



FUTSAL E AS POSSÍVEIS LESÕES DESTE ESPORTE

MATOS, Grasiéle Costa de¹; KELLER, Kalina Durigon²

Palavras-chave: Futsal. Lesões.

INTRODUÇÃO

O Futsal é uma modalidade desportiva relativamente recente, que derivou do Futebol de Salão e que apresenta um grande desenvolvimento especialmente nos países da América do Sul, com destaque para o Brasil, e nos países do Sul e do Leste da Europa, especialmente Espanha, Portugal, Itália, Rússia e Ucrânia (SERRANO, J. M., et. al. 2013). Principalmente a partir do final da década de 1980, o espaço do futsal realmente se consolidou e adquiriu uma importância mais destacada junto à população (GAYARDO, A., et. al. 2012)

A evolução da prática do futsal está associada basicamente aos aspectos táticos, técnicos e físicos, exigindo, em consequência disto, cada vez mais uma performance apurada do atleta. O perfil motor do jogador de futsal é caracterizado pela realização de inúmeras ações motoras rápidas, com e sem a posse de bola.

Exigindo assim ainda mais do desempenho físico do atleta, causando sobrecargas excessivas sobre as articulações, ossos e músculos dos membros inferiores, ocasionando assim traumas diretos ou indiretos de diferentes graus ou gerando alterações estruturais e funcionais em grupos musculares que agem sobre uma determinada articulação no aparelho musculoesquelético (SANTOS, P. P. A., 2011).

As atividades funcionais incluem aceleração, desaceleração, saltos, giros, viradas, chutes, e, devido a essas características do jogo, pode ser esperado um número vasto de lesões em seus praticantes (ARAÚJO, 2009)

No futsal a tendência de lesões vem aumentando nos últimos anos, por ser característica desta modalidade, um esporte de contato direto e de jogadas de alta intensidade e curta duração, predispondo uma grande incidência de lesões esportivas que varia de acordo

¹ MATOS, Grasiéle Costa de; Universidade de Cruz Alta. E-mail: gramatos14@gmail.com

² KELLER, Kalina Durigon, Universidade de Cruz Alta. E-mail: kakakeller@yahoo.com.br



com os fatores intrínsecos, podemos identificar a presença de alterações no quadril, joelho, tornozelo e pé. Com relação aos fatores extrínsecos, devemos considerar as condições do piso, iluminação da quadra e tipo de calçado utilizado pelo atleta.

Dentre as lesões mais decorrentes neste esporte estão às distensões, contusões, tendinites, entorses, luxações, fraturas e excesso de uso de uma determinada articulação (SANTOS 2011).

Além disso outros fatores podem contribuir para a ocorrência de lesões, tais como alterações posturais, déficits de flexibilidade, movimentos desportivos executados incorretamente, equipamentos inadequados (BALDAÇO, 2010).

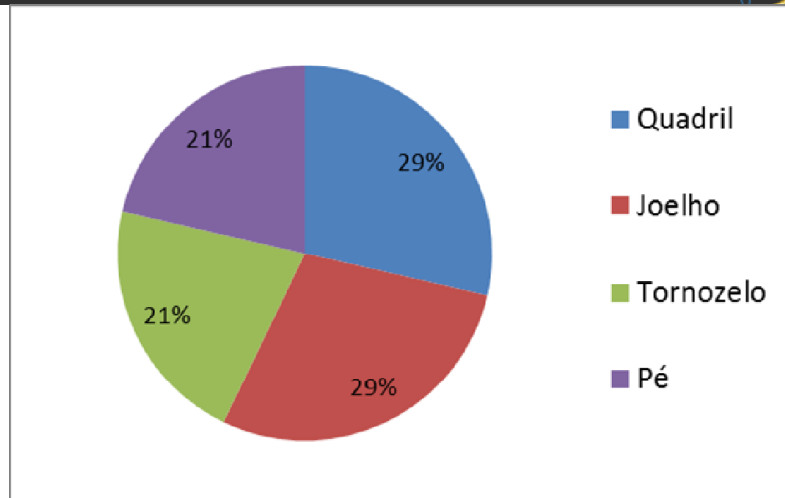
Portanto, o objetivo deste estudo foi investigar as possíveis lesões que ocorrem em atletas praticantes do futsal.

METODOLOGIA

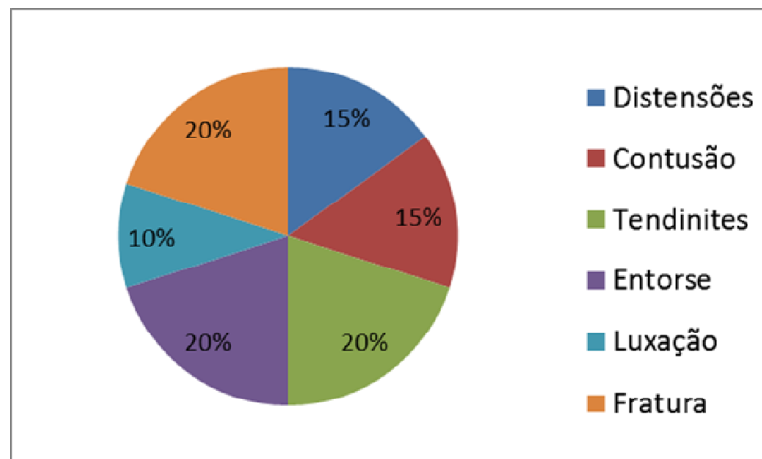
O presente estudo caracteriza-se como um levantamento bibliográfico (revisão da literatura) de publicações de estudos a partir do ano de 2007, referentes às lesões no futsal, nas bases de dados SciELO Analytics, MedLine e Google acadêmico. As línguas pesquisadas foram: português, que obtiveram resultados de artigos também em espanhol e inglês. Foram usadas as palavras chaves: futsal, lesões. Foram encontrados 21 estudos após realizado leitura e análise, posteriormente selecionados apenas 5 estudos que compreendiam os critérios de inclusão, os quais atendiam o objetivo do mesmo.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foram encontrados os segmentos que mais sofrem lesões durante á pratica do futsal, descritos no gráfico 1: região do quadril (29%), joelho(29%), tornozelo(21%) e pé (21%).



