

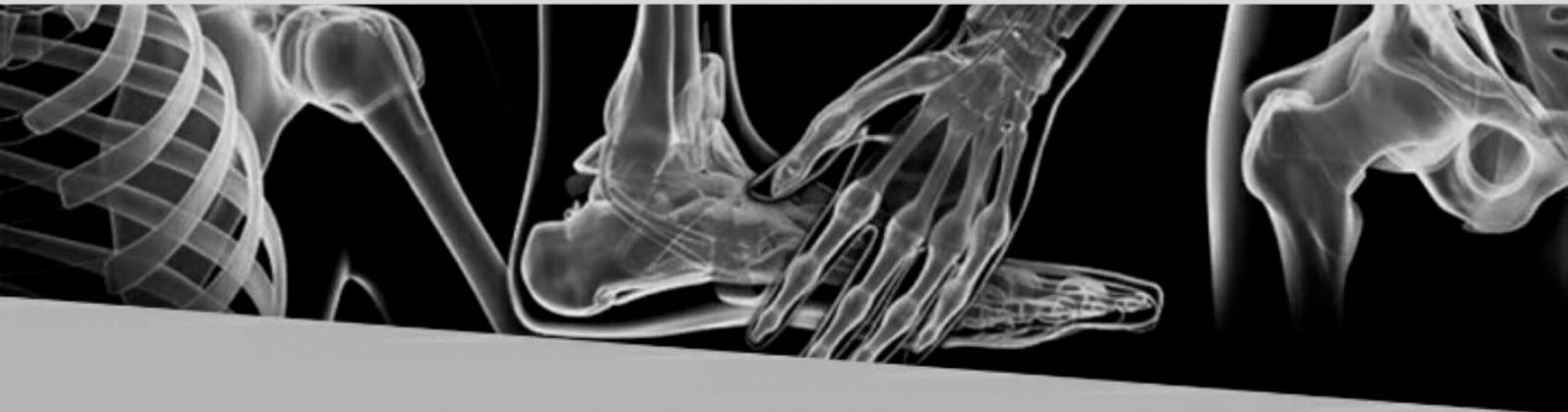
I CONGRESSO INTERNACIONAL ONLINE DE FISIOTERAPIA TRAUMATO-ORTOPÉDICA E ESPORTIVA



ANAIS DO I CONGRESSO INTERNACIONAL ONLINE DE FISIOTERAPIA TRAUMATO- ORTOPÉDICA E ESPORTIVA

APOIO





I CONGRESSO INTERNACIONAL ONLINE DE FISIOTERAPIA TRAUMATO-ORTOPÉDICA E ESPORTIVA



ANAIS DO I CONGRESSO INTERNACIONAL ONLINE DE FISIOTERAPIA TRAUMATO- ORTOPÉDICA E ESPORTIVA

APOIO



Editora Omnis Scientia

**ANAIS DO I CONGRESSO INTERNACIONAL ONLINE DE FISIOTERAPIA
TRAUMATO-ORTOPÉDICA E ESPORTIVA**

Volume 1

1ª Edição

TRIUNFO – PE

2021

COORDENADOR DO EVENTO

Styllon Ferreira Dos Santos

COMISSÃO ORGANIZADORA

Jaqueline Márcia Dos Reis

Thalita Rocha Da Silva

Raissa Sthéfanie Henrique Mattedi

Jean Sousa Almeida

Styllon Ferreira Dos Santos

Ana Clara Antônio Joviano

Daniela Amélia Ferreira

Karoline Amaral Coimbra

Marcos Vinícius Dias Pedro

Franciele Santos Araújo

COMISSAO CIENTÍFICA

Alexandre Wesley Carvalho Barbosa

Katy Andrade Monteiro Zacaron

Matheus Almeida Souza

*Comissão avaliadora para aprovação ou não dos trabalhos.

BANCA EXAMINADORA

Matheus Almeida Souza

Érica Dias Dos Santos

Victória Silva Midlej Ribeiro

Ruthe Emanuelle Araujo Silva

*Banca de arguição

PALESTRANTES

Hygor Siqueira Cirilo

Gustavo Braga

Douglas Martins

Victória Midlej

Vitor Nobi

Diogo Simões

Kleyton Trindade

Leandro Fukusawa

Renan Resende

Lucas Sampaio

Daniel Jerez Mayorga

Rafael Marins Rezende

Matheus Vieira

Alexandre Barbosa

Romena Gonzales

Virgílio Santana



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons – Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional.

