńska**

**Data i miejsce rodzenia:** 05 luty 1975 r., Wrocław

**Miejsce pracy:** Akademia Muzyczna im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu

**Stanowisko:** starszy wykładowca, kierownik Studium Pedagogicznego

**Wykształcenie:**

1982-1994	OSM I i II ST. Im. Karola Szymanowskiego we Wrocławiu
1994-1999	Akademia Muzyczna im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu
1999-2000	Podyplomowe studia Zarządzanie w kulturze Uniwersytet Jagielloński
2003-2005	Podyplomowe Studia Logopedyczne Uniwersytet we Wrocławiu

**Przebieg pracy zawodowej:**

1999- nadal;	Nauczyciel akademicki w Akademii Muzycznej we Wrocławiu
2013- nadal;	Kierownik Studium Pedagogicznego Akademii Muzycznej we Wrocławiu

**Dorobek naukowy:**

**Autor/współautor :** 3 wystąpień na międzynarodowych konferencjach naukowych oraz 1 wystąpienia na ogólnopolskiej konferencji naukowej

**Autor/współautor:** 7 opublikowanych prac.

**Punktacja:** MNISW : 45,0; IF: 1,586

Wybrane publikacje:

1. Alicja Stachura-Pużyńska, Michał Porwolik, Krzysztof Dudek, Marek Pużyński, Bohdan Gworys, Krystian Porwolik, Zygmunt Domagała : A comparison of heating habits among students representing different college majors. W: Nourishment and health; Ed by Paweł Dąbrowski [et al.] Wrocław: Cornetis, 2016: s.143-153  
Pkt.MNiSW/KBN:5,000
2. Alicja Stachura-Pużyńska, Piotr Czyrski, Wiesław Kurlej, Krzysztof Dudek, Marek Pużyński, Kamil Nelke.: Evaluation of adult body posture according to pain symptoms and parafunctions present in the stomatognathic system. W: Pol.J. Environ. Stud. 2016 Vol.25 no.6A:s.5-9 IF:0,793 Pkt.MNiSW/KBN:15,00
3. Alicja Stachura-Pużyńska, Piotr Czyrski, Wiesław Kurlej, Krzysztof Dudek, Marek Pużyński, Natalia Mandzios, Katarzyna Staszak: The relation of sex, age, body stature and body posture stability among adults. W: Pol.J. Environ. Stud. 2016 Vol.25 no.6A:s.10-17 IF:0,793 Pkt.MNiSW/KBN:15,00

## **Streszczenie pracy doktorskiej**

### **Wstęp**

Zasady realizacji obowiązku szkolnego w Polsce, są określane i monitorowane przez Ministerstwo Edukacji Narodowej (MEN). Aktualnie wprowadzone przez MEN zmiany w systemie kształcenia, zakładają powrót do realizacji edukacji w ośmioletnich szkołach podstawowych, eliminując z systemu gimnazja. Obowiązek szkolny w Polsce, realizuje ok. 4,9 mln uczniów. Obok obowiązkowego systemu kształcenia, w Polsce funkcjonuje również system szkolnictwa artystycznego dla młodzieży uzdolnionej w poszczególnych dziedzinach sztuki. Zakres i zasady kształcenia artystycznego, określa Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego. System kształcenia artystycznego realizowany jest w publicznych i niepublicznych Szkołach Muzycznych I i II stopnia oraz w placówkach artystycznych, określanymi jako „ogniska muzyczne”. Uprawianie zawodu muzyka, wymaga wysokiej sprawności fizycznej organizmu, odpowiedniej wydolności i siły mięśni. Długotrwałe utrzymywanie ciała w pozycji wymuszanej przez instrument muzyczny, może niekorzystnie wpływać na postawę i stabilność ich ciała.

### **Cel pracy:**

Celem pracy jest analiza różnic w ukształtowaniu postawy ciała muzyków i ich stabilności posturalnej wynikających z pozycji ciała przyjmowanej podczas gry (grupa A – pozycja asymetryczna lub B – pozycja symetryczna) z uwzględnieniem płci, wskaźnika masy ciała BMI, aktywności fizycznej i intensywności ćwiczeń i gry na instrumencie a także lokalizacja najczęściej występujących dolegliwości bólowych i związek ich nasilenia z pozycją i aktywnością fizyczną.

### **Materiał i metody:**

Materiał badań stanowi 110 studentów Wydziału Instrumentalnego Akademii Muzycznej we Wrocławiu (w tym 78 kobiet) w wieku 17-26 lat. W badaniach wykorzystano metody antropometryczne, ocenę postawy ciała metodą punktową Wolańskiego, badania stabilności posturalnej na stabilografie dwupłytkowym, samoocenę stanu zdrowia i intensywności odczuwanego bólu oraz jego lokalizacji na podstawie wyników ankiety własnej oraz aktywności fizycznej za pomocą kwestionariusza IPAQ. Ponadto pracownicy dydaktyczni uczelni ocenili jakości gry na instrumencie każdego studenta wg kryteriów przyjętych w AM.

### **Wyniki i wnioski:**

Prezentowane w pracy wyniki badań wskazują na to, że, postawa ciała badanych, wykazuje odchylenia od przyjętych norm, i że istnieje związek między pozycją ciała

przyjmowaną podczas gry na instrumencie a stabilnością posturalną. Mniej stabilne są osoby, grające na instrumentach wymuszających przyjęcie pozycji asymetrycznej podczas gry. Ukształtowanie postawy ciała studentów – instrumentalistów, nie ma związku z płcią, jedynym elementem, oceny postawy ciała, związanym z płcią, jest ustawienie brzucha, natomiast niezależnie od płci, nieprawidłowa postawa ciała dotyczy osób wychudzonych oraz osób z niedowagą. Czynnikiem wpływającym na podniesienie jakości gry na instrumencie na wyższy poziom, jest czas, jaki muzyk poświęca dziennie na ćwiczenie na instrumencie. Osoby profesjonalnie zajmujące się grą na instrumentach muzycznych, są narażone na występowanie dolegliwości bólowych, w następstwie wieloletniej gry na instrumencie. Okolicami ciała, gdzie najczęściej lokalizowany jest ból, niezależnie od rodzaju instrumentu i pozycji przyjmowanej podczas gry są: kończyny górne - okolice dłoni i nadgarstków, okolice stawów ramiennych oraz kręgosłup (w szczególności odcinek szyjny). Ból występujący w okolicy kręgosłupa jest nie tylko problemem medycznym, ale także społecznym, generującym wymierne negatywne skutki dla przyszłego życia zawodowego. W obliczu uzyskanych wyników – korespondujących z dotychczasową wiedzą – zasadne wydaje się promowanie działań związanych z upowszechnianiem zasad profilaktyki zaburzeń zdrowotnych, wprowadzanie ogólnousprawniających zajęć fizycznych dostosowanych dla tej grupy osób, a w razie konieczności, wprowadzać elementy fizjoterapii, wśród studentów Akademii Muzycznych.