



PRINCIPAIS FATORES DETERMINANTES DE LESÕES DO TORNOZELO EM JOGADORES DE FUTEBOL

PEREIRA, Talita Gonçalves; CAIXETA, Juliana Pereira

tallyta_pereira@hotmail.com

ju.caixeta@hotmail.com

Introdução e objetivo: A articulação do tornozelo é a articulação mais comprometida do sistema musculoesquelético. A entorse do tornozelo constitui cerca de 25% das lesões que ocorrem em esportes envolvendo corridas e saltos e, destas, 85% são causadas por um mecanismo de inversão. O presente estudo teve com objetivo verificar os fatores determinantes de lesões do tornozelo em jogadores de futebol, se as lesões no tornozelo que acometem mais os jogadores são as entorses, e se o fato de não fazer fisioterapia, é fator primordial para grande incidência das lesões por entorse. **Material e Métodos:** Foi realizada uma pesquisa quantitativa descritiva, com a aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa do Centro Universitário de Patos de Minas, sob protocolo n° 5411, mediante aplicação de um questionário contendo questões fechadas com 30 atletas de times de futebol regional, com idade entre 18 a 25 anos, e que jogam há mais ou menos 5 anos. Os dados foram coletados em agosto de 2011. **Resultados e Discussão:** Os resultados mostraram que dos 30 atletas entrevistados todos relataram que já tiveram entorse de tornozelo, sendo que 50% tiveram apenas 1 vez, 20% 2 vezes, 7% 3 vezes, e 23% mais de 3 vezes. Observou-se que 73% das entorses foram por inversão. Segundo os jogadores entrevistados a maioria das entorses do tornozelo ocorreram por trauma direto representando 70% da amostra. Dos 30 jogadores 90% responderam que a irregularidade do gramado influenciou para que ocorresse a entorse. O mecanismo de lesão mais comum descrito pelos atletas deste estudo foi o pé de outro atleta que corresponde 60%, chuteira inadequada 20% e outros obstáculos 20%. Sendo que 90% dos atletas disseram que o desequilíbrio postural e a falta de propriocepção são agravantes para aumentar a possibilidade de entorse. Em relação a fisioterapia preventiva, 70% dos atletas relataram que já fizeram durante treinamento e 80% acreditam que não fazer fisioterapia é um fator primordial para a grande incidência dessas lesões. É importante incluir o fisioterapeuta nos clubes de futebol, a fim de diminuir gastos futuros dos dirigentes com tratamento de lesões e também colaborar para que se mantenha a integridade física do atleta, fazendo com que ele possa passar mais tempo realizando suas atividades. **Conclusão:** Pôde-se verificar os fatores que os jogadores consideraram como determinantes, que foram, principalmente a irregularidade do gramado, o desequilíbrio postural e a falta de propriocepção. Os jogadores também têm consciência da importância da fisioterapia, o fato de não fazer, é fator primordial para grande incidência de entorses.

Palavras Chaves: Tornozelo; Entorse; Fisioterapia.