

LESÕES EM ATLETAS DE FUTEBOL PROFISSIONAL DE UM CLUBE DA CIDADE DE CAMPINA GRANDE, NO ESTADO DA PARAÍBA

INJURIES IN ATHLETES OF A PROFESSIONAL SOCCER CLUB IN CAMPINA GRANDE-PB

José de Vasconcelos Júnior¹ e Thiago de Oliveira Assis²

¹ Fisioterapeuta graduado pela Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande – FCMCG.

² Professor do curso de Medicina da Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande – FCMCG.

RESUMO

O futebol é o esporte mais praticado no Brasil e no mundo. Devido à sua competitividade, tem exigido dos atletas um condicionamento físico cada vez mais intenso. Aqueles atletas que não se enquadram nessa nova realidade têm exposto suas estruturas musculoesqueléticas a diversas lesões. Estudar o perfil das lesões em atletas de futebol de campo profissional de um clube profissional na cidade de Campina Grande, no Estado da Paraíba. Trata-se de um estudo exploratório, descritivo e transversal com abordagem quantitativa. Participaram desse estudo 19 atletas. Para coleta de dados, foi utilizado um questionário semiestruturado. Os resultados foram armazenados e analisados no Excel® v. 2007. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Centro de Ensino Superior e Desenvolvimento – Cesed, de Campina Grande, através do protocolo n. 0056.0.405.000-09. Um total de 20 lesões foi registrado durante a temporada 2009. A posição de atacante foi a mais ocorrente (31,5%). A região mais acometida foi a da coxa (30%) e o diagnóstico, estiramento muscular ou entorse, com 20% do total. Quanto à gravidade das lesões, 75% foram moderadas, gerando um afastamento de 8 a 21 dias, e 70% sem contato físico. Diante da nova realidade do futebol mundial, faz necessária uma preparação física cada vez mais rigorosa, sobretudo na tentativa de reduzir a incidência ou, mesmo, a gravidade das lesões.

Palavras-chave: epidemiologia descritiva, futebol, lesões esportivas.

ABSTRACT

Soccer is the most practiced sport in Brazil and worldwide. Due to its competitiveness, is required of athletes, a fitness increasingly intense. Those athletes who do not fit this new reality, have exposed their various injuries to the musculoskeletal structures. To study the profile of injuries in soccer players of the professional field of a professional club in the city of Campina Grande – PB. This is an exploratory, descriptive and cross-sectional quantitative approach. 19 athletes participated in this study. To collect data we used a semi-structured questionnaire. The results were stored and analyzed in Excel® v.2007. This study was approved by the ethics committee and research Centro de Ensino Superior e Desenvolvimento - CESED Campina Grande, through the protocol: 0056.0.405.000-09. A total of 20 injuries were recorded during the 2009 season. The position of striker is the most observed (31.5%). The region most affected was the thigh (30%) and diagnostic muscle strain or sprain with 20% of the total. The gravity of the injuries was moderate 75% generating a clearance 8 to 21 days and 70% without physical contact. Facing the new reality of world soccer, is a necessary physical preparation of increasingly stringent, especially in an attempt to reduce the incidence or severity of injuries.

Keywords: descriptive epidemiology, soccer, sports injuries.

I. INTRODUÇÃO

O futebol é o esporte mais popular no mundo e no Brasil. Para sua prática, faz-se necessário um bom condicionamento físico, além de força, flexibilidade, agilidade e coordenação motora. Vários estudos têm mostrado uma grande incidência de lesões no futebol (RIBEIRO & COSTA, 2006). Para Silva *et al.* (2005), o futebol é um esporte com características de contato físico intenso, movimentos curtos, rápidos e não contínuos, tendo sofrido muitas mudanças nos últimos anos, principalmente em função das exigências físicas cada vez maiores, o que obriga os atletas a trabalharem perto de seus limites máximos de exaustão, com maior predisposição às lesões. Estes atletas são mais exigidos fisicamente do que os atletas de outras modalidades, pois fazem movimentos rotacionais em excesso e correm maior distância na velocidade submáxima, sendo, desta forma, mais expostos às lesões traumato-ortopédicas (COHEN *et al.*, 1997).

Estudo sobre lesões de atletas jovens revelou que os tipos mais comuns de traumatismos na prática desse esporte são a entorse de tornozelo, a lombalgia e a entorse de joelho (ARENA & MANCINI, 2003).

O futebol moderno requer muitas qualidades físicas que parecem ser independentes da posição em que atua o atleta (LEITE & CAVALCANTI NETO, 2003). Os conhecimentos prévios sobre as lesões e suas consequências servem, ainda, de suporte para que seja elaborado um programa preventivo adequado para cada situação (IKEDA & NAVEGA, 2008).

