

CORRELAÇÃO DOS MOVIMENTOS DE SAQUE, FOREHAND, BACKHAND E A INCIDÊNCIA DE LESÕES NO OMBRO NA PRÁTICA DO TÊNIS DE QUADRA

SOUZA, RAUANY DANIELA CAMPOS DE¹. GONTIJO, FABIO DE BRITO ²

1- Aluna do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Patos de Minas;

2 - Professor Mestre do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Patos de Minas.

Introdução: No tênis de quadra, esporte este praticado em todo o mundo, sabe-se que é necessário realizar vários movimentos com o todo o corpo durante um jogo. Destacam-se neste trabalho os movimentos de saque, *forehand* e *backhand*, sendo o objetivo principal desse trabalho relacionar tais movimentos com o acometimento de lesões no ombro. **Método:** Os recursos utilizados para realização do projeto foram a pesquisa bibliográfica por meio de artigos científicos e procura em *sites* de pesquisa como *Scielo*, *Medline* e *PubMed*, além de dados bibliográficos do acervo da Biblioteca Central Doutor Benedito Corrêa do Centro Universitário de Patos de Minas – UNIPAM, com busca restrita ao período de 1988 a 2014. **Resultados:** De acordo com o estudo realizado, o ombro é um local de forte incidência de lesões. Verificou-se uma grande presença dos movimentos de *backhand*, *forehand* e saque que são técnicas comumente realizadas em todos os jogos de tênis, além disso, relatos de dores e tendinopatias na região do ombro também são referidos. A maioria das lesões é resultado de sobrecarga repetitiva, e o ombro é considerado a articulação com mais mobilidade do corpo humano, da mesma forma, grandes forças e grandes velocidades são aplicadas ao ombro durante o saque, o *backhand* e *forehand*, portanto, conseqüentemente há aumento no índice de lesões. **Conclusão:** A partir do estudo realizado, finda-se que a prática esportiva do tênis quando associada a movimentos incorretos ou repetitivos e ainda, ligados a fatores externos (peso da bola, velocidade do golpe, libragem da corda, tipo de corda, peso da raquete, entre outros), favorecem o acometimento de lesões, visto que, os movimentos de *backhand*, *forehand* e saques quando realizados de forma inadequada aumentam o índice de lesões no ombro, visto que, grandes forças e velocidades são aplicadas durante os jogos . Portanto, é essencial que o praticante de tênis obtenha uma preparação adequada acerca do esporte, sendo a técnica o principal cuidado que se faz importante para redução na incidência de lesões.

Categoria: Fisioterapia