

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

MATHEUS MARON VALÉRIO¹; MATHEUS PRESA MACKSoud²; 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 4^a etapa do circuito nacional brasileiro de pádel do ano de 2017, na modalidade 1^a 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
<i>Idade (em anos)</i>	30,51	6,69
<i>Peso (kg)</i>	76,61	11,43
<i>Altura (m)</i>	1,76	0,08
<i>IMC</i>	24,59	2,53
<i>Número de treino/semana</i>	4,10	1,69
<i>Tempo de treino (em anos)</i>	12,83	7,46
<i>Horas de treino/semana</i>	12,00	10,54
<i>Dominância Direita (%)</i>	87,8	
<i>Posição Direita (%)</i>	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 às 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)
	Ínicio	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://cobraipa.web2075.uni5.net/wp-content/uploads/2015/01/publicacoes-regras-do-padel.pdf>

DREWS, R.; CHIVIACOWSKY, 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.