

AS LESÕES MAIS FREQUENTES NO TAEKWONDO – UMA REVISÃO DA LITERATURA

INSTITUIÇÃO: UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS (UFMG)

AUTORES: [OLIVEIRA, MARAÍSA COUTO LOSCHI] , [SILVA, ANDERSON AURÉLIO]

Objetivos: Determinar os locais, os mecanismos e as lesões mais frequentes em praticantes de taekwondo.

Metodologia: A literatura relevante para esta revisão foi encontrada na base de dados BIREME e MEDLINE (2002- 2009). Palavras-chave: taekwondo, artes marciais, lesões, epidemiologia. Trata-se de estudos observacionais descritivos, prospectivos e retrospectivos, nos quais os dados foram coletados através de questionários ou por consulta às bases de dados informatizadas em hospitais. Lesão é definida como aquela que, no mínimo, impede o atleta de continuar um embate. Foram considerados não só os dados colhidos durante competições, mas também os coletados no período de treinamento. **Resultados:** Os participantes são 138582 lutadores de ambos os sexos, de várias graduações, média de idade 20,43 anos (DP \pm 5,19). Nem todos os estudos separam seus resultados por sexo, dificultando comparações. A participação feminina embora tenha crescido nos últimos anos, ainda é pequena quando comparada à masculina. A contusão aparece como a lesão mais freqüente, seguida por distensão e entorse. Os membros inferiores, principalmente pés e dedos, aparecem como os mais atingidos seguidos por lesões na cabeça. O mecanismo de lesão mais comum é receber um chute, seguido por efetuar um chute. **Conclusão:** Após a revisão da literatura pôde-se concluir que a localização anatômica que mais sofre incidência de lesões nesse esporte é o membro inferior, a contusão é a lesão mais comum e receber um chute é o mecanismo de lesão mais freqüente entre os atletas que treinam e competem no taekwondo.