

LESÕES MAIS COMUNS EM JOGADORES DE FUTEBOL

Pablo Henrique Gomes Cardoso^{1*}; Mayra LanneBarbosa¹; Thiago RemottoDomiciano²; Guilherme FerreiraSantos²; Marcello PasenikeRocha²

¹Discentes do curso de Bacharel em Educação Física do Instituto Luterano de Itumbiara, *pablocardoso90@live.com; ²Docentes do curso de Bacharel em Educação Física Orientador Instituto Luterano de Itumbiara

PALAVRAS CHAVE: Lesões no Futebol, Jogadores de Futebol, Tipos de lesões no Futebol.

INTRODUÇÃO

Segundo Junge (2004) afirma que 70 a 80% das lesões nos jogadores são nos membros inferiores. A pesquisa possui como objetivo geral explicar quais são as lesões mais comuns em jogadores de futebol, e os objetivos específicos são: Verificar qual a quantidade de lesões provocadas pelo desgaste físico em jogadores profissionais, Analisar quais são as principais lesões que acontece no decorrer de um calendário esportivo, Sintetizar quais as formas de minimizar a incidência dessas lesões em jogadores profissionais. A hipótese nula é a de que jogadores de futebol não sofrem mais do que uma lesão no decorrer de sua carreira profissional. A justificativa da pesquisa baseia-se, na preocupação dos clubes, técnicos, preparadores físicos, fisioterapeutas e dirigentes com a quantidade e o tempo de recuperação das lesões.

METODOLOGIA

Foi utilizada uma pesquisa de campo de caráter descritivo. A forma de abordagem do problema é quantitativa. Como instrumentos de coleta de dados foi utilizado um questionário contendo questões fechadas abordando sobre lesões mais comuns em jogadores de futebol. A população foi composta pela equipe técnica do time goiano da cidade de Itumbiara, a amostra foram 03 profissionais que são técnico, preparador físico e auxiliar técnico vinculados ao clube. Os dados foram coletados e analisados e descritos em forma de porcentagem. Como fontes de coleta de dados, a primeira etapa deste estudo, foi realizado através de pesquisas bibliográficas em livros, artigos científicos, teses e dissertações sobre o tema. A segunda etapa foi composta pela coleta dos dados e analisado posteriormente.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Cohen e Abdalla (2003), deixam evidente que as lesões nos jogadores de futebol estão relacionadas a fatores internos como idade, preparação física, mas também as lesões estão relacionada a fatores externos como sobrecarga de exercícios, número

excessivo de jogos e equipamentos como chuteiras, e com as faltas excessivas e jogadas violentas que ocorre no decorrer do jogo. Como resultado se obteve que 100% dos entrevistados afirmam que as faltas provocadas pelos adversários; o mal condicionamento físico; a sobrecarga dos treinamentos; a falta de aquecimento e/ou alongamento antes dos exercícios são os principais fatores das lesões. Na segunda questão o entrevistado A e B disseram que a parte do membro inferior mais vulnerável a lesões são os músculos posteriores da coxa, já o entrevistado C marcou todas as alternativas, ligamentos, dos tornozelos, e joelhos, músculos posteriores da coxa, região da virilha e músculos extensores da coxa. Em questão se realizam prevenção de lesões 75% disse que sim e 25% disseram que não. Os entrevistados foram A preparador físico, B auxiliar técnico e C técnico.

CONCLUSÕES

Concluimos que nesse clube de futebol da cidade de Itumbiara-GO, não há uma preocupação em prevenir lesões nos jogadores evitando assim futuras cirurgias e afastamento de jogadores, causando mais gastos no clube com recuperações de jogadores lesionados. E também notamos que os membros mais afetados são os inferiores, com lesões musculares e a região mais lesionada são os músculos posteriores da coxa.

COHEN, Moisés; ABDALA, Rene Jorge. Lesões nos esportes. Rio de Janeiro, 2003.

JUNGE, Astrid; DVORAK, MD; GRAF-BAUMANN, Toni. Football injuries during the wordcup 2002. The American journal of Sports Medicine 32:23s-27s (2004) American Orthopaedic for Sports Medicine.