

FREQUÊNCIA E CARACTERÍSTICAS DAS LESÕES QUE ACOMETEM ATLETAS PROFISSIONAIS DE PÁDEL: DADOS PRELIMINARES

MATHEUS MARON VALÉRIO¹; MATHEUS PRESA MACKSOUND²; FLAVIANO MOREIRA DA SILVA³; RICARDO DREWS^{1,4}

¹Universidade Federal de Pelotas – matheusvalerio.fisioterapia@gmail.com

²Universidade Católica de Pelotas – macksoud_@hotmail.com

³Universidade Católica de Pelotas – prof.fms@gmail.com

⁴Universidade Federal de Uberlândia – ricardo.drews@usp.br

1. INTRODUÇÃO

O pádel é um esporte de raquete que tem aumentado seu número de praticantes em todo o mundo a cada ano, tendo como destaque a atração de adeptos de distintas idades, níveis socioeconômicos e objetivos de performance (DREWS; CHIVIACOWSKY, 2016). A sua prática é realizada em duplas em uma quadra de formato retangular, medindo 10 metros de largura por 20 metros de comprimento, sendo este retângulo dividido na sua metade por uma rede. A área em torno da quadra é parcialmente fechada, pois nas laterais pode-se observar aberturas de 0,90 metros de cada lado, o que possibilita ao atleta dar continuidade ao ponto mesmo que a bola seja arremessada ao lado de fora da quadra (COBRAPA, 2012).

Por ser considerado um esporte relativamente jovem e com aumento exponencial de praticantes amadores e profissionais (FERNANDEZ, 2011), o pádel pode acarretar aumento de riscos de lesões esportivas, principalmente quando os atletas não têm em seu programa de treino o trabalho de resistência muscular. A melhora desta capacidade física permite que os gestos técnicos sejam executados em velocidades semelhantes por um período prolongado (SÁNCHEZ-ALCARAZ, 2014).

Tendo isto em vista, obter um registro de lesões associados aos fatores predisponentes pode apresentar grande valor preventivo, sendo que a partir do momento em que se tem um entendimento sobre a saúde do atleta, é possível obter um maior controle sobre a origem da lesão. Tal ação facilita a reabilitação das lesões, resultando em retornos mais seguros à prática esportiva e melhor desempenho esportivo devido à continuidade de treinamentos (KOLT; KIRKBY, 1999).

No entanto, ao se atentar especificamente ao pádel, é escasso o número de estudos que analisaram o acometimento de lesões desse esporte (PRIEGO et al., 2018), principalmente ao tratar-se de atletas de alto rendimento, o que afeta a intervenção preventiva e reabilitadora de lesões direcionada ao jogador. Diante deste cenário, o presente estudo teve como objetivo caracterizar as lesões que acometem atletas profissionais de pádel.

2. METODOLOGIA

A amostra foi constituída por 41 padelistas de ambos os sexos (32 homens), disputantes da 4ª etapa do circuito nacional brasileiro de pádel do ano de 2017, na modalidade 1ª categoria. Os participantes apresentavam idade entre 18 e 42 anos e treinavam periodicamente o respectivo esporte há pelo menos oito meses. Em conformidade com os procedimentos éticos, foi respeitada a Resolução n.196/96 do Conselho Nacional de Saúde, no qual todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e a

pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética da Universidade Católica de Pelotas, sob o parecer 2.257.83.

O instrumento utilizado para caracterizar as possíveis lesões acometidas foi o inquérito de morbidade referida (IMR) (PASTRE et al., 2005), que tem por finalidade coletar informações sobre lesões desportivas e suas variáveis relacionadas, tais como: número/tipo/momento/mecanismo da lesão, local anatômico acometido e retorno às atividades físicas normais. Para coleta de dados, os atletas foram abordados por dois entrevistadores treinados de maneira individualizada após o término de suas partidas no campeonato, e realizadas entrevistas estruturadas que abordavam a ocorrência de lesões e suas características nos últimos 8 meses, sendo estas ocorridas tanto durante treinamentos quanto em competições.

Os dados obtidos foram digitados em uma planilha do programa *Microsoft Excel 2013* e, posteriormente, realizada a análise descritiva por meio do programa estatístico *STATA 13.0*.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados das medidas antropométricas e características esportivas dos atletas se encontram na TABELA 1.

TABELA 1. Média e desvio padrão (dp) das medidas antropométricas e características esportivas

	Média	±dp
Idade (em anos)	30,51	6,69
Peso (kg)	76,61	11,43
Altura (m)	1,76	0,08
IMC	24,59	2,53
Número de treino/semana	4,10	1,69
Tempo de treino (em anos)	12,83	7,46
Horas de treino/semana	12,00	10,54
Dominância Direita (%)	87,8	
Posição Direita (%)	58,5	

Dos 41 atletas entrevistados, 73,2% (n=30) relataram ao menos uma lesão nos últimos 8 meses, totalizando 61 lesões, o que aponta uma taxa de lesão por atleta de 1,49 e a taxa de lesão por atleta lesionado de 2,03. Tais resultados são superiores aos encontrados por QUESADA et al. (2016), em que foi verificado uma frequência de 40% de lesionados ao investigar padelistas amadores. Além disso, a taxa de lesão por atleta, bem como a taxa de lesão por atleta lesionado é superior a outros estudos realizados por VANDERLEI et al. (2014), VANDERLEI et al. (2013) e VANDERLEI et al. (2013) em outras modalidades esportivas. Distinção no nível de habilidade dos praticantes e a especificidade no que se refere as características dos esportes analisados são possíveis explicações para as diferenças dos resultados encontrados entre esses estudos.

