

FATORES DE RISCO RELACIONADOS À SAÚDE EM JOGADORES DE FUTEBOL DE VÁRZEA DA CATEGORIA MÁSTER DE PORTO ALEGREAmilco Diamantino Pereira Neto¹;
Luis Coimbra Meneghello¹**RESUMO**

A partir de 2012, passa a integrar o Campeonato Municipal de Futebol de Várzea de Porto Alegre a categoria Máster (jogadores acima de 48 anos). Esta faixa etária exige que os cuidados relacionados à saúde sejam intensificados, visto que o corpo humano passa a ser mais suscetível a doenças e lesões. Este artigo tem como objetivo verificar se os jogadores que atuam na categoria máster do referido campeonato estão submetidos a algum fator de risco relacionado à saúde quando da disputa da referida competição. Foi aplicado o Questionário de Prontidão para Atividade Física - PAR-Q em 12 jogadores que participam da competição. Os resultados obtidos comprovam que 83,3% dos jogadores que responderam ao questionário apresentam algum fator de risco relacionado à saúde e que, desta forma, necessitam de avaliação médica prévia.

Palavras-chave: Várzea. Máster. Saúde. Fator de risco.

ABSTRACT

Risk factors related to health in football players of the category Várzea Master of Porto Alegre

From 2012, has joined the football league hall of Porto Alegre Várzea the masters category (players above 48 years). This age group requires special care to health are intensified, as the body becomes more susceptible to illness and injury. This article aims to determine if players operating in master category of that championship are subject to some risk factor related to health when the dispute of that contest. Was applied Physical Activity Readiness Questionnaire - PAR-Q. In 12 players of the competition. The results show that 83,3% of the players who responded to be questionnaire have some risk factor related to health and thus require medical evaluation prior.

Key words: floodplain. Máster, health. Risk factor.

1-Programa de Pós-Graduação Lato Sensu da Universidade Gama Filho em Futebol e Futsal: As Ciências do Esporte e a Metodologia do Treinamento

E-mail:
amilco@terra.com.br
luiscm@terra.com.br

Endereço para correspondência:
Rua Carobá, 525 Condomínio Cantegril
Bairro São Lucas - Viamão (RS)

INTRODUÇÃO

O Brasil, por sua formação étnica, social e cultural, e por suas dimensões geográfico-continentais tornou-se, no panorama mundial, talvez o país com o maior contingente da população que pratica, acompanha e vive o futebol.

O futebol hoje em dia contempla algumas manifestações. Há futebol de alto rendimento que é praticado pelos clubes profissionais nas diferentes divisões ou séries vinculados a federações e confederações. E, estes clubes também tem suas categorias de base, que perseguem os mesmos conceitos do esporte de alto rendimento.

Há também o futebol praticado por crianças e adolescentes nos campinhos improvisados ou, simplesmente, jogado no meio da rua onde pedestres, carros e os muros das casas não raras vezes fazem parte do jogo.

Uma manifestação importante deste esporte é o futebol desenvolvido nas aulas de educação física ministradas nas escolas. Enfim, os diferentes futebolis têm extrema relevância nos seus contextos e não carecem de comparação quanto ao nível de importância para seus participantes.

O presente artigo trata especificamente do futebol comunitário, às vezes também chamado de futebol amador. Na maioria das cidades brasileiras este futebol é chamado de futebol de várzea.

É praticado em campos públicos ou privados de bairros populares e de periferia de quase todas as cidades do Brasil. Estes campos de futebol são localizados em áreas planas, algumas vezes alagadiças, conhecidas como várzea.

Segundo Damo (2003), no futebol de várzea ou amador há a presença de quase todos os componentes do futebol profissional, porém diferindo em escala.

Conforme Stigger (1997), para entender a realidade do futebol de várzea é preciso conviver algum tempo dentro dessa realidade, acompanhando e participando dos jogos, para realmente se perceber a importância que este futebol tem para pessoas envolvidas, tanto os jogadores, como a comunidade no geral. Pois, para quem nele está envolvido, a motivação e o interesse podem ser comparados ao futebol profissional.

