

PREVALÊNCIA DE LESÕES PRÉ-CAMPEONATO EM ATLETAS UNIVERSITÁRIOS DA DIVISÃO DE ESPORTES DA UFPEL

ANDREY DIAS DINIZ¹; JOSUÉ DA SILVEIRA MACHADO²; MATHEUS DO
NASCIMENTO ALVES³; MURILO SCHELLIN CANEZ⁴; GUSTAVO DIAS FERREIRA⁵

¹Universidade Federal de Pelotas – andreydiniz2011@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – josue.machado@ufpel.edu.br

³Universidade Federal de Pelotas – matheus.alves@ufpel.edu.br

⁴Universidade Federal de Pelotas – murilocanez2000@gmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas – gusdiasferreira@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

As lesões esportivas representam um desafio constante para atletas de diversas modalidades, especialmente durante períodos de preparação intensa para competições. Em contextos universitários, como o da Universidade Federal de Pelotas (UFPel), onde a prática esportiva é tanto uma atividade recreativa quanto competitiva, as lesões podem impactar significativamente o desempenho e a continuidade da prática esportiva (COOLS et al., 2021).

Através da coleta de dados sobre o tipo e a frequência de lesões, bem como das regiões anatômicas mais afetadas, busca-se fornecer informações relevantes para o desenvolvimento de estratégias preventivas e para a melhora da performance dos atletas (STEPHENSON et al., 2021).

Este estudo tem como objetivo investigar a prevalência de lesões pré-competição em atletas universitários de diferentes modalidades esportivas, participantes dos Jogos Universitários Gaúchos (JUGS) 2024.

2. METODOLOGIA

Este trabalho trata-se de um estudo transversal realizado com atletas do sexo masculino e feminino de diversos cursos da Universidade Federal de Pelotas (UFPel) e que fazem parte das equipes que compõem a Divisão de Esportes da universidade. O projeto foi aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Pelotas sob protocolo 6.561.467.

A coleta dos dados utilizados foi feita através de um questionário na plataforma Google Forms e enviada aos atletas através do WhatsApp. Esse questionário foi composto por dados de identificação, além de uma série de perguntas sobre a presença de dor e/ou lesões nos últimos 12 meses.

Foram incluídos na amostra todos que responderam à pesquisa de forma voluntária, contendo resposta de praticantes dos seguintes esportes: vôlei, futsal, tênis de mesa, handebol e basquete. Os dados coletados foram tabelados no Excel para que na sequência fosse feita a análise da prevalência de lesões nesses atletas.

O principal critério de inclusão ao questionário é que o participante estivesse ativamente ligado à pelo menos um treinamento semanal durante a preparação para os Jogos Universitários Gaúchos (JUGS) 2024.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra foi constituída por 42 atletas ao total, sendo 50% do sexo feminino e 50% do sexo masculino. Além disso, 19 desses atletas relataram que não tiveram nenhuma lesão, enquanto 23 responderam que acabaram se lesionando durante os treinamentos. O esporte que teve a maior participação durante a pesquisa foi o vôlei com 24 respostas dos atletas, seguido do Handebol com 11, Futsal com 5, Tênis de mesa e Basquete com 1 participante cada um.

Analizando as respostas, 23 atletas relataram ocorrência de lesão, sendo 14 do sexo masculino e 9 do sexo feminino, destes, 17 referiram apenas um tipo de lesão e em apenas uma região anatômica do corpo, enquanto 6 manifestaram a existência de mais de um tipo de lesão e duas ou mais regiões lesionadas. Por conta dessa diferença nas quantidades de tipos e de regiões acometidas em cada atleta que essas variáveis não terão o mesmo número de ocorrência, conforme Tabela 1.

Tabela 1. Região anatômica, mecanismos e tipos de lesão existentes nos atletas.

