



RELAÇÃO ENTRE O TIPO DE PISADA E A OCORRÊNCIA DE LESÕES EM MEMBRO INFERIORES EM CORREDORES DE RUA: UMA PROPOSTA DE ESTUDO

LIMA, Lucas Antunes de¹; BONATTO, Juliane Grhun²; KOCHHANN, Catherine³;
STURMER, Giovanni⁴

Fatores intrínsecos associados a deformidades biomecânicas encontradas nos pés, como a pisada supina, pronada, pé cavo ou valgo, são os principais responsáveis por lesões que acometem corredores amadores de rua. Estas deformidades, quando combinadas a fatores extrínsecos, como rotina irregular de treinos, variação de percursos, calçados inadequados e falta de acompanhamento profissional, acabam agravando as lesões em membros inferiores, tornando o retorno de um praticante de corrida a sua rotina de treinamentos ainda mais demorada, ou muitas vezes impossível. Corredores amadores quando acometidos por lesões, acabam não apenas interrompendo sua rotina de treinamento, mas também comprometendo sua rotina de vida diária. Por isso avaliar a presença de fatores risco para lesões e intervir antecipadamente são de grande valia para praticantes regulares de atividades físicas, principalmente a corrida, que ocasiona uma grande sobrecarga em membros inferiores. Diante dessa premissa, esta proposta de estudo tem como objetivo verificar se existe relação entre o tipo de pisada e a ocorrência de lesões em membros inferiores dos participantes de uma equipe de corredores de rua, amadores, da cidade de Cruz Alta/RS, bem como investigar possíveis alterações posturais e do centro gravitacional. Os sujeitos da pesquisa serão os voluntários assíduos do grupo, a pelo menos três meses, maiores de 18 anos. Será aplicado um questionário com dados pessoais e também histórico de lesões ocorridas durante a prática desportiva. As avaliações específicas serão realizadas através de uma plataforma podoscópica para avaliar o tipo de pisada estática do participante. Para maior fidedignidade, será verificado também o tipo de pisada dinâmica, que será avaliada através de registro de imagens (filmagem) em corrida de dez minutos em esteira ergométrica, para posterior análise em software de imagem livre. Um teste de IAP (Instrumento de Avaliação Postural), será aplicado para verificar possíveis ocorrências de assimetrias em membros inferiores, e por último a avaliação do centro gravitacional bipodal e unipodal, através do uso de plataforma *Wii Balance Board®* (Console *Nintendo Wii Fit Plus®*), que revelará em porcentagem a distribuição corporal do avaliado. Espera-se com esta pesquisa além de descrever o histórico das lesões ocorridas com corredores de rua, também detectar a presença de alterações associadas aos membros inferiores, e com isso avaliar se a presença das lesões ocorridas durante a prática de atividade esportiva está relacionada as alterações da pisada encontradas. Desta forma, sendo confirmada a hipótese, será possível demonstrar a importância das medidas corretivas e também de alertar sobre os métodos de prevenção e correção para evitar as lesões futuras na população estudada.

Palavras-chave: Traumatismos em Atletas. Avaliação. Corrida. Biomecânica.

¹ Acadêmico do Curso de Educação Física – Bacharel, da Universidade de Cruz Alta- UNICRUZ. E-mail: lucas.lima1319@gmail.com.

² Acadêmica do Curso de Fisioterapia, da Universidade de Cruz Alta- UNICRUZ. E-mail: juliane.bonatto@yahoo.com.br.

³ Acadêmica do Curso de Fisioterapia, da Universidade de Cruz Alta- UNICRUZ. E-mail: catherine.kochhann@hotmail.com.

⁴ Fisioterapeuta, professor adjunto da Universidade de Cruz Alta; Doutor em Ciências da Saúde. Grupo de Pesquisa em Saúde Coletiva/UNICRUZ. E-mail: gstr@outlook.com.