

INCIDÊNCIA DE DISTÚRBIOS MUSCULOESQUELÉTICOS POR MEIO DE AVALIAÇÃO POR QUESTIONÁRIO NÓRDICO

**INSTITUIÇÃO: FACULDADE DE MEDICINA VETERINÁRIA E ZOOTECNIA-USP, CENTRO UNIVERSITÁRIO
DA FUNDAÇÃO DE ENSINO OCTÁVIO BASTOS-UNIFEOB**

AUTORES: [ALCÂNTARA, DAYANE] , [BORIN, SÉRGIO HENRIQUE]

Tanto a prática desportiva recreativa como a de competição vem crescendo exponencialmente, conseqüentemente o aumento no número de lesões em esportistas também aumenta. Isso faz com que profissionais da área esportiva devam tomar certos cuidados com relação á lesões. Portanto, esse trabalho procura elucidar e entender melhor esse tipo de sobrecarga muscular que o voleibol exerce para que, futuramente, preparadores físicos, técnicos, fisioterapeutas e médicos possam trabalhar para prevenir essas lesões. O objetivo desse trabalho foi investigar a incidência de lesões desportivas em atletas de voleibol e identificar as principais regiões lesadas por meio de aplicação de Questionário Nórdico. Esse projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob parecer número 338/2008 e desenvolvido em conformidade com a resolução 196/96 do Conselho Nacional da Saúde. Foram avaliados por meio de Questionário Nórdico 12 atletas da equipe de voleibol da UNIFEOB de São João da Boa Vista-SP. De acordo com a avaliação aplicada pudemos perceber que a região mais acometida nos últimos 12 meses foram punhos/mãos (75% de queixas). Avaliando as regiões mais acometidas nos últimos 7 dias, punhos/mãos (25% de acometimento) continuam sendo a região de maior queixa. O questionário Nórdico é muito utilizado para detectar doenças ocupacionais, porém pouco utilizados para a avaliação de atletas, ele permite detectar distúrbios musculoesqueléticos que muitas vezes os desportistas não relatam no cotidiano e que vem ao conhecimento do treinador apenas quando o problema já se tornou crônico. De acordo com os dados na literatura as regiões mais acometidas por lesões crônicas no voleibol, são tornozelo e joelhos devido ao grande número de impactos sofridos no esporte, porém foram encontradas lesões em ombros, punhos e mãos, cotovelos e lombar. Isso demonstra que o voleibol é uma atividade esportiva que exige muito das articulações e músculos e necessita de um bom trabalho de fortalecimento muscular para aumentar a capacidade de resposta muscular, diminuindo a sobrecarga e a possibilidade de lesões. Concluindo, o Questionário Nórdico é um método de avaliação simples, de fácil aplicação, de baixo custo e eficiente para avaliar as condições físicas dos atletas e detectar distúrbios musculoesqueléticos crônicos que muitas vezes não são relatados pelos mesmos.