

# Le pied de la danseuse

Paul Hubert BENAMOU

La danse est la plus belle des démarches.

Pour danser, on abandonne ses soucis et ses peines pour un moment de bonheur.

Degas passait des heures à observer les danseuses.

Il disait, en parlant de leurs pieds « Ils babillent entre eux et se querellent comme des colombes ». Pour en arriver là, il a fallu souffrir. Dès le plus jeune âge il a fallu subir un entraînement intensif, comme pour une gymnastique de compétition avec les privations alimentaires, les conseils diététiques stricts, l'hygiène cutanée podologique quotidienne, le port de bonnes chaussures, des chaussons adaptés et renouvelés régulièrement, etc...

Néanmoins, des lésions diverses surviennent : phlyctènes, durillons, dystrophies unguéales, ongles incarnés, hématomes sous-unguéaux.

A cause de la fatigue, des chaussons usés, des sols inégaux, la pratique de la danse peut-être la cause de lésions beaucoup plus graves :

- - Des entorses de la cheville, du Chopart, du Lisfranc.
- - Des fractures des métatarsiens et de tous les os du tarse et du métatarse.
- - Des ruptures tendineuses, des ruptures de l'aponévrose plantaire.
- - Des luxations de tendons.
- - Un hallux valgus.

Ainsi que des pathologies plus ou moins spécifiques à la danse :

- - Les syndromes tibio-taliens antérieurs et postérieurs.
- - La tendinite du long fléchisseur de l'hallux, responsable d'un syndrome du carrefour postérieur.
- - La subluxation du cuboïde.
- - Le dérangement sous-talien.
- - Et j'en passe...

Pour en arriver à « l'étoile », il a fallu du courage et de la ténacité, car on « n'apprend pas à danser avec des éperons ».

De l'Académie Royale de danse (en 1661) au Conservatoire National de danse (en 1713), les « Maîtres de danse » puis les « Professeurs de danse », n'ont pas cessé de perfectionner cet « Art », qui a toujours existé dans le monde.