

Lesões Músculo - Esqueléticas no Futebol: Estudo Epidemiológico em Categorias de Base

Eduardo A. Paschoal¹; João Guilherme Cren Chiminazzo¹; Roberto Itiro Nishimura²

¹Guarani Futebol Clube; ²Medicina Esportiva – Puccamp.

Introdução: as atividades nas categorias de base são extremamente importantes no processo de formação do futuro atleta. Para atingir a categoria profissional o jovem atleta de futebol precisa receber os devidos treinamentos buscando sempre sua melhor performance e evitando as possíveis lesões. É importante um estudo referente às lesões, pois podem limitar o exercício físico e conseqüentemente um afastamento temporário dos atletas. **Objetivo:** Apresentar e discutir as características das lesões desportivas apresentadas por atletas de futebol competitivo de categorias de base ao longo de um ano de seguimento. **Metodologia:** Trata-se de uma pesquisa descritiva envolvendo atletas do sexo masculino, pertencentes às categorias infantil, juvenil e juniores do Guarani Futebol Clube – Campinas (2003). Anamnese e semiologia das lesões seguiram as orientações do National Athletic Injury Registration System (NAIRS-USA). Os procedimentos adotados consistiram na descrição das características das lesões quanto à sua severidade, ao mecanismo de ocorrência, ao tipo de lesão e à localização anatômica. **Resultados:** A incidência média de lesões, nas três categorias, foi de 3,25 por 1000 horas de treinos e jogos. A categoria infantil registrou um total de 26 lesões, a categoria juvenil 46 lesões e a categoria júnior somou 88 lesões, totalizando 160 lesões. No tocante à severidade das lesões, a lesão de grau leve predominou com 75%. Quanto ao mecanismo de ação, 59% das lesões foram decorrentes de trauma. As lesões músculo-tendíneas tiveram maior incidência (35%) em relação à contusão e ao entorse, que computaram, respectivamente, 30% e 28%. E, finalmente, no tocante à localização anatômica, houve um predomínio das lesões no tornozelo e no pé, com 57% do total.(ver Tabela 1). **Conclusão:** A incidência média de 3,25 lesões está concordante com os valores registrados na literatura, que apresenta uma incidência média de 4 para atletas desta faixa etária. Quanto ao mecanismo das lesões o valor apresentado de 59% de traumas também está de acordo com os valores de referência, ocupando uma faixa de 55% a 70% de traumas. O maior índice de lesões em pé e tornozelo deve-se à especificidade da modalidade. O predomínio das lesões de caráter leve ocorre devido ao período de afastamento de no máximo 7 dias dos treinos, o que constitui a grande maioria das lesões encontradas no futebol.

Tabela 1 – Características das lesões nas diferentes categorias

Característica da Lesão	Categoria atlética						Total		
	Infantil N = 30		Juvenil N = 30		Júnior N = 30		No.	%	
	No.	%	No.	%	No.	%			
Severidade	Leve	17	65,38	35	76,08	68	77,27	120	75
	Moderada	5	19,23	10	21,73	16	18,18	31	19
	Grave	4	15,39	1	2,19	4	4,55	9	6
Mecanismo	Trauma	23	88,46	31	67,39	41	46,59	95	59
	“Overuse”	3	11,54	15	32,61	47	53,41	65	41
Tipo	Muscular/Tendinite	4	15,38	13	28,26	39	44,31	56	35
	Contusão	12	46,15	17	36,97	19	21,59	48	30
	Entorse	10	38,47	12	26,08	23	26,13	45	28
	Outros	0	0	4	8,69	7	7,97	11	7
Localização anatômica	Tornozelo/Pé	13	50,00	14	30,43	30	34,09	57	36
	Joelho/Perna	6	23,08	15	32,60	16	18,19	37	22
	Coxa/Quadril/Virilha	5	19,23	7	15,21	34	38,63	46	29
	Outros	2	7,69	10	21,76	8	9,09	20	13
Total	26	100,00	46	100,00	88	100,00	160	100	