O conteúdo abordado nos artigos, seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores.

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)**

C749a Congresso Internacional Online de Fisioterapia Traumatológica e Esportiva (1 : 2020)
Anais do [...] / I Congresso Internacional Online de Fisioterapia Traumatológica e Esportiva, 23-25 abril 2020; organizadores Styllon Ferreira Dos Santos... [et al.]. – Triunfo, PE: Omnis Scientia, 2021.

58 p. : il.

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-88958-42-1

DOI 10.47094/978-65-88958-42-1

1. Fisioterapia – Brasil - Congressos. I. Santos, Styllon Ferreira Dos. II. Reis, Jaqueline Márcia Dos. III. Silva, Thalita Rocha Da. IV. Mattedi, Raissa Sthéfanie Henrique. V. Almeida, Jean Sousa. VI. Joviano, Ana Clara Antônio. VII. Ferreira, Daniela Amélia. VIII. Coimbra, Karoline Amaral. IX. Pedro, Marcos Vinícius Dias. X. Araújo, Franciele Santos. XI. Título.

CDD 615.8

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422

Editora Omnis Scientia

Triunfo – Pernambuco – Brasil

Telefone: +55 (87) 99656-3565

editoraomnisscientia.com.br

contato@editoraomnisscientia.com.br



APRESENTAÇÃO

O I Congresso Internacional Online de Fisioterapia Traumato-ortopédica e Esportiva, promovido pelo Centro Acadêmico de Fisioterapia – UFJF-GV e a Liga Acadêmica de Fisioterapia Ortopédica e Esportiva - UniFTC, realizado nos dias 17, 18 e 19 de abril de 2021, teve como objetivo apresentar aos estudantes e profissionais as mais atuais técnicas baseadas em evidências científicas no âmbito da traumato-ortopédica e esportiva. Contou com diversos palestrantes da área de âmbito nacional e internacional, proporcionando aos congressistas se atualizar e submeter resumos simples, em que aprovado foram publicados pela Editora Omnis Scientia, parceira do evento. Ao final do evento os participantes tiveram certificado de ouvinte com um total de 40 horas, aqueles que foram aprovados e selecionados puderam apresentar seu trabalho no formato apresentação oral, onde os selecionados gravaram um vídeo de sua apresentação, sendo esse apresentado para a banca examinadora no segundo dia do evento, dia 18 de abril, os apresentadores tiveram a oportunidade de defender seu trabalho no processo de arguição, ao total 20 trabalhos foram selecionados para talo apresentação, desses oito trabalhos foram escolhidos para ganhar menção honrosa seguindo os critérios de avaliação da banca, subdividindo em categoria apresentação oral de trabalhos acadêmico e apresentação oral categoria profissional. Todos os trabalhos aprovados, mesmo aqueles não selecionados para apresentação oral, foram publicados pela Editora Omnis Scientia.