O futebol de várzea é uma tradição popular histórica que envolve não só os atletas como também seus familiares, vizinhos e comunidade em geral.

A existência de clubes e agremiações de futebol pressupõe uma organização social e a existência de uma estrutura administrativa de autofinanciamento. E, existe por parte das comunidades carentes que residem nas proximidades destes campos um respeito ético de preservação destes espaços.

A Várzea de Porto Alegre

A Prefeitura Municipal de Porto Alegre (PMPA), através da Secretária Municipal de Esportes, Recreação e Lazer (SME) desde 1993 vêm realizando o mapeamento dos campos de futebol da cidade e verificando a situação destes equipamentos, iniciando, dessa forma, a consolidação de uma política para este importante segmento da cultura esportiva de nossa cidade. Nesse mapeamento, foi constatada a existência de mais de cinquenta campeonatos de futebol de várzea que acontecem nestes locais.

Estes campeonatos são organizados por Agremiações, Associações de Clubes e Ligas Independentes nas diferentes regiões da cidade e são cadastrados, supervisionados e acompanhados pela SME, que auxilia nas questões técnicas e promove fóruns e encontros, com o objetivo de gradualmente, estabelecer a parceria entre o Poder Público e a comunidade.

O principal resultado alcançado é a abrangência deste trabalho da SME, que conta com a participação de todas as regiões da cidade de Porto Alegre, do norte ao extremo sul, envolvendo desde o início de cada ano um universo de mais de 50.000 cidadãos, entre jogadores, dirigentes, familiares, torcedores e comunidade em geral.

A partir de 2012, passa a integrar o Campeonato Municipal de Futebol de Várzea de Porto Alegre a categoria Máster, com jogadores de idade superior a 48 anos.

Essa faixa etária exige que os cuidados com a saúde sejam intensificados, visto que o corpo humano passa a ser mais suscetível a doenças e lesões. Através desta pesquisa, pretendo contribuir para que esse público esteja mais atento a possíveis sintomas de doenças coronarianas e/ou outras

limitações à atividade física e aos cuidados com a saúde.

Dessa forma, o objetivo é verificar se os jogadores que atuam na categoria máster do Campeonato Municipal de Futebol de Várzea de Porto Alegre estão submetidos a algum fator de risco relacionado à saúde quando da disputa da referida competição.

MATERIAIS E MÉTODOS

Para que o objetivo desta pesquisa fosse atingido foi realizada uma pesquisa descritiva com os jogadores que atuam na categoria máster (acima de 48 anos de idade) do Campeonato Municipal de Futebol de Várzea de Porto Alegre.

Pesquisa descritiva é um estudo que, através da observação, análise e descrição, verifica se os problemas podem ser resolvidos e as práticas melhoradas. Na pesquisa descritiva o método mais comum é o estudo exploratório, que inclui questionários ou entrevistas pessoais (Thomas e Nelson, 2002).

O instrumento utilizado para a coleta dos dados para posterior análise foi o Questionário de Prontidão para Atividade Física - PAR-Q que, segundo Carvalho e colaboradores (1996), tem sido sugerido como "padrão mínimo de avaliação pré-participação, pois pode indicar, por alguma resposta positiva, os que necessitam de avaliação médica prévia".

Segundo o protocolo, os sujeitos que responderem NÃO a TODAS as perguntas do teste 1, e possuírem MENOS de DOIS FATORES DE RISCO no teste 2, não

precisam de exame médico prévio e já podem buscar um profissional de Educação Física para orientá-los em alguma atividade física. Já os sujeitos que responderem SIM a alguma pergunta no teste 1 ou possuírem dois ou mais fatores de risco no teste 2, devem procurar um médico para uma avaliação prévia, antes de iniciar algum programa de treinamento (ACMS, 2000).

