

LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS EM JOGADORES DE FUTEBOL DURANTE O CAMPEONATO PARAENSE DE 2013

Gabriel Augusto Remígio Lima do Nascimento¹; Mariana Garcia Lisboa Borges¹;
 Paulo Victor Nascimento de Souza²; Dirvalci de Lima Sanches Júnior²
 José Maria Furtado Júnior³

RESUMO

O estudo objetiva analisar as lesões musculoesqueléticas dos atletas de futebol profissional em um clube de Belém do Pará, durante o campeonato estadual do ano de 2013. Para isso, realizou-se um estudo transversal que analisou 25 atletas de futebol de campo do Paysandu Sport Club através de um questionário contendo 15 perguntas do tipo fechado, que foi respondido de forma direta pelos entrevistados. Investigaram-se dados físicos, como peso e altura, e dados profissionais a respeito do treinamento e jogos do torneio. Dos atletas entrevistados, nove (36%) relataram lesões durante o campeonato. As mais citadas são entorse de tornozelo, entorse de joelho, distensão de coxa e lombalgia (18,18% cada). A maioria dessas lesões ocorreu durante treinamentos (54,55%), por contato direto e movimento repetitivo (36,4%), em jogadores com idade entre 21 e 25 anos (77,8%), sendo os atletas de meio de campo os mais acometidos (44,44%). Os resultados corroboram com os achados da literatura, nos quais se percebe que a maioria das lesões ocorre em indivíduos mais jovens e são do tipo contusões e entorses, afetando principalmente membros inferiores devido a natureza do esporte. Conclui-se, portanto, que a investigação das lesões prevalentes em jogadores de futebol tem grande importância para trabalhos de prevenção.

Palavras-chave: Traumatismos em Atletas. Medicina esportiva. Futebol. Traumatologia.

1-Universidade Federal do Pará-UFPA, Belém-PA, Brasil.

2-Universidade do Estado do Pará-UEPA, Belém-PA, Brasil.

3-Unidade de Ensino Assistência de Fisioterapia e Terapia Ocupacional-UEAFTO-UEPA, Belém-PA, Brasil.

ABSTRACT

Musculoskeletal injuries of professional football players during the Paraense Cup of 2013.

The study aims to analyze the musculoskeletal injuries of professional football players in a club in Belém-Pará, Brazil during the state championship in the year of 2013. For this, it was performed a cross-sectional study that examined 25 athletes from football field of Paysandu Sport Club through a questionnaire containing 15 questions of the closed type, this was answered directly by respondents. It was investigated physical information such as weight and height, and professional information about the training and tournament games. From the respondents athletes, nine (36%) reported injuries during the championship. The most cited are sprained ankle, sprained knee, and thigh strain and back pain (18.18% each). The majority of these injuries occurred during training (54.55%), by direct contact and repetitive movement (36.4%) in players aged between 21 and 25 years (77.8%), and midfielders were the most affected (44.44%). The results corroborate the findings of the literature, in which it is realized that the majority of injuries occur in younger individuals and are kind of bruises and sprains, mainly affecting the lower limbs due to the nature of the sport. Therefore, it was concluded that the investigation of prevalent injuries in football players is very important for prevention actions.

Key words: Athletic Injuries. Sports Medicine. Football. Traumatology.

E-mail:

remigioufpa@gmail.com

marianaglborges@gmail.com

paulo_victors@hotmail.com

jr_lima99@hotmail.com

jrfurtado05@yahoo.com.br

INTRODUÇÃO

O futebol foi apresentado ao mundo pela Inglaterra no final do século XIX e, atualmente, é o esporte mais difundido no planeta, sendo praticado em mais de 200 países por aproximadamente 240 milhões de pessoas, entre atletas amadores e profissionais (Pedrinelli e colaboradores, 2013; FIFA, 2014).

A nova tendência do futebol mundial, com competições cada vez mais acirradas, tem exigido um maior preparo físico dos praticantes, sobretudo em atletas de alto rendimento, obrigando-os a trabalhar no limiar de estresse físico e deixando-os expostos ao surgimento de lesões (Freitas e colaboradores; Pedrinelli e colaboradores, 2013).

Um estudo desenvolvido durante a 43ª edição da Copa América de Futebol, que aconteceu na Argentina em 2011, estimou a ocorrência de 70,7 lesões para cada 1.000 horas de jogo, obtendo uma incidência de 2,42 lesões por partida disputada durante a competição (Pedrinelli e colaboradores, 2013).