Tyllon Ferreira dos Santos

Coordenador do Evento

SUMÁRIO

A IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA NA REABILITAÇÃO DE EPICONDILITE MEDIAL DE COTOVELO EM UMA ATLETA DE CROSSFIT: RELATO DE EXPERIÊNCIA.....	11
A IMPORTÂNCIA DE RECONHECER A ESCOLIOSE NA IDADE ESCOLAR.....	12
TRATAMENTO ATRAVÉS DO EXERCÍCIO PARA ALÍVIO DE DOR E FUNÇÃO EM ATLETAS COM TENDINOPATIA PATELAR: REVISÃO DE LITERATURA.....	13
ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA NA REABILITAÇÃO DE ATLETAS COM INSTABILIDADE CRÔNICA DE TORNOZELO.....	14
ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA NA SÍNDROME DO IMPACTO DO OMBRO: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA	15
ADESÃO E EXPERIÊNCIA AO TELEMONTORAMENTO DE ATLETAS DO CENTRO DE TREINAMENTO ESPORTIVO DA UFMG DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19.....	16
ALTERAÇÕES MUSCULOESQUELÉTICAS DESENCADEADAS PELO TREINO EXACERBADO EM ATLETAS DE ALTO NÍVEL.....	17
ALTERAÇÕES POSTURAIIS EM PRATICANTES DE KARATÊ.....	18
ANÁLISE DA EFICÁCIA DO TRATAMENTO FISIOTERAPEUTICO EM PRATICANTES DE CROSSTRaining OM QUEIXA DE LOMBALGIA CRÔNICA.....	19
ANÁLISE DA PREVALÊNCIA DE ASSIMETRIAS DE FORÇA MUSCULAR EM MEMBROS INFERIORES EM ATLETAS DE FUTEBOL PROFISSIONAL E DA BASE DE UM TIME NÃO ELITE	20
ANÁLISE DE DOR E FUNCIONALIDADE EM INDIVÍDUOS JOVENS COM SÍNDROME DO OMBRO DOLOROSO.....	21
ANÁLISE DE EQUILÍBRIO EM IDOSOS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA E GINÁSTICA SOLO RESIDENTES EM GOVERNADOR VALADARES.....	22
ANÁLISE DE SALTO EM JOGADORES DE FUTEBOL DE BASE E PROFISSIONAIS DE UM TIME DE GOVERNADOR VALADARES – MG.....	23
ASSOCIAÇÃO ENTRE QUEIXAS DE SONO E LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS EM ATLETAS ADOLESCENTES DE ATLETISMO.....	24
ATUAÇÃO DO FISIOTERAPEUTA NA RECUPERAÇÃO E PREVENÇÃO DA DOR LOMBAR EM CICLISTAS	25

ATUAÇÃO RECUPERATIVA DA FISIOTERAPIA NA FASCÍTE PLANTAR DECORRENTE DE ATIVIDADES ESPORTIVAS	26
AVALIAÇÃO DA FORÇA DE PREENSÃO MANUAL EM IDOSAS DE DIFERENTES GRUPOS ETÁRIOS.....	27
AVALIAÇÃO FISIOTERAPEUTICA NA DISCINESIA ESCAPULAR E SEUS DESAFIOS.....	28
BENEFÍCIOS DA FISIOTERAPIA AQUÁTICA PARA PACIENTES COM OSTEOARTRITE: REVISÃO INTEGRATIVA	29
CINESIOTERAPIA COMO TRATAMENTO PARA OSTEOARTRITE DE JOELHO.....	30
CORRELAÇÃO ENTRE NÍVEIS DE DOR E QUANTIDADE DE LESÕES EM CHEERLEADERS PERTENCENTES A EQUIPES DO ESTADO DE MINAS GERAIS.....	31
DESFECHOS CLÍNICOS E FUNCIONAIS EM DIFERENTES TIPOS DE ENXERTOS NA RECONSTRUÇÃO DO LCA: UMA REVISÃO DE LITERATURA.....	32
DIFERENÇAS NOS NÍVEIS DE ASSIMETRIAS DE FORÇA MUSCULAR EM MEMBROS INFERIORES ENTRE MULHERES E HOMENS JOVENS.....	33
EFEITO DO MÉTODO PILATES NA FLEXIBILIDADE DE PACIENTES COM DOR LOMBAR.....	34
EFEITOS DA CINESIOTERAPIA APLICADA NO PÓS-OPERATÓRIO DE LESÃO DE LIGAMENTO CRUZADO ANTERIOR	35
EFEITOS DA TERAPIA EXTRACORPÓREA COM ONDAS DE CHOQUE SOBRE DOR E INCAPACIDADE CERVICAL: REVISÃO SISTEMÁTICA	36
EFICÁCIA DO TRATAMENTO MANIPULATIVO OSTEOPÁTICO EM INDIVÍDUOS COM LOMBALGIA CRÔNICA: REVISÃO DE LITERATURA	37
EPIDEMIOLOGIA DE LESÕES EM JOVENS ATLETAS DE VOLEIBOL.....	38
FATORES ASSOCIADOS ÀS LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS NO ESPORTE: REVISÃO DE LITERATURA	39
IMPORTÂNCIA DO PROGRAMA DE PREVENÇÃO FIFA 11+ E A REDUÇÃO DE LESÕES EM ATLETAS JOGADORES DE FUTEBOL	40
INCIDÊNCIA DE QUEDAS EM IDOSOS FREQUENTADORES DE ESTABELECIMENTOS DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE GOVERNADOR VALADARES – MG.....	41
LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS DE MEMBRO INFERIOR PREVALENTES EM JOGADORES DE FUTEBOL AMERICANO PROFISSIONAL.....	42

