

CONSTRUÇÃO DE MATERIAL PARA EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE CONCUSSÃO EM JOVENS ATLETAS DE RUGBY: ESTUDO DE PROTOCOLO

LUCIELEN INSAURRIAGA DA SILVA; MURILO SCHELLIN CANEZ²; VIVIAN PEIXOTO GONÇALVES³; VINICIUS THIEL LAUTENSCHLAGER⁴; GUSTAVO DIAS FERREIRA⁵

¹Universidade Federal de Pelotas – *insaurriagaluci@gmail.com*

²Universidade Federal de Pelotas – *murilocanez2000@gmail.com*

³Universidade Federal de Pelotas – *vivian.pgoncalves@gmail.com*

⁴Universidade Federal de Pelotas – *thielvinicius1@gmail.com*

⁵Universidade Federal de Pelotas – *gusdiasferreira@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

Na Universidade Federal de Pelotas (UFPel), no campus da Escola Superior de Educação Física e Fisioterapia (ESEF), o projeto Vem Ser Rugby (VSR) teve início em 2017. Este projeto visa proporcionar a jovens escolares da periferia a oportunidade de contato com o esporte, oferecendo uma nova realidade de desenvolvimento físico e psicológico. O VSR treina meninas e meninos nos preceitos do rugby, que incluem respeito, solidariedade, paixão, disciplina e integridade.

Concussão é uma lesão cerebral causada por trauma ou movimento brusco da cabeça, resultando em colisão do cérebro com o crânio. No esporte, ocorre devido a colisões ou impactos, afetando decisão, tempo de resposta e memória dos atletas. Pode ter consequências a curto e longo prazo (BLENNOW, 2012; PATRÍCIOS et al., 2022).

Dada a gravidade das lesões para a performance do atleta, é fundamental educá-lo sobre saúde. Capacitar os atletas para identificar sinais de concussão, como dor de cabeça, vertigem e alterações de sono, é essencial. A educação em saúde no esporte promove autonomia, prevenção e manejo adequado das lesões (HARMON et al., 2013; BROGLIO et al., 2014).

Tendo isso em vista, o objetivo do meu trabalho é realizar um trabalho de base de educação em saúde, que oportunize que as atletas tenham maior conhecimento acerca da concussão e que possam identificar e manejar de forma mais acertiva.

2. METODOLOGIA

As coletas de dados do VSR ocorrem anualmente e consideram variáveis de antropometria, potência de membros inferiores, potência de membros superiores, velocidade, flexibilidade, coordenação e resistência física, baseadas nos testes do Projeto de Educação Especial (PROESP). Após a coleta, os dados são tabulados e analisados para identificar os escolares com as melhores aptidões físicas, que são então selecionados para o esporte mais indicado dentro dos projetos mencionados. Os atletas do projeto são acompanhados por estudantes de diversas áreas da UFPel, como Educação Física, Fisioterapia, Nutrição e Psicologia. Visando isso,

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Investir na formação desde a base contribui para a longevidade da carreira esportiva, pois o atleta que recebe orientação correta desde cedo está mais preparado para enfrentar as demandas físicas e emocionais do esporte de alto nível. Em um programa de desenvolvimento de atleta, a educação em saúde sobre possíveis situações que possam ocorrer durante a carreira é fundamental. A educação em saúde deve ser integrada ao aprendizado tático e técnico da modalidade, pois além de desenvolver habilidades pessoais, aumenta a capacidade de prevenção e manejo de lesões (SALCI, 2013). Em lesões como a concussão, a identificação e o manejo adequado são essenciais para a longevidade do atleta no esporte (GUSKIEWCZ et al., 2000).

O avanço da tecnologia tem facilitado a disseminação rápida e acessível de informações. Estudos mostram que os smartphones podem se tornar ferramentas eficazes para a conscientização e o monitoramento da saúde mental e de doenças crônicas (KAY et al., 2011; MORRIS et al., 2019).

Ferramentas como folders e e-books são amplamente utilizadas para organizar e distribuir informações específicas de forma gratuita e acessível. Palestras também são eficazes para promover a interação da equipe e esclarecer dúvidas, tornando o aprendizado mais dinâmico. No esporte coletivo, essas estratégias são particularmente úteis, pois os atletas já estão acostumados a conviver em grupo e discutir temas relacionados à sua modalidade.

A intervenção de Educação em Saúde será realizada 3 dias depois do primeiro questionário, e terá duração de aproximadamente por 1 hora, e terá como roteiro: teoria da concussão, mitos e verdades, e formas de abordagem de identificação e manejo, de forma adaptada para jovens adolescentes. Em seguida, será disponibilizado virtualmente um folder pelo whatsapp da equipe com os principais pontos abordados na palestra.

4. CONCLUSÕES

A formação de jovens atletas deve seguir o modelo de Desenvolvimento de Atleta a Longo Prazo, considerando características como idade, maturação fisiológica, desempenho, gênero e treinamento específico. É necessário investir na instrução sobre as principais lesões que possam ocorrer em cada esporte, especialmente em modalidades como o rugby, caracterizadas por contatos intensos que podem levar a traumas e concussões. A educação em saúde, quando integrada ao treinamento técnico e tático, proporciona uma base sólida para o desenvolvimento de atletas preparados para as demandas físicas e emocionais do esporte de alto nível, contribuindo para a longevidade e o sucesso em suas carreiras. Com isso espera-se que a intervenção em saúde irá melhorar o conhecimento conceitual sobre a gravidade da concussão cerebral das atletas e que elas não irão transmitir informações erradas de como manejá-la e identificar a concussão.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Blennow K, Hardy J, Zetterberg H.(2012) **The neuropathology and neurobiology of traumatic brain injury.** *Neuron.* Dec 6;76(5):886-99. doi: 10.1016/j.neuron.2012.11.021. PMID: 23217738

Broglio, S. P., Cantu, R. C., Gioia, G. A., Guskiewicz, K. M., Kutcher, J., Palm, M., & McLeod, T. C. (2014). **National Athletic Trainers' Association position statement: Management of sport concussion.** Journal of Athletic Training

CAVICHIOLLI, Fernando Renato et al.(2011) **O processo de formação do atleta de futsal e futebol: análise etnográfica.** Rev. Bras. Educ. Fís. Esporte [online], vol.25, n.04, pp.631-647. ISSN 1981-4690

Harmon, K. G., Drezner, J. A., Gammons, M., Guskiewicz, K. M., Halstead, M., Herring, S. A., & Roberts, W. O. (2013). **American Medical Society for Sports Medicine position statement: concussion in sport.** British Journal of Sports Medicine, 47(1), 15-26

Kay, M., Santos, J., & Takane, M. (2011). **mHealth: New horizons for health through mobile technologies.** World Health Organization.

Morris, M. E., Aguilera, A., Huang, H., & Schueller, S. M. (2019). **Mobile technology for mental health assessment.** Dialogues in Clinical Neuroscience, 21(2), 171-183

Patricios JS, Schneider KJ, Dvorak J, et al **Consensus statement on concussion in sport: the 6th International Conference on Concussion in Sport–Amsterdam**, October 2022. British Journal of Sports Medicine 2023;57:695-711.

Salci, M. A., Maceno, P., Rozza, S. G., Silva, D. M. G. V. da ., Boehs, A. E., & Heidemann, I. T. S. B.. (2013). **Health education and its theoretical perspectives: a few reflections.** Texto & Contexto - Enfermagem, 22(1), 224–230. <https://doi.org/10.1590/S0104-07072013000100027>