



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 nº 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.