MEDO DE CAIR EM IDOSOS ATIVOS E IRREGULARMENTE ATIVOS FREQUENTADORES DE ESTABELECIMENTOS DE SAÚDE	43
MEDO DE CAIR EM IDOSOS DIABÉTICOS E NÃO DIABÉTICOS FREQUENTADORES DE ESTABELECIMENTOS DE SAÚDE.....	44
O PAPEL DA FISIOTERAPIA NA REABILITAÇÃO DE LESÃO MENISCAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA.....	45
O TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO É REALMENTE EFICIENTE PARA LESÃO DE IMPACTO FEMOROACETABULAR?.....	46
FATORES PREDITORES DE LESÕES EM PRATICANTES AMADORES DE CORRIDA DE RUA.....	47
PERCEPÇÃO DE ATLETAS DO CENTRO DE TREINAMENTO ESPORTIVO DA UFMG QUANTO AO TELEMONITORAMENTO FISIOTERAPÊUTICO EM PERÍODO DE ISOLAMENTO SOCIAL.....	48
PERCEPÇÃO DE ATLETAS QUANTO À DEFINIÇÃO, CAUSAS, MANEJO E EDUCAÇÃO SOBRE LESÕES.....	49
PREVALÊNCIA DE ASSIMETRIAS DE FORÇA MUSCULAR EM MEMBROS INFERIORES EM JOVENS UNIVERSITÁRIOS.....	50
PREVALÊNCIA DE LESÕES E PREFERÊNCIAS SOBRE ESTRATÉGIAS PREVENTIVAS EM JOGADORES PROFISSIONAIS DE FUTEBOL.....	51
PRINCIPAIS RECURSOS FISIOTERAPÊUTICOS EMPREGADOS EM PACIENTES COM LOMBALGIA: REVISÃO DE LITERATURA.....	52
PROCESSOS FISIOLÓGICOS DA DOR FANTASMA EM PACIENTES SUBMETIDOS À AMPUTAÇÃO TRANSFEMORAL E SUAS CONSEQUÊNCIAS.....	53
SINTOMAS OSTEOMUSCULARES EM PACIENTES PÓS COVID-19: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.....	54
TRATAMENTO ATRAVÉS DO EXERCÍCIO PARA ALÍVIO DE DOR E FUNÇÃO EM ATLETAS COM TENDINOPATIA PATELAR: REVISÃO DE LITERATURA.....	55
VALIDAÇÃO DE UMA BALANÇA SUSPensa PARA AVALIAÇÃO DE FORÇA ISOMÉTRICA DE EXTENSÃO DE JOELHO.....	56
INCIDÊNCIAS DE LESÕES E PREFERENCIAS SOBRE ESTRATÉGIAS PREVENTIVAS EM JOGADORES DE FUTEBOL PROFISSIONAL.....	57
PRINCIPAIS RECURSOS FISIOTERAPÊUTICOS EMPREGADOS EM PACIENTES COM LOMBALGIA.....	58

A IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA NA REABILITAÇÃO DE EPICONDILITE MEDIAL DE COTOVELO EM UMA ATLETA DE CROSSFIT: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Lucas Barreto da Rocha Silva¹, Isabella Costa Belicha da Silva¹, Paula Luiza Matni dos Santos¹, VitorHugor Gurjão da Costa¹, Alessandra Tavares Farias², George Alberto da Silva Dias³

¹Acadêmico de Fisioterapia. Universidade do Estado do Pará (UEPA), ²Acadêmico de Fisioterapia.