A amostra deste artigo foi constituída por 12 jogadores de futebol que jogam na categoria máster do Campeonato Municipal de Futebol Amador de Porto Alegre, competição organizada e dirigida pela Gerência de Futebol da Secretaria de Esportes, Recreação e Lazer do município de Porto Alegre.

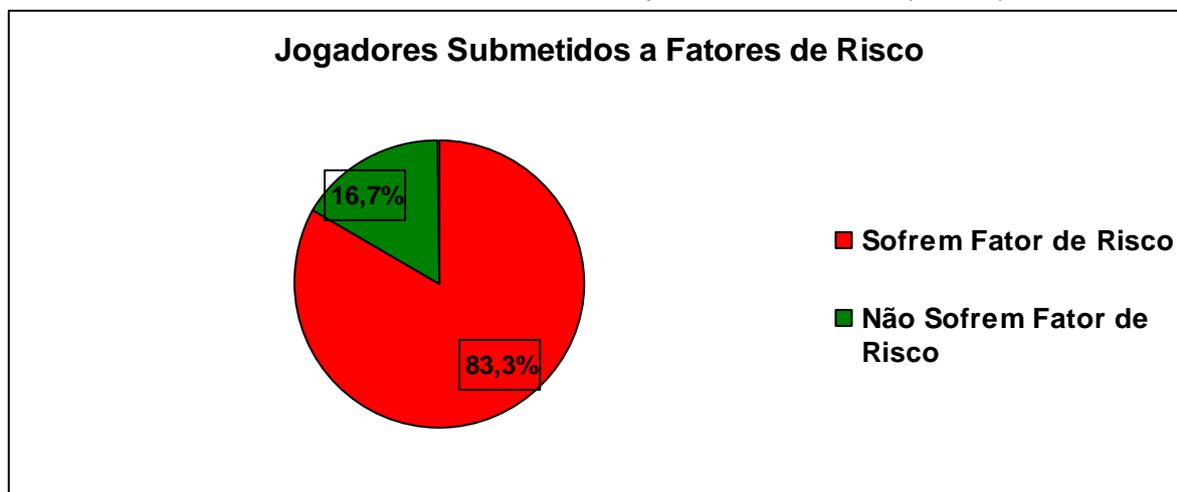
A escolha dos respondentes deu-se por conveniência do pesquisador que aproveitou o momento inicial do Congresso Técnico da categoria máster para esclarecer o caráter da pesquisa e solicitar a participação dos mesmos. Cada jogador representava uma equipe das mais variadas regiões da cidade.

Foi apresentado aos respondentes um termo que continha claramente os objetivos desta pesquisa, e que esclarecia também aos participantes que qualquer documento publicado ou apresentado a partir dos resultados deste estudo não identificaria seus participantes, mantendo desta forma a confidencialidade dos dados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A seguir, apresentamos, analisamos e discutimos os resultados desta pesquisa.

Gráfico 1 - Questionário de Prontidão para Atividade Física (PAR-Q)



Conforme se pode observar no gráfico 1, 83,3% dos entrevistados estão submetidos a algum fator de risco relacionado à saúde. Esse percentual pode ser considerado elevado, visto que qualquer desses fatores pode desencadear problemas graves à saúde desses jogadores.

Segundo Carvalho e colaboradores (1996) os profissionais da área da saúde devem incluir em sua anamnese questionamentos específicos sobre atividade física regular, desportiva ou não,

conscientizando as pessoas a esse respeito e estimulando o incremento da atividade física, através de atividades informais e formais.

Em função disso, deve-se ressaltar a importância de que sejam divulgadas informações relevantes a esse respeito e deve-se também implementar programas de prevenção para uma prática de futebol que tenha a preocupação de minimizar possíveis fatores de riscos relacionados à prática deste esporte.

