

## PREVALÊNCIA DE LESÕES NO FUTEBOL

Alberto Teles Barbosa<sup>1</sup>Diego Conceição de Sousa<sup>1</sup>Diego Souza Moraes<sup>1</sup>Gustavo Lucio Monteiro de França<sup>2</sup>Lorena Cristina Curado Lopes<sup>2</sup>

O futebol, às vezes referido como futebol de campo, trata-se da modalidade esportiva mais praticada no mundo, em especial no Brasil onde é considerado o esporte mais popular. Entretanto, a sua prática exige um condicionamento físico adequado, devendo ser considerada tanto a capacidade aeróbica quanto o equilíbrio musculoesquelético. Esta condição global favorável constitui um aspecto fundamental para a prevenção de lesões associadas à modalidade. Outro fator que deve ser observado é o contato físico que, apesar de limitado e regulado por diversas regras específicas, possui uma alta incidência, constituindo um mecanismo relevante de contusões. Assim, objetiva-se com o presente estudo verificar na literatura as principais lesões provenientes da prática do futebol, estabelecendo critérios a serem observados por praticantes e treinadores na prevenção ou para minimizar suas consequências. Deste modo, foram utilizadas algumas bases de dados com o intuito de localizar textos científicos sobre o assunto, as informações foram organizadas e apresentadas de modo descritivo. Um estudo realizado com os jogadores de uma equipe profissional paraense, constatou que as lesões musculares são as mais prevalentes; outro trabalho realizado com duas equipes profissionais catarinenses, também foi constatado que as lesões musculares são as mais recorrentes, sendo a coxa a região mais acometida. O mesmo estudo ressaltou que o tipo e o grau das lesões também devem ser correlacionadas com outros fatores, como o clima, posição dos jogadores, fase do campeonato e condições dos campos; para outro estudo realizado também com duas equipes profissionais, mas desta vez sergipanas, as lesões mais frequentes apontam em direção do membro inferior como um todo, destacando-se as regiões do joelho, coxa e tornozelo as mais afetadas; o último trabalho utilizado, analisando lesões ocorridas durante o Campeonato Brasileiro de Futebol, descreveu a musculatura posterior da coxa como sendo o principal alvo de lesões em atletas profissionais do futebol nacional. A

<sup>1</sup> Acadêmicos do curso de Educação Física, UNIFIMES. E-mail: albertotels08@gmail.com

<sup>2</sup> Docente do curso de Educação Física, UNIFIMES.

VI COLÓQUIO ESTADUAL DE PESQUISA MULTIDISCIPLINAR  
IV CONGRESSO NACIONAL DE PESQUISA MULTIDISCIPLINAR E  
III FEIRA DE EMPREENDEDORISMO DA UNIFIMES



2022

16 A 18 DE MAIO

partir dos dados observados, considera-se de suma importância a adoção de procedimentos preventivos para todos os praticantes desta modalidade tão popular. Ações de fortalecimento muscular e trabalhos multidisciplinares constituem as estratégias mais eficientes para se evitar danos musculoesqueléticos. Mesmo que a maior parte dos estudos apontem para traumatismos e contusões envolvendo os músculos estriados do membro inferior, eles também apontaram, secundariamente, para lesões do tipo *overuse*, entorse, fratura, rotura, luxação, entre outras; com predominância para o membro inferior devido à natureza dos gestos deste esporte.

**Palavras-chave:** Traumatismos. Contusões. Predomínio. Ludopédio.

