

## LESÕES MAIS FREQUENTES EM ATLETAS DE FUTEBOL DE CAMPO MASCULINO E INICIATIVAS PREVENTIVAS

---

**INSTITUIÇÃO:** FACULDADE DE TECNOLOGIA E CIÊNCIAS - FTC,, UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE – UFS

**AUTORES:** [MENEZES, CÉSAR O. M.], [SILVA, PETERSON G.], [OLIVEIRA, PAULO M. P.]

---

**OBJETIVOS:** Identificar as lesões mais frequentes nos atletas; Evitar ou diminuir lesões decorrentes do futebol em membros inferiores; Averiguar o tempo do atleta fora de campo devido às lesões. **MATERIAL E MÉTODOS:** Esta pesquisa quanto procedimentos técnicos é do tipo bibliográfico, descritiva e qualitativo. **RESULTADO:** No diagnóstico funcional em primeiro lugar as lesões musculares (39,2%), seguidas das contusões (24,1%), entorses (17,9%, destes 54% tornozelo e 46% joelho (56% comprometendo o LCA), tendinites (13,4%) e, finalmente, das fraturas e luxações (5,4%), tendo como mecanismo de lesão sem contato direto (59,3%) destacando as lesões musculares (50,9%) e com contato direto (40,7%) o destaque foi às contusões (52,5%). Na maioria das vezes as lesões ortopédicas no futebol são leves, com retorno em grande parte até 7 dias 48% (leve) de tratamento destaque para as contusões, no período de 8 a 30 dias 31% (moderado) e mais de 30 dias 12% (grave) o destaque foi luxação/fratura, valores esses que depende da gravidade da lesão. A maioria das lesões decorrentes no futebol é de contato indireto com (59,3%), deste a lesão que mais se destaca é a distensão, enquanto com o contato direto, corresponde a (40,7%), tendo destaque a contusão. **CONCLUSÃO:** Foi comprovado que as lesões musculares estão em primeiro lugar no que diz respeito ao diagnóstico, em relação ao tempo de retorno ao esporte a maioria dos atletas retornavam com até 7 dias devido a lesões caracterizadas como leves. No tipo de lesões a de contato indireto predominou sobre a de contato direto. **RESUMO:** Os dados do presente estudo foram obtidos através de publicações de artigos científicos, analisando prontuários de atletas profissionais de futebol de campo masculino com a faixa etária variando de 16 a 40 anos de idade, de clubes profissionais do Brasil participantes de campeonatos nacionais. A maior parte destas lesões é de origem muscular (39,2%), seguida das contusões (24,1%) e entorses (17,9%). Foi comprovado que (59,3%) das lesões ocorrem por traumatismo indireto (sem contato) entre os jogadores e que as faltas (40,7%) (traumas diretos) representando a minoria. A maioria dessas lesões não é agravante para o atleta, são de maneira geral leves (48,0%), permitindo em sua grande maioria o retorno ao esporte em até uma semana. As que envolvem cirurgia no tornozelo ou joelho, por exemplo, são as que mais levam tempo em torno de seis meses em média. No geral, apenas 4% das lesões afastam os jogadores por mais de 30 dias.