No gráfico 2, as lesões mais comuns encontradas foram: Distensão(15%), tendinites(20%), fraturas(20%), entorses(20%), luxação (10%) e contusão (15%).



DISCUSSÃO

O futsal é um esporte que apresenta características semelhantes às do futebol de campo. As características específicas do Futsal, onde os jogadores realizam deslocamentos de ritmo intermitente, com mudanças bruscas de direção, envolvendo contato com a bola e com adversários, praticada em espaços relativamente reduzidos e em pisos muitas vezes em deficientes condições, com níveis de exigência competitiva muito elevada e períodos de sobrecarga de treino e competição, propiciam o aparecimento de lesões (CAIN et al, 2007).

ABRAHÃO et al, afirmam que atletas de futsal tem uma alta incidência de lesões, com predominância das lesões nos membros inferiores, ocorrendo assim maior predominância de lesões nos seus segmentos. Segundo os dados coletados deste estudo, relativos às lesões, o



quadril foi o segmento mais acometido seguido de joelho, tornozelo e pé, que se assemelham aos achados de ARAÚJO, 2009.

À medida que o tempo passa, muitas mudanças são inevitáveis, principalmente no que diz respeito ao fato de as exigências físicas serem cada vez maiores, obrigando os atletas a trabalhar em seus limites máximos e tornando-os predispostos às lesões (SANTOS, 2011). Devido à crescente evolução de estudos relacionados ao futsal desde a sua origem, deparou-se com divergências entre estudos já realizados sobre lesões, que classificam sendo como: distensão, contraturas, tendinites e lesão de ligamento, apenas não classificam as lesões não traumáticas, segundo a ideologia de alguns pesquisadores como KURATA, DANTAS 2007. Neste estudo foram, portanto encontrados as lesões que mais acometem os atletas do futsal: tendinites, entorses, fraturas, distensão, contusão e luxação, nos segmentos do membro inferior.

O principal interesse nos estudos relacionados com as lesões prende-se com a possibilidade de entender a sua origem e procurar estabelecer programas que minimizem o risco da sua ocorrência. (SERRANO, 2013)

CONCLUSÃO

Conclui-se com base na literatura, que as lesões no futsal podem ocorrer tanto por fatores intrínsecos ou extrínsecos. Dentre as principais lesões mais decorrentes neste esporte estão as tendinites, entorses, fratura e excesso de uso de uma determinada articulação, as quais acometem os atletas desta modalidade e os mantêm afastados da prática até a completa recuperação do seu estado físico.

REFERÊNCIAS

- SERRANO, João Manuel, et. Al. Incidência e fatores de risco de lesões em jogadores de futsal portugueses. **Rev. Bras. Med. Esporte**, Vol. 19, No 2 – Mar/Abr 2013; disponível no link: revista@medicinadoesporte.org.br.
- GAYARDO, Araceli, et. Al. Prevalência de lesões em atletas do futsal feminino brasileiro; **Rev Bras Med Esporte** – vol. 18, – mai/jun, 2012.
- SANTOS, Pierre Pascoal Andrade dos; **Análise das lesões em atletas de futsal** [manuscrito] Trabalho de conclusão de curso, Graduação de educação física-2011.



ARAÚJO, Alisson Guimbala dos Santos. Relação entre alterações posturais e lesões osteomioarticulares em jogadores de futsal. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício** - Volume 8 Número 1 - janeiro/março 2009.

BALDAÇO, Fábio Oliveira, Análise do treinamento proprioceptivo no equilíbrio de atletas de futsal feminino; **Fisioter. Mov., Curitiba**, v. 23, n. 2, p. 183-192, abr./jun. 2010.

CAIN LE, Nicholson LL, Adams RD, Burns J. Foot morphology and foot/ankle injury in indoor football. **J Sci Med Sport**, 2007.

ABRAHÃO GS, Caixeta LF, Barbosa LR, Siqueira DP, Carvalho LC, Matheus JP. Incidência das lesões ortopédicas por segmento anatômico associado à avaliação da frequência e intensidade da dor em uma equipe de futebol amador. BRJB 2009.

KURATA DM, Junior JM, Nowotny JP. Incidência de Lesões em Atletas Praticantes de Futsal. Iniciação Científica **CESUMAR** 2007.

DANTAS JA, Silva MR. Frequência das lesões nos membros inferiores no futsal profissional. **Rev Fac Ci Saúde** 2007.