Universidade da Amazônia (UNAMA), ³Docente da Universidade do Estado do Pará (UEPA)

Introdução: Atualmente, o CrossFit é uma das práticas esportivas mais populares no mundo, presente em mais de 140 países. É definido como um estilo de vida que integra nutrição adequada com exercícios físicos, os quais promovem aptidão física por meio de atividades funcionais de levantamento e movimentos ginásticos, bem como atividades aeróbicas realizadas em alta intensidade. Entretanto, essas atividades de alto rendimento, quando realizadas de formas negligentes, facilmente geram lesões, principalmente em articulações como o cotovelo. Dentre as lesões mais comuns, destaca-se a epicondilite medial de cotovelo, que é uma tendinopatia dos músculos que se originam naquela região. **Objetivo:** Observar a realidade de atendimento de uma clínica particular de Fisioterapia Desportiva em Belém/PA, durante o estágio observacional não obrigatório. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo de abordagem qualitativa do tipo relato de experiência, referente a um atendimento fisioterapêutico realizado entre novembro de 2020 e março de 2021. **Resultados:** Dentre as diversas vivências proporcionadas por um estágio, destaca-se o atendimento de uma atleta de CrossFit, diagnosticada com epicondilite medial do cotovelo direito. A paciente F. C. P. de 28 anos, em novembro de 2020, encontrava-se em fase aguda da lesão, apresentando claros sinais de inflamação. Por conta disso, foi orientada a se ausentar das atividades esportivas, com associação do uso de medicamentos anti-inflamatórios e analgésicos. Além disso, o fisioterapeuta em um primeiro momento iniciou o tratamento com recursos eletrotermoterapêuticos. A partir da segunda quinzena de dezembro de 2020, quando a paciente não apresentava mais sinais de inflamação, foi inserida a cinesioterapia ao protocolo de atendimento. Entre janeiro e fevereiro, houve uma boa evolução da paciente, com consequente progressão de carga e incorporação de atividades cotidianas ao protocolo e, aos poucos, restabelecendo suas atividades diárias e treinos. **Conclusão:** Nota-se que a fisioterapia é extremamente necessária para a manutenção e reabilitação do atleta de CrossFit, garantindo a funcionalidade e eficácia do esporte na vida do indivíduo, bem como o comprometimento do paciente com o tratamento, a fim de ter agilidade e aproveitamento máximo no processo.

Palavras-chave: CrossFit, Epicondilite, Fisioterapia.

Área temática: Fisioterapia Esportiva.

A IMPORTÂNCIA DE RECONHECER A ESCOLIOSE NA IDADE ESCOLAR

Graziela Nogueira Eduardo¹, Andreyana Medeiros Nunes¹

Faculdade Santa Maria – FSM¹

Introdução: A coluna vertebral é formada por curvaturas que são naturais e outras que são adquiridos. As naturais podem ser a lordose cervical, cifose torácica, lordose lombar e as adquiridos pode ser exemplificado com a escoliose. Escoliose é uma palavra usada para se referir a uma curvatura lateral e tridimensional de um grupo de vértebras, havendo três tipos de deformação, a deformação frontal, sagital e horizontal. **Objetivos:** Apresentar a importância de reconhecer a escoliose na idade escolar. **Métodos:** Trata-se de uma revisão bibliográfica realizada nos meses de janeiro de 2021 com artigos publicados no período entre 2001 e 2015, na base de dados: Google Acadêmico. Com os descritores: escoliose, crianças e escola, devidamente cadastrados no DeCS (Descritores de Ciências da Saúde), sendo utilizado 5 artigos. Foram encontrados por meio da estratégia de busca, 500 no Google Acadêmico, após a leitura de título foram selecionados 50 artigos, restando após a leitura dos resumos 10 artigos. Posteriormente, esses foram lidos na íntegra e verificou-se que apenas 5 se enquadravam nos propósitos dessa revisão. **Resultados:** Pela razão das atividades escolares influenciarem a posições viciosas e que a infância e a adolescência é o início do crescimento exacerbado do sistema músculo-esquelético, esses fatores podem influenciar o crescimento não harmônico, desencadeando alterações posturais. Reconhecer a escoliose em idade escolar é de suma importância, pois melhorará o seu prognóstico, causará menor morbidade e menores custos no final do tratamento. Além de evitar a continuidade da doença e sugerir tratamento menos invasivo, como o cirúrgico. **Conclusão:** Sendo assim, é necessário acompanhar o crescimento das crianças e adolescentes, usando avaliações posturais frequentes e quando necessário exames complementares, para diagnosticar e controlar precocemente a escoliose e/ou outras alterações.

