

RELAÇÃO ENTRE PRÉ-TEMPORADA E INCIDÊNCIA DE LESÕES, DURANTE O CAMPEONATO PAULISTA DE FUTEBOL DE 2015.

¹MIRANDA SV. ¹MONTREZOL TF. ¹SANGUINO TR., ¹BOFF SR.

¹Faculdade de Fisioterapia, Centro Universitário N^a S^a do Patrocínio, Itu-SP, Brasil.

Introdução: O futebol é um dos esportes mais populares do mundo, sendo praticado por ambos os sexos e por diversas faixas etárias. Os praticantes estão constantemente sujeitos a sofrerem lesões desportivas, definidas como qualquer dano causado por trauma, ferimento, ou acometimento físico que resulte no afastamento do jogador da prática esportiva por qualquer período, variando de acordo com a gravidade da lesão. As lesões desportivas podem ocorrer em treinamentos e competições, por um desequilíbrio fisiológico ou causa mecânica, que podem ser trauma direto ou indireto, uso excessivo de determinada função, execução inadequada do movimento, além de associadas a fatores intrínsecos, relacionados ao atleta e extrínsecos, relacionados ao ambiente. A pré-temporada é de grande importância na prevenção de lesões, caracteriza-se por um período preparatório de treinamento, tendo como finalidade buscar melhora da performance, de acordo com a necessidade do grupo ou individual, podendo trazer bons resultados em competições que virão acontecer. **Objetivo:** Comparar o índice de lesões entre jogadores de futebol que realizaram ou não a pré-temporada. **Metodologia:** A amostra foi composta de 42 atletas masculinos, profissionais, sendo 21 do Capivariano FC e 21 do Ituano FC, ambos participantes do Campeonato Paulista de futebol de 2015, série A1. **Resultados:** Em relação a pré-temporada, no Ituano a variação foi de 10 a 90 dias, com média de 47 dias; no Capivariano, a variação foi de 10 a 30 dias com média de 26,66 dias. No Capivariano ocorreu 12 lesões sendo 6 musculoesqueléticas e 6 traumáticas, no Ituano, 5 lesões, sendo 4 musculares e 1 traumática. **Considerações finais:** A diferença de tempo na pré-temporada, observa-se em virtude de atletas chegarem ao clube em períodos diferentes. O tempo da pré-temporada está associado a menor incidência de lesão, destacando assim sua importância como prevenção visto que com maior tempo houve menor incidência de lesões.

Palavras chave: Traumatismo em atletas, Lesão, Prevenção