Do ponto de vista socioeconômico, essas lesões são prejudiciais às equipes e aos atletas. Em alguns casos, os acometidos necessitam de cuidados médicos intensos e com diferentes períodos de reabilitação, algumas vezes com internação hospitalar ou no próprio departamento médico do clube. Com isso, os times ficam enfraquecidos em consequência da falta desses atletas em partidas importantes (Palacio, Candeloro e Lopes, 2009; Silveira e colaboradores, 2013).

Palacio, Candeloro e Lopes (2009) afirmam que, em alguns casos, o próprio atleta recusa-se a permanecer em reabilitação ou mesmo receber o tratamento conveniente, pois, a pressão para o não afastamento e/ou a volta precoce do jogador são um fato comum neste esporte.

Diante disso, buscou-se investigar quais os tipos de lesões musculoesqueléticas mais frequentes que acometeram os atletas profissionais de futebol de campo do Paysandu Sport Club, Belém, PA, durante o campeonato estadual do ano de 2013, bem como os mecanismos das lesões, a posição em campo mais suscetível, se as lesões ocorrem com maior constância em treinos ou em jogos, o tempo de exposição desse atleta ao esporte e a relação com a idade do atleta.

MATERIAIS E MÉTODOS

A pesquisa contou com um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), assinado pelos participantes, e desenvolveu-se respeitando as normas de pesquisa com Seres Humanos (Res. CNS 196/96) do Conselho Nacional de Saúde. Foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade do Estado do Pará (UEPA), CAAE: 5588.0.000.323-09.

Trata-se de um estudo transversal, predominantemente, descritivo realizado nas dependências do estádio Leônidas Castro junto a um elenco de 25 atletas profissionais de futebol de campo do Paysandu Sport Club, que participaram de treinamentos e jogos do Campeonato Paraense de 2013.

Foram excluídos aqueles que não apresentavam contrato vigente no período do campeonato e/ou não aceitaram participar do estudo.

A coleta de dados ocorreu em dois turnos, em horários pré-estabelecidos antes dos treinamentos diários. Primeiramente, os participantes foram orientados sobre a pesquisa e convidados a participar da mesma. Posteriormente, aplicou-se um questionário do tipo fechado, respondido de forma direta pelo jogador, contendo 15 perguntas acerca das características físicas e profissionais dos atletas, entre elas: peso, altura, tempo de atuação como profissional, tempo de treino por dia, posição tática em campo, tipo e mecanismo de lesão.

Após a coleta dos dados, as informações obtidas foram inseridas no programa Microsoft Office Excel®, versão 2010, para elaboração do banco de dados, gráficos e tabelas. Para análise descritiva e estatística dos dados, foi utilizado o software BioEstat 5.0®, aplicando-se, quando pertinente, o teste Exato de Fisher nos dados categorizados, considerando $p \leq 0,05$.

RESULTADOS

Os atletas entrevistados apresentaram idade média de $23,88 \pm 4,25$ anos, peso médio de $74 \pm 7,82$ Kg e altura média de $177,36 \pm 7,95$ cm. Da amostra, nove jogadores (36%) relataram lesões durante o Campeonato Paraense de 2013. No entanto, foram registrados 11 tipos de lesões, pois houve

jogadores que relataram ocorrência de mais de um tipo de lesão.

Os tipos de lesão mais frequente foram entorse de tornozelo, entorse de joelho, distensão de coxa e lombalgia, cada um relatado duas vezes (18,18%) (Tabela 1).

Os mecanismos de lesão mais frequente foram o mecanismo direto e o por movimento repetitivo, ambos com quatro

ocorrências (36,36%), seguido da sobrecarga, com três casos (27,27%) (Figura 1).

As lesões ocorreram em sua maioria durante o treinamento, totalizando 54,54% (n=6); já durante os jogos o valor foi de 45,45% (n=5). Sendo a posição tática mais acometida, com quatro casos (44,44%), a de "meio campo" (Tabela 2).

Tabela 1 - Tipo de lesão dos jogadores durante o Campeonato Paraense de 2013.