Em relação a frequência e as características das lesões (TABELA 2), pode-se observar que o local anatômico mais acometido foram os membros superiores (61,0%). O principal mecanismo de lesão relatado pelos atletas durante as entrevistas foram os sem contato (*overuse*). Outras variáveis que merecem ser destacadas são a gravidade da lesão e o retorno à atividade normal e recidiva, em que é possível verificar que as lesões em sua totalidade não ausentaram os

atletas da prática esportiva por um longo período. Por sua vez, ao retornarem para a prática, 65,6% deles relataram voltar com dores, ou seja, sintomáticos à lesão prévia. Vale ressaltar que 49,2% dos atletas entrevistados tiveram de parar suas atividades por conta de recidivas. Esses achados levantam questões no que tange a existência e eficiência da preparação e reabilitação física destes atletas que podem ser investigadas em futuros estudos.

TABELA 2. Distribuição de frequência absoluta (n) e relativa (%) das lesões dos atletas em relação ao local anatômico, mecanismo, natureza da lesão, momento, gravidade, retorno as atividades normais e recidiva

	Membros inferiores	Membros superiores	Tronco
<i>Local anatômico</i>	16 (27,1)	36 (61,0)	7 (11,9)
	Contato com bola	Objeto ao chão	Sem contato
<i>Mecanismo da lesão</i>	9 (14,7)	4 (6,6)	48 (78,7)
	Treino físico	Jogo em treino	Jogo em competição
<i>Natureza da lesão</i>	5 (8,2)	29 (47,5)	27 (44,3)
	Início	Meio	Fim
<i>Momento da lesão</i>	12 (19,7)	14 (23,0)	35 (57,4)
	Leve	Moderada	Grave
<i>Gravidade da lesão</i>	39 (63,9)	12 (19,7)	10 (16,4)
	Assintomático	Sintomático	
<i>Retorno à atividade normal</i>	21 (34,4)	40 (65,6)	
	Sim	Não	
<i>Recidiva</i>	31 (50,8)	30 (49,2)	

4. CONCLUSÕES

Os resultados deste estudo permitem concluir que a prática de padel em nível profissional acarretou em uma alta taxa de lesão por atleta, bem como alta taxa de lesão por atleta lesionado, sendo os membros superiores a região anatômica mais acometida. Com estes resultados preliminares, espera-se contribuir para o melhor entendimento acerca das lesões acometidas na prática de pádel, tendo em vista que não há estudos até o presente momento com esta população, relacionando essas variáveis, no Brasil.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

COBRAPA. **Regras oficiais**. Porto Alegre, 6 de jan de 2012. Acessado em 01 set 2018. Online. Disponível em: <http://cobrapa.web2075.uni5.net/wp-content/uploads/2015/01/publicacoes-regras-do-padel.pdf>

DREWS, R.; CHIVIAKOWSKY, S. Aprendizagem motora e o ensino do padel. In: TANI, G.; CORRÊA, U. C. (Org.). **Aprendizagem motora e o ensino dos esportes**. São Paulo: Blucher, p. 1-10, 2015.

FERNANDEZ, M. R. Padel sports clubs in Spain. **International Journal of Sports Marketing & Sponsorship**, n. 1, p. 38-48, 2011.

KOLT, G. S.; KIRKBY, R. J. Epidemiology of injury in elite and subelite female gymnasts: a comparison of retrospective and prospective findings. **British Journal of Sports Medicine**, n. 33, p.312-318, 1999.

PASTRE, C. M et al. Lesões desportivas na elite do atletismo brasileiro: estudo a partir de morbidade referida. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, n. 11, v.1, p. 43–47, 2005.

PRIEGO Q. J. et al. Examination of the risk factors associated with injured recreational padel players in Spain. **Journal Sports Medicine and Physical Fitness** v. 58, n. 1-2, p. 98-105, 2018.

SÁNCHEZ-ALCARAZ, B. J. Recomendaciones para el entrenamiento de la condición física en jóvenes jugadores de pádel. **Trances**, v. 6, n. 4, p. 189–200, 2014.

VANDERLEI, F. M. et al.. Characteristics and contributing factors related to sports injuries in young volleyball players. **BMC Research Notes**, v. 6, n. 1, p. 1-7, 2013.

VANDERLEI, F. M. et al. Sports injuries among adolescent basketball players according to position on the court. **International Archives of Medicine** , v. 6, n. 1, p. 1-4, 2013.

VANDERLEI, F. M., et al. Lesões desportivas e seus fatores de risco em adolescentes praticantes de natação. **Journal of Human Growth and Development**, v. 24, n. 1, p. 73–79, 2014.