Gráfico 2 - Teste 1: PAR-Q

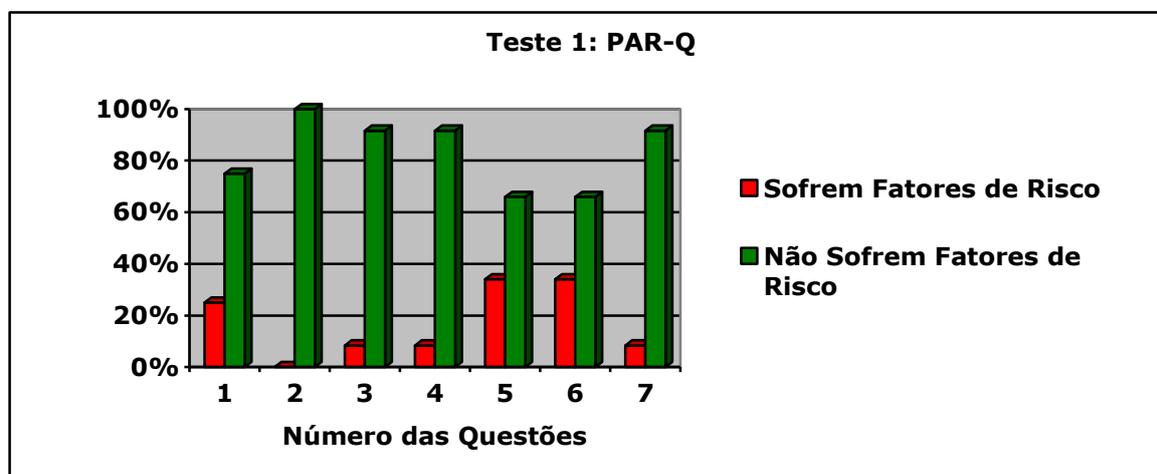
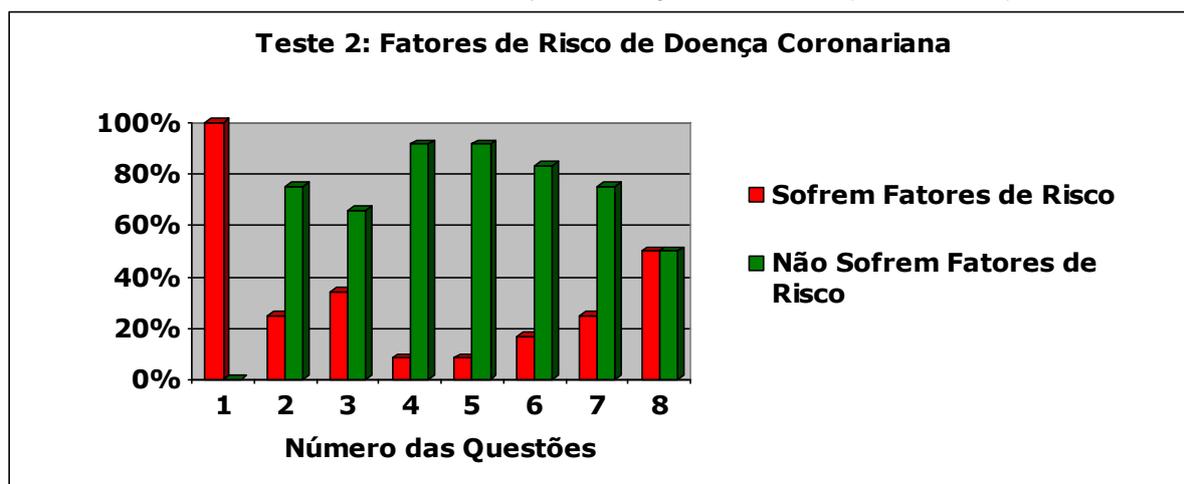


Gráfico 3 - Fatores de Risco para Doença Coronariana (ACSM, 2000).