Lesões	Nº de ocorrências de lesão (fi)	Percentual
Entorse de tornozelo	2	18,18%
Distensão de coxa	2	18,18%
Luxação de joelho	1	9,09%
Entorse de joelho	2	18,18%
Contusão	1	9,09%
Lombalgia	2	18,18%
Tendinite	1	9,09%
Total	11	100%

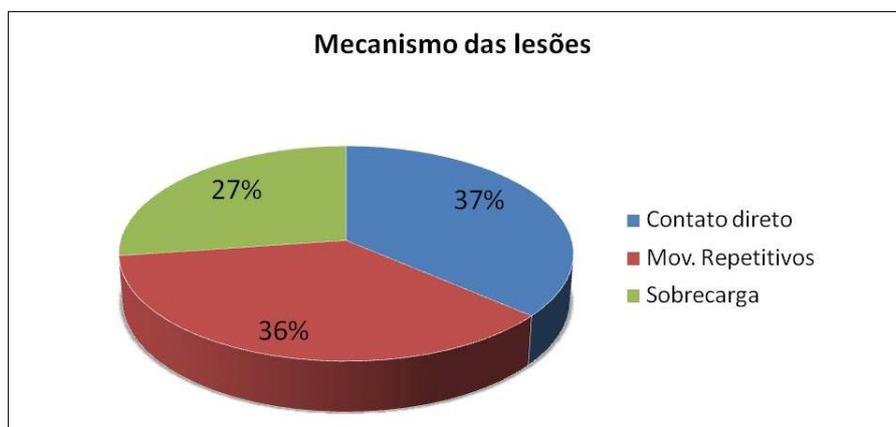


Figura 1 - Mecanismos de lesão mais comuns nos jogadores durante o Campeonato Paraense de 2013.

Tabela 2 - Frequência de ocorrência de lesão nos jogadores durante o Campeonato Paraense de 2013, distribuídas de acordo com a posição tática.

Posição tática	Nº de ocorrências de lesão (fi)	Percentual
Goleiro	1	11,11%
Lateral	1	11,11%
Zagueiro	3	33,33%
Meio Campo	4	44,44%
Atacante	0	0,00%
Total	9	100%

A faixa etária mais acometida foi entre 20 a 23 anos, representando 77,77% das lesões. No entanto, quando relacionadas a idade com a ocorrência de lesão, a análise

estatística não mostrou um resultado estatisticamente significativo.

Já, no que diz respeito ao tempo de exposição desse atleta ao esporte, verificou-se

que, dos nove jogadores lesionados, a maioria treina de uma a duas horas por dia (66,7%) (Figura 2), e possui menos de cinco anos

atuando como jogadores de futebol (55,5%) (Figura 3).

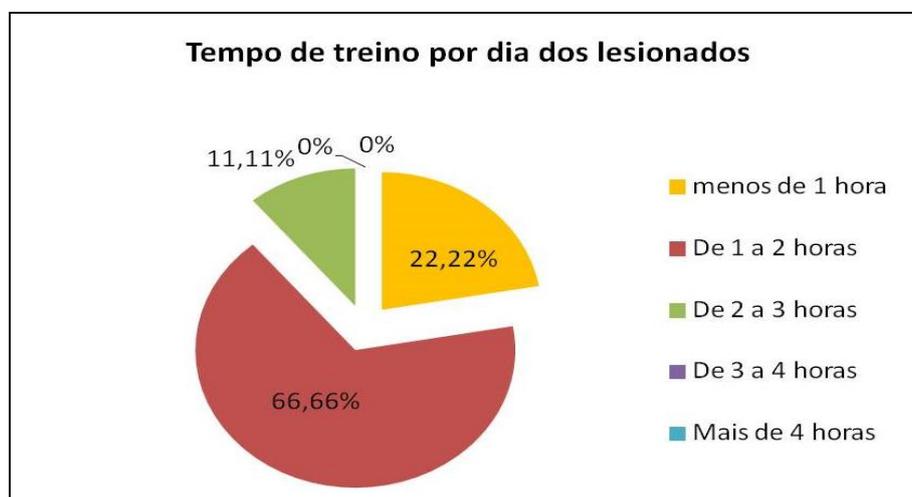


Figura 2 - Tempo de treino, por dia, dos jogadores que sofreram lesão durante o Campeonato Paraense de 2013.

