

INFLUÊNCIA DA HIPERMIBILIDADE ARTICULAR NA INCIDÊNCIA DE LESÕES NO ATLETA DE NATAÇÃO

Carolina Martins Lima, Orival Andries Junior

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas, São Paulo, Brasil

e-mail: carolinamtlima@yahoo.com.br

Introdução: A Hiper mobilidade Articular é uma alteração benigna, que dá ao indivíduo capacidade de realizar movimentos exacerbados, e a natação utiliza de movimentos de grande amplitude para performance eficiente. Assim, a hiper mobilidade pode aumentar a incidência de lesões por tornar a articulação instável, favorecendo luxações, ou diminuir a incidência de lesões por propiciar maior extensibilidade muscular, prevenindo estiramentos e contusões. **Objetivo:** O estudo teve como objetivo, analisar a influência da Hiper mobilidade Articular na ocorrência de lesões em nadadores. **Material e Métodos:** Foram avaliados 17 atletas, de ambos os sexos, da categoria júnior e sênior (de 15 a 20 anos), que possuíam no mínimo 01 ano de experiência. Os dados foram obtidos através dos critérios de Carter e Wilkinson, parcialmente modificados por Beighton e Horan para diagnosticar Hiper mobilidade Articular realizando cinco testes, sendo quatro bilaterais. O indivíduo que atinge cinco ou mais pontos é considerado com hiper mobilidade articular. Para complementar, foi realizado o flexiteste na articulação de ombro e tornozelo, realizando sete movimentos distintos. A cada teste o sujeito pode atingir quatro pontos, totalizando 28 pontos e quanto maior a pontuação, maior a flexibilidade. Já para análise da incidência de lesão, foi utilizado o Inquérito de Morbidade Referida, que contém informações pessoais e referentes às lesões acometidas. Considerou-se lesão, qualquer dor ou afecção que tenha limitado ou ausentado o atleta de algum treino e/ou campeonato. **Resultados:** Observou-se que dos 17 sujeitos analisados, 41,17% (07 sujeitos) apresentaram Hiper mobilidade Articular segundo Beighton e Horan e 63,63% (11 sujeitos) apresentaram flexíndice igual ou superior a 19 pontos, não apresentando mobilidade articular semelhante entre os testes realizados. Com relação à incidência de lesões, 41,17% (07 sujeitos) apresentaram dor ou lesão. Além disso, dos atletas com hiper mobilidade articular, 42,85% (03 sujeitos) tiveram um ou mais tipos de lesão e os outros 57,15% (04 sujeitos) não apresentaram dor, ou apresentaram dor, mas nenhuma limitação. **Conclusão:** Pode-se concluir que o grupo de atletas de natação apresentou um índice de hiper mobilidade dentro da estimativa prevista, e o flexiteste apresentou flexíndice alto, possivelmente pelo uso excessivo das articulações do ombro e tornozelo. No entanto, não foi possível comprovar a influência da hiper mobilidade articular com a incidência de lesões, já que dentre os sujeitos hiper móveis houve uma pequena diferença entre o grupo que sofreu lesão e os que não sofreram. Isso pode ter ocorrido devido ao pequeno grupo estudado, ou devido à heterogeneidade do estilo de nados dos sujeitos, que exige movimentos articulares diferentes.

Palavras chave: hiper mobilidade, lesão, natação