Nesse âmbito, o objetivo desse estudo é avaliar o perfil das lesões em atletas de futebol de campo profissional de um clube profissional na cidade de Campina Grande, na Paraíba.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo caracteriza-se como exploratório, descritivo e transversal, com abordagem quantitativa (ANDRADE, 1997). Foi desenvolvido em um clube de futebol profissional da cidade de Campina Grande, no Estado da Paraíba, sendo que a população-alvo era formada por todos os atletas da equipe profissional de futebol do referido.

Para compor a amostra, foram considerados aqueles atletas em que faziam parte do elenco de 2009 e que se dispuseram a participar desta pesquisa. A amostra foi do tipo não probabilística, sendo utilizado o

critério de acessibilidade para sua composição. Foram incluídos todos os jogadores do sexo masculino que participaram do elenco profissional com contrato vigorando com o clube de futebol no ano de 2009, durante o Campeonato Brasileiro da série B, sem restrição de idade, e com história de lesões atuais, sendo sua inclusão condicionada à assinatura de um termo de consentimento livre e esclarecido. Foram excluídos aqueles que não fizeram parte da equipe profissional e jogadores que chegaram ao clube lesionados ou os que, por qualquer motivo, se opuseram a participar. Assim, 19 atletas consignaram sua participação no estudo.

Para coleta de dados, utilizou-se um questionário semiestruturado, de perguntas abertas e fechadas, adaptado de estudo prévio (RIBEIRO & COSTA, 2006), onde foram analisadas as seguintes variáveis gerais: idade do atleta, lado dominante e posição no campo de jogo; as variáveis relacionadas às lesões foram as que seguem: localização, diagnóstico, severidade e circunstância. Todas as variáveis enunciadas permitiram estudar o perfil das lesões nos atletas de futebol profissional durante treinos e jogos oficiais da temporada de 2009.

As informações foram armazenadas num banco de dados no *software* Bioestat v.5.0®, e analisadas segundo a estatística descritiva simples, sendo apresentados em forma de tabelas para discussão.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Este estudo foi desenvolvido atendendo às orientações da Resolução n. 196/96 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) do Ministério da Saúde, de 10 de outubro de 1996, que aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos (BRASIL, 1996). Foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Centro de Ensino Superior e Desenvolvimento – Cesed – e aprovado – sob o protocolo n. 0056.0.405.000-09.

Após aplicação da metodologia, os dados referentes à caracterização da amostra foram expressos na Tabela 1.

Analisando-se os dados da Tabela 1, percebe-se que a faixa etária média de idade da amostra foi de $26,86 \pm 3,77$ anos, lado dominante direito. Nos estudos de Palácio, Candeloro & Lopes (2009), foi verificada uma maior ocorrência de lesões na faixa entre 20 e 25 anos de idade. No que se refere à posição dos jogadores em campo (entre goleiros, zagueiros, laterais, meio-campistas e atacantes), os dados coletados mostram uma maior ocorrência de lesões nos atacantes (31,5%),

Tabela 1: Caracterização da amostra estudada

Idade	NA*	fr (%)*
Idade	26,08 ± 3,77**	
Lado dominante		
Direito	10	52,6
Esquerdo	9	47,4
Posição		
Goleiro	2	10,5
Zagueiro	1	5,26
Lateral	5	26,31
Meio-campo	5	26,31
Atacante	6	31,5

* NA - Valor Absoluto; fr - Frequência absoluta. ** Média ± Desvio padrão.

este fato corrobora outros estudos sobre o tema (COHEN *et al.*, 1997; RAYMUNDO *et al.*, 2005), diferentemente da pesquisa realizada por Leite & Cavalcanti Neto (2003) onde se observou que os meios-campistas foram os atletas mais acometidos pelas lesões ocorridas, perfazendo 66% do total. Este resultado pode ser explicado pela nova tendência do futebol mundial, onde cada vez mais se faz necessário o uso de força, velocidade e, principalmente, mudanças bruscas na direção dos movimentos, sempre chegando próximo do limite da exaustão muscular dos atletas (FARIA & PAIVA, 2005). Nesse caso, os atacantes são mais exigidos fisicamente que os demais, realizando movimentos balísticos em demasia, além de percorrerem distâncias em velocidade máxima em direção ao gol adversário (COHEN *et al.*, 1997; GOULD, 1993).

A Tabela 2 expressa os dados relativos ao perfil das lesões osteomusculares que acometeram os atletas da amostra estudada, enquanto a Tabela 3, a associação entre as circunstâncias e a gravidade das lesões.