Palavras-chave: Crianças. Escola. Escoliose.

Área-Temática: Fisioterapia Traumatológica

TRATAMENTO ATRAVÉS DO EXERCÍCIO PARA ALÍVIO DE DOR E FUNÇÃO EM ATLETAS COM TENDINOPATIA PATELAR: REVISÃO DELITERATURA

Francisco Silveira Pires¹, Thiago Ferreira Timoteo²

¹Acadêmico do Curso de Fisioterapia – UNIVERSO/JF; ² Mestre em Educação Física – UFJF e docente da UNIVERSO/JF;³Membro da Liga Acadêmica UNISPORT

Introdução: Entende-se como tendinopatia a lesão por uso excessivo, degenerativa e específica do tendão. Sua etiologia não está bem esclarecida, podendo estar associada à cargas mecânicas ou condições metabólicas. A tendinopatia patelar (TP) tem maior incidência em atletas corredores e saltadores. Caracteriza-se por dor no polo inferior da patela, bem como perda de rendimento na modalidade esportiva. Dentre as opções de manejo ofertadas para a TP, o tratamento conservador por meio da terapia por exercício, através do fortalecimento muscular, tem se mostrado mais eficaz para restabelecer função e o alívio da dor. **Objetivos:** Comparar a eficácia de tratamentos através do exercício de diferentes formas de contração para alívio da dor e função em atletas com tendinopatia patelar. **Metodologia:** A pesquisa caracteriza-se como revisão de literatura. Foi realizada na base de dados Pubmed, busca de artigos publicados entre os anos de 2009 e 2021, norteado pelos descritores *Decs patellar tendinopathy, exercise therapy, pain AND function*. Foram encontrados 17 artigos, sendo incluídos 6 estudos na língua inglesa do tipo ensaios clínicos randomizados que investigassem o efeito do exercício sobre os desfechos: dor e função. Os critérios de exclusão foram artigos de revisão sistemática (com ou sem meta-análise) e artigos que não abordassem o tema. **Resultados/Discussão:** Exercícios de fortalecimento muscular são eficazes no tratamento para tendinopatia patelar. No entanto, não existe um consenso quanto à categoria de contração muscular, bem como dose e intensidade. Não houve diferença entre diferentes tipos de contrações isométricas para o alívio da dor imediata, porém, quando comparado com contrações isotônicas, contrações isométricas se mostrou superior. O exercício quando comparado com tratamento de injeção de corticoide, se mostrou superior a longo prazo independente da forma de contração. **Conclusão:** Dentre as formas de tratamento para tendinopatia patelar, o exercício é o mais eficaz, seguro e duradouro. A resposta ao exercício é variável entre a população, o ideal é estabelecer um protocolo específico guiado pelas fases da tendinopatia conforme a individualidade do atleta para redução de dor e restaurar a função.

Palavras-chave: Tendinopatia patelar; Tendinopatia em atletas; Terapia por exercício.

Área Temática: Fisioterapia Esportiva.

ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA NA REABILITAÇÃO DE ATLETAS COM INSTABILIDADE CRÔNICA DE TORNOZELO

Lenise Ascensão Silva Nunes¹; Emanuel Queiroz de Oliveira²; Daniel Garcia Paixão³; Nicole Adriane Alves de Jesus⁴; Thaís Aparecida Batista dos Santos⁵; Israel Clemeson Moutinho Leite⁶; Sara Farias Oliveira⁷; Gabriela Amorim Barreto⁸.

^{1,4,5,6,7} Universidade do Estado do Pará; ² Instituto Esperança de Ensino Superior; ³ Universidade da Amazônia; ⁸ Mestre em Ensino em Saúde na Amazônia/Universidade do Estado do Pará.

