

## Análise sistemática dos fatores suscetíveis ao acometimento de lesões no ombro e cotovelo na prática do tênis

SOUZA, Rauany Daniela Campos de (rauanycampos@hotmail.com)  
GONTIJO, Fábio de Brito (fabiobg@unipam.edu.br)

**Resumo: Introdução:** Os atletas praticantes de tênis estão sujeitos aos mais distintos tipos de lesões, que podem ser atribuídas a uma série de fatores, como biomecânica do gesto desportivo incorreto, uso excessivo de movimentos repetitivos, uso de equipamento esportivo não apropriado para a modalidade e/ou atleta, tipo do piso da quadra, entre outros. Logo, constata-se que vários aspectos, internos e externos, do tênis, além das constantes mudanças bruscas de direção, contribuem para o aumento do risco de lesões, portanto, este estudo visa apontar os fatores que influenciam no acometimento de lesões no ombro e cotovelo, na prática do tênis. **Metodologia:** O estudo consistiu em pesquisa bibliográfica por meio de artigos científicos, procura em sites de pesquisa como Scielo, Medline e PubMed, dados bibliográficos do acervo da Biblioteca Central Doutor Benedito Corrêa do Centro Universitário de Patos de Minas – UNIPAM, com busca restrita ao período de 1994 a 2014. **Resultados:** De acordo com análise dos artigos utilizados no estudo, constatou-se que os movimentos incorretos ou repetitivos utilizados na prática do tênis, podem acarretar lesões, além disso, fatores externos também exercem influência sobre o corpo do tenista. Durante os jogos, grandes forças e velocidades são aplicadas na região do ombro e cotovelo, e além dos fatores intrínsecos, os equipamentos utilizados nas partidas também podem interferir na ocorrência de lesões. Tensões inadequadas na corda da raquete por exemplo, distribuem altas vibrações pelo membro superior, o que gera uma sobrecarga maior, da mesma forma, tamanho inadequado da empunhadura, bolinhas muito velhas e até mesmo o tipo de calçado utilizado podem vir a alterar a biomecânica desportiva do tênis. **Discussão:** Os autores demonstraram que a técnica incorreta, os movimentos repetitivos e os equipamentos utilizados, podem exercer grande influência no surgimento de lesões em ombro e cotovelo, principalmente quando não há instrução profissional, visto que, entender corretamente as técnicas e materiais inclusos neste tipo de esporte, pode ser algo fundamental para o bem-estar do tenista. **Conclusão:** A partir do estudo realizado, finda-se que o tênis é um esporte com forte acometimento de lesões em ombro e cotovelo, e diante dos fatores intrínsecos e extrínsecos do tênis, uma preparação adequada e acompanhamento fisioterapêutico se fazem necessários na redução da incidência de lesões.

**Palavras-chave:** Cotovelo. Lesões. Ombro. Tênis.