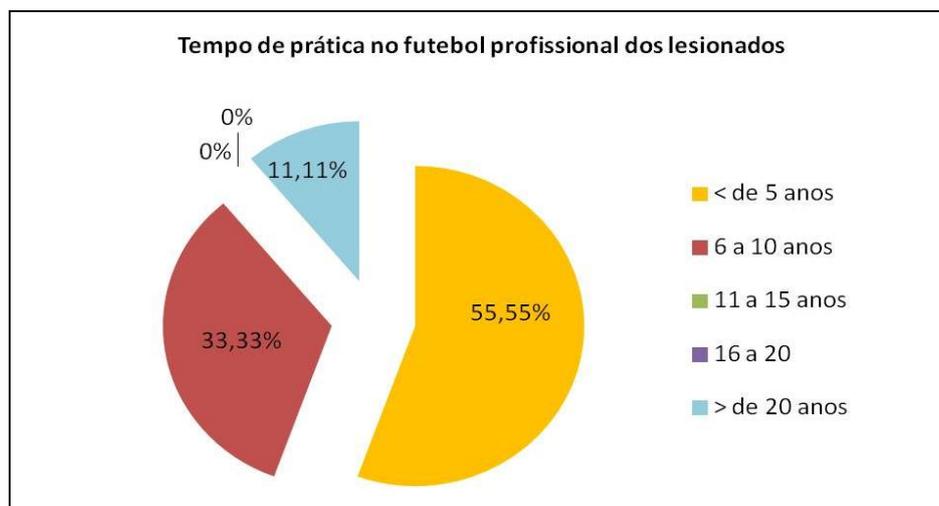


Figura 3 - Tempo de prática no futebol profissional dos jogadores que sofreram lesão durante o Campeonato Paraense de 2013.

DISCUSSÃO

Nos últimos anos, em função das exigências físicas requeridas, o futebol obriga os seus praticantes a trabalhar perto de seus limites máximos de exaustão, deixando-os expostos a várias lesões (Freitas e colaboradores, 2005; Pedrinelli e colaboradores, 2013).

Com o intuito de reduzir a ocorrência desses casos e aumentar a segurança dos atletas, diversos estudos epidemiológicos têm

sido desenvolvidos para se conhecer mais sobre a incidência e as causas das lesões no futebol (Barbosa e Carvalho, 2008; Selistre e colaboradores, 2009; Almeida e colaboradores, 2013).

Dentre as lesões mais descritas na literatura encontram-se as lesões musculares e articulares, as contusões e as entorses, em sua maioria nos membros inferiores (Selistre e colaboradores, 2009; Yard e colaboradores, 2008; Bastos e colaboradores, 2013; Carvalho, 2013).

Os achados do presente estudo identificou a distensão da coxa, entorse de joelho e de tornozelo como as lesões mais frequentes (18,18% cada). Corroborando com esses resultados, a pesquisa de Barbosa e Carvalho (2008), desenvolvida com jovens de um clube de futebol de Minas Gerais, verificou que as lesões de maior incidência também foram a distensão da coxa (68,40%), seguida por entorse do joelho ou luxação (10,50% cada).

Em contrapartida, outro estudo, realizado em um clube também da região Norte, identificou a contratura e a contusão como as mais frequentes, ambas representando 26,1% casos (Almeida e colaboradores, 2013).

Diferente de Selistre e colaboradores (2009), que encontraram em primeiro lugar as lesões musculares (37,6%), seguida de contusões e entorses. O mesmo encontrado por Silveira e colaboradores (2013), que perceberam que as lesões musculares representavam quase metade dos tipos de lesão encontrados nesta modalidade de esporte.

Neste estudo verificaram-se, ainda, dois casos de lombalgia, que são queixas pouco relatadas em pesquisas epidemiológicas semelhantes. Carvalho (2013), entretanto, também investigou e encontrou a dor muscular sem lesão anatômica, em membros inferiores e coluna lombar, como a segunda queixa mais frequente (28,70%), mas acredita que a maioria dos estudos não aborda este tipo de queixa de maneira criteriosa, pois coloca os relatos de dor muscular juntamente com as queixas de lesão musculares.

Em relação ao mecanismo de lesão, o atual estudo está de acordo com Almeida e colaboradores (2013) e Silveira e colaboradores (2013), pois identificaram o contato direto como a principal causa de lesão.

Em outro estudo, com uma amostra com 26 atletas lesionados, encontraram a mesma incidência tanto para contato direto, como para contato indireto (Pedrinelli e colaboradores, 2013).

