

FISIOTERAPIA NO CAMPEONATO BRASILEIRO DE PADEL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

MAURÍCIO MATHEUS BAZ LEMES¹; GUILHERME ALVES MELLO SILVEIRA²;
GABRIEL DOS SANTOS DANIELSKI³; JOÃO GABRIEL LATOSINSKI SOUZA⁴;
LAONE HARDKE RODRIGUES⁵; GUSTAVO DIAS FERREIRA⁶

¹Universidade Federal de Pelotas – mauricioatheusbazlemrs@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – guilhermee.ams00@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – gabriel.danielski@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – joao.lato@hotmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas – laonehardke@gmail.com

⁶Universidade Federal de Pelotas – gusdiasferreira@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

O Padel é um esporte com crescimento recente, que existe desde a década de 1960 (DAHMEN, 2023). Isso é demonstrado pelo número de campeonatos existentes pelo mundo, a quantidade de jogadores em diferentes países, o fomento de patrocínios e de novos estudos publicados sobre o esporte (MUÑOZ, 2022). Esse esporte de raquete tem a pontuação igual à do tênis, com uma sequência 15, 30 e 40 pontos e fechando com dois pontos de diferença, jogando uma melhor de três sets que vão até seis jogos cada. Apesar das pontuações parecidas, é um jogo que apresenta várias mudanças, como: a quadra que é feita de vidro e tela, com piso de grama sintética e tamanho de 20x10 metros, se joga de sempre de dupla e o jogador tem mais toques em média por ponto (PÉREZ, 2023).

Um esporte com campeonatos amadores e também de alto rendimento com valências físicas de altas velocidades, trocas de direção e múltiplos golpes durante os jogos, possuímos uma exposição a risco de lesões (PÉREZ, 2023). Com uma demanda de membros inferiores e superiores nos jogos fica inerente que sem uma boa preparação ou treinamento esse atleta provavelmente apresentara algum tipo de dor. As lesões nesse âmbito esportivo normalmente são de origem tendinosa ou muscular, com a região do cotovelo, ou mais especificamente, a epicondilite lateral é a lesão mais acometida (DAHMEN, 2023). Além disso, a taxa de incidência de lesões é de 3 em 1000 horas de treinamento e 8 lesões em 1000 partidas de padel (DAHMEN, 2023).

Pensando nisso, a fisioterapia esportiva é aliada em diferentes níveis de atuação, colocando-se na minimização de lesões, atendimentos em quadra e tratamento das dores musculoesqueléticas (SILVA, 2011). Logo, com o profissional perto do esporte teremos uma melhor resolução das lesões descritas. Assim, com os campeonatos pelo mundo, bem como as etapas de brasileiro de padel aconteceram, o acompanhamento das vivências do esporte é bom para ele e o indivíduo.

O Campeonato Brasileiro de Padel é organizado pela Confederação Brasileira de Padel (COBRAPA), a qual divide em quatro etapas espalhadas pelo ano. Ocorrendo uma divisão entre as categorias dos jogadores, sendo a 1ª os profissionais e o restante até a 7ª amadores e iniciantes. As duas etapas que serão descritas nesse trabalho foram realizadas em clubes na cidade de Balneário Camboriú e Itajaí em maio e julho de 2024. Com isso, o objetivo do presente trabalho é demonstrar um relato de experiência da atuação da fisioterapia nas etapas do campeonato brasileiro de padel. Tivemos de 1 a 3 fisioterapeutas por

local, com ocorrências dentro e extra quadra, proporcionando aos alunos uma experiência no esporte e conseguindo entrar nas especificidades dele.

2. METODOLOGIA

O presente trabalho conta como um relato de experiência, o qual comenta sobre duas etapas do Campeonato Brasileiro de Padel em Balneário Camboriú e Itajaí. Iniciou-se a partir de um convite da organização COBRAPA um mês antes da primeira etapa que aconteceria em maio de 2024, para prestar atendimento em quadra e extra quadra como um agente da saúde. Sendo assim, com o convite aceito, foram feitas três reuniões de forma online com os organizadores e profissionais da saúde para a parte de logística de transporte e alimentação, materiais necessários, quais os compromissos, o que poderia encontrar como atendimentos do local e regras da competição.

A outra etapa foi acordada no final da primeira participação com a organização. Com isso, um processo bem similar da primeira ocorreu, mas nessa ajudaria a explicar o processo aos novos colegas que fariam parte da equipe.

