

# **ANÁLISE DAS CARACTERÍSTICAS DE DOR RELACIONADAS AO TREINAMENTO DE ATLETAS JOVENS DE VOLEIBOL**

---

**INSTITUIÇÃO: CENTRO MULTIDISCIPLINAR DA DOR**

**AUTORES: [GOSLING, ARTUR P]**

---

A dor ocorre com freqüência no dia-a-dia de vários atletas. Os treinamentos intensos e repetitivos propostos para o voleibol podem predispor a sintomas dolorosos nos segmentos mais utilizados. O objetivo deste trabalho foi analisar as características de dor no treinamento de atletas jovens de voleibol, federados em seus respectivos estados, todos de categorias de base, durante um torneio nacional no Paraná em 2006. Foram realizadas perguntas que são freqüentes em ambulatórios de dor: intensidade, tempo, duração, localização, incidência, fatores de piora e melhora relacionada ao trabalho, que no caso é o treinamento. Este foi aplicado em 150 atletas, sendo aceitos 122 por relatarem dor relacionada ao treinamento: 60 masculinos e 62 femininos. Nos resultados, 68,86% dos atletas tem dor há menos de 6 meses e 31,14% acima de 6 meses. Em cerca de 10% a dor impede de treinar. A intensidade na Escala Visual Analógica (0-10) foi mais importante no grupo masculino, com valores de 1-3, para ambos de 4-6 e no feminino de 7-10. A localização mais freqüente em ambos os grupos foi no joelho, toracolombar e ombro, em ordem de importância. Foi encontrado também que 45,1% dos atletas tinham dor durante o treino, e que esta piorava em 35,24% sendo que em quase 80% deles após o treino. A melhora durante e após o treino não chegava a 30%. Vimos nos resultados que um pequeno número de atletas, cerca de 10%, tinha dor incapacitante. Entretanto, mesmo com dor, a maioria mantém o treinamento regular. A literatura mostra que a dor é uma queixa freqüente em atletas e que está relacionada às lesões de cada esporte, sejam traumáticas ou por sobrecarga. Existe certa correlação entre a localização de dor nos resultados deste trabalho com pesquisas de voleibol tradicional e de praia. A inversão dos resultados na intensidade de dor iniciando pelo masculino e aumentando no feminino chama a atenção, principalmente pela idade precoce. A literatura mostra que as mulheres têm mais queixas dolorosas que os homens. Pelo grande número de atletas com dor e pela piora após o treinamento devemos ficar atentos a esta queixa tão comum. Talvez o próprio treinamento seja o fator principal nestes achados.