Verificando-se os dados da Tabela 2, percebe-se que a região da coxa foi o local mais acometido pelas lesões nos atletas durante os jogos e treinos, somando 30% do total de lesões. Esses dados corroboram os resultados dos estudos de Árnason *et al.* (1996); todavia, os resultados de Leite & Cavalcanti Neto (2003) mostram que a lesão mais ocorrente foi a de entorse no tornozelo por inversão. As lesões mais comuns no futebol verificam-se nas articulações do joelho e do tornozelo, afora as da musculatura posterior da coxa. Esse nível de exigência para com essas estruturas é resultante da necessidade de mudanças de direção bruscas e de impactos com o solo, além de traumas diretos pelo contato físico necessário para a prática desse esporte, sendo as atividades que recrutam mais potência e

Tabela 2: Perfil das lesões osteomusculares em atletas de futebol profissional de um clube na cidade de Campina Grande

	NA	fr (%)
Localização		
Coluna lombar	1	5
Braço	1	5
Púbis	1	5
Coxa	6	30
Joelho	5	25
Perna	2	10
Tornozelo	2	10
Pé	2	10
Diagnóstico		
Lesão ligamentar com instabilidade	1	5
Lesão de menisco	1	5
Luxação	1	5
Estiramento muscular	4	20
Entorse	4	20
Contusão	3	15
Lombalgia	1	5
Fadiga muscular	2	10
Tendinite	2	10
Outros	1	5
Severidade (Tempo de afastamento)		
Leve (1 – 7 dias)	3	15
Moderado (8 – 21 dias)	15	75
Grave (> 21 dias)	2	10
Circunstância		
Com contato	6	30
Sem contato	14	70

Tabela 3: Associação entre a gravidade e a circunstância das lesões

Gravidade da lesão	Circunstância	
	Sem contato físico	Com contato físico
Lesão (1 – 7 dias)	2	1
Moderado (8 – 21 dias)	10	5
Grave (> 21 dias)	2	0

velocidade as principais responsáveis pelos danos musculares (COHEN *et al.*, 1997).

Já em relação ao diagnóstico, verificou-se que 20% do total das lesões ocorreram em virtude dos estiramentos musculares ou entorses por inversão. Estes dados estão de acordo com outros estudos (LEITE & CAVALCANTI NETO, 2003), sendo que esta última caracteriza-se por ser a principal lesão da articulação do tornozelo (WEBB & GARRICK, 2001). Em outros trabalhos (RIBEIRO & COSTA, 2006), os diagnósticos mais comuns foram contusão, com 31,25%, e entorse, com 28,12%

do total. Quanto à severidade (tempo de afastamento), os resultados de Palácio, Caneloro & Lopes (2009) apontam um tempo de afastamento de 10 a 240 dias dos atletas em decorrência das lesões; de acordo com os dados de Ribeiro & Costa (2006), houve uma predominância das lesões no grau leve com cerca de dez dias de afastamento. Os resultados aqui relatados revelam que 75% das lesões geraram um afastamento de até 21 dias. Essas diferenças podem ser explicadas pelos fatores extrínsecos, relacionados ao processo fisiopatológico da lesão, como diferentes graus de luminosidade, condições do gramado, tipos de chuteira, bem como o mecanismo de lesão (lesão em cadeia cinética aberta e cadeia cinética fechada, esta última sendo a mais grave), por exemplo, além de fatores intrínsecos, como condicionamento muscular e possíveis deformidades posturais (MOREIRA *et al.*, 2004). Nos trabalhos de Cohen *et al.* (1997), houve uma incidência maior para lesões sem contato físico, fato este observado também

em na amostra da presente pesquisa, envolvendo 70% dos casos.

4. CONCLUSÃO

Concluiu-se que a faixa etária da amostra foi de $26,86 \pm 3,77$, com predominância para lateralidade direita. Observou-se, também, que o local mais acometido entre os atletas, durante os jogos e treinos, foi a região da coxa, perfazendo 30% do total de incidências. Quanto aos diagnósticos, o estiramento muscular e a entorse de tornozelo apresentaram-se mais ocorrentes, totalizando 20% cada uma. Já em relação à gravidade das lesões, 70% delas mostraram-se moderadas.

Pode-se afirmar, portanto, que, diante da nova realidade do futebol mundial, faz-se necessária uma preparação física cada vez mais rigorosa, sobretudo na tentativa de reduzir a incidência ou, mesmo, a gravidade das lesões.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Maria Margarida de. *Introdução à metodologia do trabalho científico*. 2. ed. São Paulo: Atlas, 1997.