Variáveis	N (%)
Sexo	
Masculino	21 (50)
Feminino	21 (50)
Região anatômica da lesão	
Pés	4 (17,4)
Tornozelo	5 (21,7)
Perna	1 (4,3)
Joelho	5 (21,7)
Coxa	1 (4,3)
Tórax	1 (4,3)
Ombro	6 (26,1)
Cotovelo	1 (4,3)
Mãos	2 (8,7)
Dedos	4 (17,4)
Mecanismo de lesão	
Com contato	9 (39,1)
Sem contato	14 (60,9)
Tipo de lesão	
Entorse	7 (30,4)
Lesão muscular	6 (26,1)
Lesão no tendão	6 (26,1)
Lesão ligamentar	4 (17,3)
Contusão	2 (8,7)
Tendinite	1 (4,3)
Ciático	1 (4,3)

N= amostra; %= porcentagem

De acordo com os dados encontrados na pesquisa, destaca-se que a prevalência de lesões nos esportes deste estudo foi maior nos atletas do sexo masculino quando comparado com o sexo feminino, tais dados corroboram com outro estudo (KNOWLES., 2009). Também é válido destacar que, por termos uma maior participação dos atletas da equipe do vôlei quando comparado aos outros esportes, o mecanismo de lesão mais aparente veio a ser o “sem contato”, tendo em vista as regras e o modo como o voleibol é praticado (REESER et al., 2006).

Acerca da região anatômica lesionada, nesse estudo tivemos como mais prevalente a região do ombro, podendo ser também uma consequência dada pela alta taxa de respostas de atletas do voleibol, visto que essa região está entre as cinco mais afetadas nessa modalidade, sendo superada pelo tornozelo, joelho e dedos (YOUNG et al., 2023).

Já no tipo de lesão mais recorrente, vimos que as entorses apareceram de maneira abundante, esse tipo de lesão pode estar associada à grande quantidade de saltos e troca de direções (FUERST et al., 2021) e também a fadiga muscular que influencia diretamente nas articulações durante a prática das modalidades (JILDEH et al., 2019).

4. CONCLUSÕES

Durante este estudo, observou-se que o voleibol teve uma participação numerosa quando comparado as outras modalidades, o que influenciou significativamente os resultados. Outro ponto importante avistado durante a pesquisa foi que apesar do sexo masculino ter uma maior prevalência de lesões quando comparado ao feminino, as mulheres apresentam um maior risco de lesões específicas, principalmente nas modalidades “sem contato” (KNOWLES., 2009). Com isso, o estudo destaca a necessidade de atenção redobrada em relação à preparação física e às estratégias de prevenção de lesões, considerando a importância de programas de treinamento adequados e da preparação física específica para cada modalidade esportiva.

Portanto, os resultados desta pesquisa podem servir como base para futuros protocolos de prevenção de lesões no esporte universitário, promovendo a saúde dos atletas e o desenvolvimento contínuo do esporte universitário na UFPEl

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

COOLS, A. M. et al. The challenge of the sporting shoulder: From injury prevention through sport-specific rehabilitation toward return to play. **Annals of Physical and Rehabilitation Medicine**, Gent, v. 64, n. 101384, p. 1-7, 2021.

FUERST, P. et al. People with chronic ankle instability benefit from brace application in highly dynamic change of direction movements. **Journal of Foot and Ankle Research**, Freiburg i. Br., v. 14, n. 13, p. 1-11, 2021.

JILDEH, T. R. et al. Effect of fatigue protocols on upper extremity neuromuscular function and implications for ulnar collateral ligament injury prevention. **The Orthopaedic Journal of Sports Medicine**, Chicago, v. 7, n. 12, p. 1-8, 2019.

KNOWLES, S. *Is there an injury epidemic in girls' sports?*. **British Journal of Sports Medicine**, v. 44, p. 38-44, 2010.

REESER, J. C. et al. Strategies for the prevention of volleyball related injuries. **Br J Sports Med**, London, v. 40, n. 8, p. 594-600, 2006.

STEPHENSON, S. D. et al. A comprehensive summary of systematic reviews on sports injury prevention strategies. **The Orthopaedic Journal of Sports Medicine**, Buffalo, v. 9, n. 10, p. 1-14, 2021.

YOUNG, W. K.; BRINER, W.; DINES, D. M. Epidemiology of common injuries in the volleyball athlete. **Current Reviews in Musculoskeletal Medicine**, New York, v. 16, n. 3, p. 229-234, 2023.