De acordo com gráfico 2 acima, que nos mostra as respostas referentes ao Questionário de Prontidão para Atividade Física - PAR-Q, referente a questão (1) 75% dos entrevistados afirmaram que nunca

havam sido alertados por algum médico sobre problemas de coração; (2) 100% dos entrevistados afirmaram que não sentem dores no peito quando praticam atividade física; (3) 01 dos entrevistados (8,4%) afirma

que no último mês sentiu dores no peito quando praticava atividade física; (4) 91,6% dos entrevistados não apresentaram desequilíbrio devido à tontura e/ou perda de consciência; (5) 33,3% dos entrevistados afirmaram possuir algum problema ósseo ou articular que poderia ser piorado pela atividade física; (6) 33,3% afirmou tomar atualmente algum medicamento para pressão arterial e/ou problema de coração e (7) 91,6% afirma não saber de alguma outra razão pela qual não deve realizar atividade física.

Em relação aos fatores de risco para doença coronariana de acordo gráfico 3 acima, as respostas foram as seguintes: (1) 100% dos entrevistados é homem e tem mais de 45 anos de idade; (2) 25% dos entrevistados afirma ter taxa de colesterol acima de 240mg/l ou desconhecê-la; (3) 33,3% afirma ter pressão arterial acima de 140/90mmHg, desconhecê-la ou usar medicamento para controlá-la; (4) 8,4% dos entrevistados afirma ser fumante; (5) 8,4 % afirma ter diabetes de qualquer tipo; (6) do total de entrevistados, 16,7 % afirma possuir, em seu histórico familiar, ocorrência de ataque cardíaco em pai ou irmão antes dos 55 anos ou mãe e irmã antes dos 65 anos de idade; (7) 25% dos entrevistados afirma exercer atividade profissional sedentária e menos de 30 minutos de atividade física pelo menos três vezes por semana e (8) 50% dos entrevistados afirma ter mais de 10 Kg de excesso de peso.

Estes dados nos remetem a discussão da importância de se identificar, principalmente nesta categoria (acima de 48 anos), os jogadores que necessitam realizar avaliação médica prévia antes de participarem da competição.

Há também a necessidade de se procurar realizar algum programa regular de exercícios físicos ou mesmo atividades informais que incrementem a atividade física dos indivíduos (Carvalho e colaboradores 1996).

CONCLUSÃO

O grupo de jogadores que participa da categoria Máster do Campeonato Municipal de Futebol de Várzea/2012 de Porto Alegre apresenta um considerável risco de que aconteça algum tipo de acidente durante a competição.

E, cabe aos gestores do campeonato, de alguma forma, procurar minimizar esta situação. Além dessa avaliação de pré-participação, poderiam ser adotadas algumas medidas preventivas, tais como: substituições livres, podendo o atleta substituído retornar ao campo de jogo quantas vezes a equipe considerar necessário; reduzir o tempo de jogo e utilizar campos de menor tamanho.

REFERÊNCIAS

- 1-American College of Sports Medicine. Guidelines for exercise testing and exercise prescription. 6ª ed. Philadelphia. Lippencott, Williams & Wilkins. 2000.
- 2-Carvalho, T.D.; Nóbrega, A.C.L.; Lazzoli, J.K.; Magni, J.R.T.; Rezende, L.; Drummund, F.A.; Oliveira, M.A.B.; De Rose, E.H.; Araújo, C.G.S.; Teixeira, J.A.C. Revista Brasileira de Medicina Esporte. Vol. 2. Núm. 4. 1996.
- 3-Damo, A. S. Monopólio estético e diversidade configuracional no futebol brasileiro. Revista Movimento. Porto Alegre. Núm. 2. 2003.
- 4-Stigger, M. P. Futebol de Veteranos: um estudo etnográfico sobre o esporte no cotidiano urbano. Revista Movimento. Porto Alegre. Núm. 7. 1997.
- 5-Thomas J.R.; Nelson, J.K. Métodos de pesquisa em atividade física. 3ª edição. Artmed. Porto Alegre. 2002.

Recebido para publicação em 01/09/2012
Aceito em 12/10/2012