Para Silveira e colaboradores (2013), assim como para os autores deste estudo, a prática de treinamento parece ser a principal causa de lesões em jovens e adultos. Isto pode estar relacionado ao nível de competitividade dos treinamentos táticos, que

muitas vezes assemelham-se ao de um jogo oficial, ou ainda pela busca do alto rendimento muscular. Contrariando estes resultados, alguns estudos observaram que a maior parte das lesões ocorreu durante as atividades desenvolvidas em jogos oficiais (Stewien e Camargo, 2005; Almeida e colaboradores, 2013).

Na literatura, preconiza-se que as posições táticas desempenhadas pelos jogadores em campo apresentam variados riscos de lesões, uma vez que cada um percorre diferentes distâncias, com intensidades e movimentos diferenciados (Carvalho, 2013).

No entanto, vários estudos perceberam que a maioria dos lesionados era atacantes, zagueiros e meios campistas e que isto pode estar relacionado a um novo estilo de jogo mais competitivo, onde a força, a velocidade e, principalmente, as mudanças de direção e aceleração, são exigidos em níveis extremos, o que predispõem essas posições a maiores chances de se lesionar (Palacio, Candeloro e Lopes, 2009; Carvalho, 2011).

Concordando com alguns estudos os presentes autores encontraram posição tática mais acometida com lesões foi a de meio-campista, com quatro casos (44,44%) (Selistre e colaboradores, 2009; Almeida e colaboradores, 2013; Carvalho, 2013).

Por outro lado, Pedrinelli e colaboradores (2013) atenta para o fato de que, mesmo que alguns estudos epidemiológicos observem que o risco de lesões varia de acordo com a posição de atuação.

O advento do futebol moderno trouxe uma liberdade maior na posição tática dos jogadores, fazendo mudar esta situação, como mostram os estudos de Ekstrand, Gillquist e Liljedahl (1983) e de McMaster (1978) citados por estes, que não encontraram diferença significativa entre posição do jogador e incidência de lesão.

No que diz respeito à faixa etária dos lesionados, o presente estudo constatou-se que a faixa de maior incidência de lesões foi entre 21 a 25 anos (73%).

Resultados semelhantes aos apresentados por Kleynpaul, Mann e Santos (2010), que afirmam que 85% das lesões no futebol ocorrem na média de idade de 23 anos.

Cohen e colaboradores (1997), em estudo com 124 atletas de futebol profissional, identificou semelhança percentual entre a quantidade de lesões que acometem os atletas de 26 a 40 anos.

Em contrapartida, Barbosa e Carvalho (2008), encontraram um maior número de lesões em atletas com idade avançada.

Silveira e colaboradores (2013), por sua vez, estudaram as lesões desportivas no futebol segundo faixa etária, e sugerem que as elevadas taxas de lesões musculares e articulares ocasionadas pelo contato nos membros inferiores encontradas nos praticantes de futebol, independentemente da faixa etária.

CONCLUSÃO

A investigação das lesões que são prevalentes em jogadores de futebol tem grande importância para o desenvolvimento de estratégias de prevenção.

Através dos resultados, percebe-se que, na população estudada, as lesões ocorrem mais comumente entre os atletas mais jovens, durante os treinos, por contato direto ou movimento repetitivo. Acometendo, principalmente, a posição de meio de campo e áreas dos membros inferiores e coluna.

REFERÊNCIAS

1-FIFA. Fédération Internationale de Football Association. Disponível em: <http://www.fifa.com/>. Acesso em: 09/01/2014.

2-Pedrinelli, A.; Cunha Filho, G.A.R.; Thiele, E.S.; Kullak, O.P. Estudo epidemiológico das lesões no futebol profissional durante a Copa América de 2011, Argentina. *Rev Bras Ortop.* Vol. 48. Num. 2. 2013. p. 131-136.

3-Freitas, I.B.; Felin, L.; Rubin, M.L.; Radünz, R.L. Análise Dos Índices De Lesões musculares Em Atletas De Futebol Do Esporte Clube Internacional De Santa Maria / Novo Horizonte. *Disciplinarum Scientia. Série: Ciências da Saúde.* Santa Maria. Vol. 6. Num. 1. 2005.

4-Palacio, E.P.; Candeloro, B.M.; Lopes, A.A. Lesões nos Jogadores de Futebol Profissional do Marília Atlético Clube: Estudo de Coorte Histórico do Campeonato Brasileiro de 2003 a

2005. *Rev Bras Med Esporte.* Vol. 15. Num. 1. 2009.