Introdução: A instabilidade crônica pode ser do tipo instabilidade funcional ou mecânica. A mecânica é considerada uma perda de suporte mecânico e a funcional é caracterizada pela sensação subjetiva de uma articulação do tornozelo fraca e dolorida. Assim, a instabilidade crônica incorpora lesões recorrentes em atletas, incluindo instabilidade mecânica ou funcional, e pode levar a uma série de déficits sensório- motores. **Objetivo:** Analisar as abordagens fisioterapêuticas utilizadas na reabilitação de atletas com instabilidade crônica de tornozelo. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão da literatura, mediante consultas nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PEDro, no período de 2010 a 2020. Os descritores (DECS) utilizados foram Fisioterapia, Instabilidade Articular, Articulação do Tornozelo e equivalentes em inglês. Foram escolhidos artigos científicos nos idiomas português e inglês, que abordassem fisioterapia na reabilitação da instabilidade crônica de tornozelo em atletas. Foram excluídos artigos que não fossem ensaios clínicos randomizados e que não estivessem disponíveis gratuitamente. **Resultados:** Foram encontrados 121 artigos, após análise, 04 estudos foram selecionados. No primeiro estudo selecionado, utilizou-se superfícies instáveis lisas e texturizadas para treinamento sensório-motor, o qual não demonstrou diferenças significativas entre os grupos experimental e controle. No segundo estudo participaram 48 atletas, cuja intervenção foi mobilização da articulação talar anterior-posterior de grau IV de Maitland, o qual obteve diferenças significativas após as sessões em relação ao grupo controle. No terceiro estudo, 40 atletas sofreram intervenção única para uma avaliação referente a manipulação da articulação talocrural no desempenho funcional, onde todos os testes apresentaram resultados significativamente melhores em relação ao pré-teste. No quarto estudo, realizou-se manipulação de alta velocidade e baixa amplitude (HLVA) junto aos exercícios resistidos sendo que o grupo de intervenção recebeu HVLA e exercícios resistidos, enquanto o grupo controle recebeu apenas exercícios resistidos, na qual houve melhora em relação ao controle. **Conclusão:** Diante do exposto, a manipulação articular e o exercício resistido se faz de grande importância na reabilitação de atletas com instabilidade crônica de tornozelo garantindo funcionalidade. Ressalta-se a importância da pesquisa científica na área especificada nesse estudo, uma vez que a fisioterapia baseada em evidências garante a criação de protocolos de tratamento eficazes.

Palavras-chave: Fisioterapia. Instabilidade articular. Articulação do Tornozelo.

Área Temática: Fisioterapia Esportiva.

ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA NA SÍNDROME DO IMPACTO DO OMBRO: UMAREVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Sara Farias Oliveira¹, Renata Pessoa Portela²

¹ Acadêmica do curso de Fisioterapia na Universidade do Estado do Pará, ² Docente do Curso de Fisioterapiana Universidade do Estado do Pará.

Introdução: A Síndrome do impacto do ombro (SIO) é uma patologia inflamatória e degenerativa caracterizada pela compressão ou impaction mecânica de algumas estruturas localizadas no espaço umerocoracoacromial. Sua progressão está relacionada ao efeito acumulativo do impacto, que podem gerar microlesões, fibrose da bursa subacromial, tendinite ou até mesmo ruptura do manguito rotador, causando dor consequente limitação funcional e afeta principalmente indivíduos entre 40 e 50 anos. **Objetivo:** Identificara atuação recuperativa da fisioterapia nos casos de síndrome do impacto do ombro. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão da literatura, onde utilizou-se as bases de dados SCIELO, PUBMED e Google Acadêmico, mediante os descritores: Síndrome do impacto, Fisioterapia e seus equivalentes em inglês. Selecionou-se 5 artigos, sendo incluídos trabalhos relacionados a fisioterapia na síndrome do impacto do ombro, publicados entre 2010 e 2018, na língua portuguesa ou inglesa, e excluídos os artigos que não fossem publicados entre 2010 e 2018, que relacionavam a fisioterapia a outras disfunções. **Resultados:** De acordo com a análise dos artigos, a fisioterapia possui importante papel na reabilitação da SIO, diminuindo a dor e estimulando a independência e funcionalidade do indivíduo. Assim, segundo alguns autores, exercícios específicos e outrasterapias, como kinesio taping e acupuntura, são tratamentos ideais para pacientes em estágio inicial da SIO. O fisioterapeuta também podem utilizar de agentes eletrofísicos em adição à terapia por exercício de ganho de amplitude de movimento e fortalecimento muscular, como, aplicação de ultrassom, laser, crioterapia, corrente interferencial e TENS, sendo que o tratamento com corrente interferencial demonstra resultados significativamente melhores. Entretanto o uso da crioterapia ainda é incerto, alguns estudos apontam que sua utilização em casos de degeneração tendinosa pode dificultar o processo cicatricial, devido a diminuição de aporte sanguíneo no local. **Conclusões:** A SIO é uma patologia que leva à limitação funcional, impossibilitando o indivíduo de realizar as atividades laborais devido à dor. Dessa forma a fisioterapia dispõe de diversos recursos e técnicas para alívio do quadro algico e controle da inflamação, contribuindo diretamente na melhora da qualidade de vida.