As duas etapas foram junto ao clube Central padel, localizado em Itajaí, possuindo três quadras oficiais do esporte. A primeira etapa aconteceu entre 03 a 05 de maio e a segunda etapa entre 05 a 07 de julho, ambas etapas foram de sexta-feira a domingo, podendo haver até três jogos simultâneos.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

Durante as etapas apareceram diversas queixas algicas de diferentes tipos de articulações e músculos. No primeiro dia da primeira etapa aconteceram dois atendimentos extra quadra, os quais tinham queixas de dor lombar pós jogo. No segundo dia, os casos foram queixa de dor no quadríceps e no adutor longo, além de um atendimento em quadra com entorse de tornozelo. No último dia, com um desgaste muscular bastante aparente e com a ansiedade das finais das etapas, foi verificado dois atletas com dores nos isquiotibiais e um lombar, todos dessa vez fora das quadras. Os procedimentos utilizados foram a liberação miofascial nas dores lombares, quadríceps e adutor longo, na entorse uma bandagem elástica e nos isquiotibiais o gelo e alongamento.

Agora na segunda etapa, no primeiro dia tivemos apenas uma ocorrência de dor no tornozelo pré jogo, com o atleta já chegando lesionado para a competição. No segundo dia, apareceram quatro queixas diferentes, uma dor no joelho, outra na mão, tornozelo e trapézio. No final do campeonato, da mesma forma da ultima etapa, os atletas estavam fadigados, sendo assim, vieram três queixas de dor nos isquiotibiais, uma dor lombar e outra no joelho. As intervenções foram a bandagem elástica nas dores do tornozelo e gelo, no joelho mobilização de patela, liberação miofascial de quadríceps, aplicação de kinesio tape e gelo, no trapézio o alongamento e liberação miofascial, nos isquiotibiais alongamento e liberação miofascial, lombar somente liberação buscando o relaxamento.

Entre as duas etapas concluiu-se 17 atendimentos divididos entre queixas musculares e articulares. Com as maiores ocorrendo nos posteriores de coxa e os outros dois em articulações como lombar e tornozelo. Sendo assim, é evidente o benefício do fisioterapeuta nesse campeonato, já que ele pode apoiar o atleta antes, durante e depois jogo. Apesar dos atletas atendidos nesse clube não serem profissionais, a abordagem ao esporte amador mostrou-se interessante para aprender sobre as especificidades do esporte.

Além disso, apesar de não ser o objetivo principal desse relato, é importante destacar que, conforme a competição foi chegando à etapa final e decisiva, maiores foram os relatos de dores e atendimentos. O estresse acumulado, a fadiga com a sequência de jogos e a tensão do jogo podem ser alguns fatores que contribuíram para tal. Diante disso, nos momentos que definem mais a competição é onde necessita-se de maior atenção ainda do trabalho da fisioterapia, tanto pré jogos, como durante na identificação do gesto motor que pode vir a causar a lesão, e depois, com atendimentos iniciais e protocolos de recuperação dos atletas.

4. CONSIDERAÇÕES

Diante disso tudo, é visível os impactos e os benefícios para comunidade do padel e para o discente. A experiência adquirida durante as duas etapas foi considerável, isso ajudará na prática baseada em evidência, já que precisamos da experiência aliada a teoria. A comunidade esportiva tem a ganhar, conseguindo minimizar as lesões com tratamentos fisioterapêuticos, continuando no jogo e diminuindo o risco de algo grave. Para o fisioterapeuta, a ampliação do conhecimento é indispensável, conhecer um esporte novo em crescimento, quais são as alternativas para cada lesão específicas, planejamento prévio dessas e o desenvolvimento de habilidades como a resolução de problemas em um prazo pequeno.

Resumindo, se há a possibilidade da participação desse agente de saúde em campeonatos desse tipo, é imprescindível a participação, visto os benefícios relatados anteriormente.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DAHMEN, J. et al. Incidence, prevalence and nature of injuries in padel: a systematic review. **BMJ Open Sport & Exercise Medicine** v. 9, n. 2, p. e001607–e001607, 1 jun. 2023.

MUÑOZ, D. et al. Incidence of Upper Body Injuries in Amateur Padel Players. **Internation Journal of Environmental Research and Pulic Health** v. 19, n. 24, p. 16858–16858, 15 dez. 2022.

PÉREZ, F. et al. Musculoskeletal injury prevalence in professional padel players. A retrospective study of the 2021 season. **Physical Therapy in Sport: Official Journal of the Association of Chartered Physiotherapists in Sports Medicine**, v. 63, p. 9–16, 1 set. 2023.

SILVA, A. A. et al. Análise do perfil, funções e habilidades do fisioterapeuta com atuação na área esportiva nas modalidades de futebol e voleibol no Brasil. **Brazilian Journal of Physical Therapy**, v. 15, p. 219–226, 1 jun. 2011.