ARENA, Simone S. & MANCINI, R. U. Lesões esportivas, fatores de risco e exames de pré-participação para jovens atletas. *Revista de Educação Física da Cidade de São Paulo*, v. 3, n. 1, p. 21-29, São Paulo, 2003.

ÁRNASON, Árni; GUDMUNDSSON, Árni; DAHL, Hans A. & JÓHANSSON, Erlingur. Soccer injuries in Iceland. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, v. 6, n. 1, p. 40-45, February, 1996. Disponível em: <<http://www3.interscience.wiley.com/journal/119218356/abstract?CRETRY=1&SRETRY=0>>.

BRASIL. *Resolução n. 196, de 10 de outubro de 1996*. Dispõe sobre as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos. Brasília: Diário Oficial da União, 1996.

COHEN, Moisés; ABDALLA, René Jorge; EJNISMAN, Benno & AMARO, Joicemar T. Lesões ortopédicas no futebol. *Revista Brasileira de Ortopedia*, v. 32, n. 12, p. 940-944, Rio de Janeiro, dezembro, 1997.

FARIA, Luís Fernando de & PAIVA, Vimerson H. Incidência de lesões em jogadores de futebol profissional do Uberaba Sport Clube no Campeonato Mineiro módulo II 2005. In: IV WORKSHOP EM FISIOLÓGIA DO

EXERCÍCIO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS. *Anais...* São Carlos: UFScar, 2005.

GOULD, James A. *Fisioterapia na ortopedia e na medicina do esporte*. São Paulo: Manole, 1993.

IKEDA, A. M. & NAVEGA, Marcelo T. Caracterização das lesões ocorridas em atletas profissionais de futebol da Associação Desportiva São Caetano durante o Campeonato Brasileiro de 2006. *Revista Fisiobrasil*, v. 11, n. 88, Rio de Janeiro, 2008.

LEITE, Cláudia B. S. & CAVALCANTI NETO, Florêncio F. Incidência de lesões traumato-ortopédicas no futebol de campo feminino e suas relações posturais. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, v. 9, n. 61, Buenos Aires, 2003.

MOREIRA, Demóstenes; GODOY, José Roberto P. de; BRAZ, Rafael G.; MACHADO, Gustavo Frederico B. & SANTOS, Henry Franklin da S. dos. Abordagem cineiológica do chute no futsal e suas implicações clínicas. *Revista Brasileira de Ciência & Movimento*, v. 12, n. 2, p. 81-85, São Paulo, 2004.

PALACIO, Evandro P.; CANELOGRO, Bruno M. & LOPES, Aline de A. Lesões nos jogadores de futebol profissional do Marília Atlético Clube: estudo de coorte histórico do Campeonato Brasileiro de 2003 a 2005.

REFERÊNCIAS

Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 15, n. 1, p. 31-35, São Paulo, janeiro/fevereiro, 2009.

RAYMUNDO, José Luiz P.; RECKERS, Leandro José; LOCKS, Renato; SILVA, Leandro & HALLAL, Pedro C. Perfil das lesões e evolução da capacidade física em atletas profissionais de futebol durante uma temporada. *Revista Brasileira de Ortopedia*, v. 40, n. 6, p. 341-348, Rio de Janeiro, junho, 2005.

RIBEIRO, Rodrigo N. & COSTA, Leonardo O. P. Análise epidemiológica de lesões no futebol de salão durante o XV Campeonato Brasileiro de Seleções Sub-20. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 12, n. 1,

p. 1-5, São Paulo, janeiro/fevereiro, 2006

SILVA, Anderson A.; DÓRIA, DALILA D.; MORAIS, Guilherme A.; PROTA, Rodrigo V. M.; MENDES, VINÍCIUS B.; LACERDA, Aline C. de; URSINE, Bárbara L.; VAL, Celina G. do; SANTOS, Cristiane M. de F.; CUNHA, Felipe F. M. & AMARAL, Pedro Henrique S. do. Fisioterapia esportiva: prevenção e reabilitação de lesões esportivas em atletas do América Futebol Clube. *In: 8º ENCONTRO DE EXTENSÃO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS. Anais...* Belo Horizonte: UFMG, 2005.

WEBB, David R. & GARRICK, James G. *Lesões esportivas: diagnóstico e administração*. São Paulo: Roca, 2001.

Endereço para correspondência:

Thiago de Oliveira Assis. Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande – FCMCG. Av. Argemiro de Figueiredo, n. 1.901, Itararé CEP 58411-020 – Campina Grande – Paraíba, Brasil. E-mail: thiago.oa@hotmail.com.