5-Silveira, K.P.; Assunção, V.H.S.; Guimarães Júnior, N.P.; Barbosa, S.E.M.; Santos, M.L.M.; Chistofolletti, G.; Carregaro, R.L.; Oliveira Júnior, S.A. Nosographic profile of soccer injuries according to the age group. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum.* Vol. 15. Num. 4. 2013. p. 476-485.

6-Almeida, P.S.M.; Scotta, A.P.; Pimentel, B.M.; Batista Júnior, S.; Sampaio, Y.R. Incidência De Lesão Musculoesquelética em Jogadores De Futebol. *Rev Bras Med Esporte.* Vol. 19. Num. 2. 2013.

7-Barbosa, B.T.C.; Carvalho, A.M. Incidência de Lesões Traumato-Ortopédicas na equipe do Ipatinga Futebol Clube-Mg. *MOVIMENTUM. Revista Digital de Educação Física.* Ipatinga. Unileste-MG, Vol. 3. Num. 1. 2008.

8-Selistre, L.F.A.; Taube, O.L.S.; Ferreira, L.M.A.; Barros, E.A. Incidência de Lesões nos Jogadores de Futebol Masculino Sub-21 Durante os Jogos Regionais de Sertãozinho-SP de 2006. *Rev Bras Med Esporte.* Vol. 15. Num. 5. 2009.

9-Yard, E.E.; Schroeder, M.J.; Fields, S.K.; Collins, C.L.; Comstock, R.D. The Epidemiology of United States High School Soccer Injuries, 2005 2007. *Am J Sports Med.* Vol. 36. 2008. p. 1930-7.

10-Bastos, F.N.; Vanderlei, F.M.; Vanderlei, L.C.M.; Netto Júnior, J.; Pastre, C.M. Investigation of characteristics and risk factors of sports injuries in young soccer players: a retrospective study. *International Archives of Medicine.* Vol. 6. Num. 14. 2013.

11-Carvalho, D.A. Lesões Ortopédicas nas Categorias de Formação de um Clube de Futebol. *Rev Bras Ortop.* Vol. 48. Num. 1. 2013. p. 41-45.

12-Stewien, E.T.M.; Camargo, O.P.A. Ocorrência de Entorse e Lesões do Joelho Em Jogadores de Futebol da Cidade de Manaus, Amazonas. *Acta Ortop Bras.* Vol. 13. Num 3. 2005.

Revista Brasileira de Futsal e Futebol

ISSN 1984-4956 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbff.com.br

13-Ekstrand, J.; Gillquist, J.; Liljedahl, S.O. Prevention of soccer injuries: supervision by doctor and physiotherapist. Am J Sports Med. Vol. 11. Num. 3. 1983. p. 116-20.

14-Pedrinelli, A.; Cunha Filho, G.A.R.; Thiele, E.S.; Kullak, O.P. Estudo epidemiológico das lesões no futebol profissional durante a Copa América de 2011. Argentina. Rev Bras Ortop. Vol. 48. Num. 2. 2013. p. 131-136

15-McMaster, W. Injuries in Soccer. Am J Sports Med. Vol. 6. Num. 6. 1978. p. 354-7.

16-Pedrinelli, A.; Cunha Filho, G.A.R.; Thiele, E.S.; Kullak, O.P. Estudo epidemiológico das lesões no futebol profissional durante a Copa América de 2011, Argentina. Rev Bras Ortop. Vol. 48. Num. 2. 2013. p. 131-136

17-Kleinpaul, J.F.; Mann, L.; Santos, S.G. Lesões e Desvios Posturais na Prática de Futebol Em Jogadores Jovens. Fisioterapia e Pesquisa. São Paulo. Vol. 17. Num. 3. 2010. p.236-41.

18-Cohem, M.; Abdalla, R.J.; Ejnisman, B.; Amaro, J.T. Lesões Ortopédicas no Futebol. 1997. Disponível em: <http://www.rbo.org.br/pdf/1997_dez_11.pdf> Acesso em: 29/06/2013.

Endereço para correspondência:
Gabriel Augusto Remígio Lima do Nascimento.
Endereço: Avenida Rômulo Maiorana, 795.
Marco, Belém-PA. CEP: 66093-970.

Recebido para publicação em 26/09/2015
Aceito em 10/11/2015