Palavras-chave: Fisioterapia. Síndrome do impacto do ombro. Reabilitação.

Área Temática: Fisioterapia Traumato-ortopédica

ADESÃO E EXPERIÊNCIA AO TELEMONITORAMENTO DE ATLETAS DO CENTRO DE TREINAMENTO ESPORTIVO DA UFMG DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19

Vitória Regina Pereira Diniz Pinto¹, Larissa SP Pinheiro², Samuel Silvat, Vitor A Kersul⁴, Sérgio Fonseca⁵, Renan A Resende⁶, Juliana Ocarino⁷

Centro de Treinamento Esportivo da UFMG, Universidade Federal de Minas Gerais¹²³⁴⁵⁶⁷

INTRODUÇÃO: Com as medidas de distanciamento social durante a pandemia do Covid-19 as atividades presenciais com os atletas do CTE-UFMG passaram a ser realizadas através do telemonitoramento¹. **OBJETIVO:** O objetivo do presente trabalho foi avaliar a adesão e experiência dos atletas do CTE-UFMG aos exercícios recomendados pela equipe esportiva, composta por preparadores físicos e fisioterapeutas, durante o regime de isolamento social na pandemia de Covid-19. **MÉTODOS:** Dentro do período de dois meses foi disponibilizado um questionário *online* para que os atletas respondessem quanto ao acompanhamento remoto dos treinos e da reabilitação. **RESULTADOS:** Ao todo 208 atletas responderam ao questionário, distribuídos dentre as modalidades esportivas de Natação, Atletismo, Judô, Taekwondo, Nado Sincronizado, Triathlon, Parahalterofilismo e Paranasatação; a maioria dos respondentes foi do sexo masculino (55,8%) com média de idade de 16,9 (Desvio Padrão: 5,7 anos), . Dos atletas que foram orientados a fazer exercícios em casa (97,6%), a maior parte foi solicitada a realizar esses exercícios de 4 a 6 dias por semana (53,2%) e de forma contínua (87%). Quanto à adesão, a maioria dos atletas informou realizar todos os exercícios (57,7%), de acordo com a frequência recomendada (54,3%) e durante a sua rotina diária (62,5%). Quanto à experiência, 60,1% dos atletas relataram não ter dificuldade para realizar os exercícios, mesmo devido à falta de equipamentos em casa, 38,9% concordaram totalmente que sentiam autoconfiança para realizar os exercícios e 62,5% afirmaram que não tiveram dor ou sintoma durante a prática dos exercícios. Dos atletas que participaram da tele-reabilitação, 80% seguiram as orientações do setor de fisioterapia com 89,4% apresentando melhora da queixa apresentada. **CONCLUSÃO:** É possível concluir que houve uma alta adesão aos exercícios propostos pela equipe multidisciplinar por parte dos atletas que responderam ao questionário e foi relatada uma boa experiência quanto ao telemonitoramento, podendo o estudo servir de base para uma possível continuidade deste trabalho caso necessário perante a extensão do período de isolamento.

Palavras-chave: Telemonitoramento. Atletas. Infecções por Coronavírus.

Financiamento: Ministério da Cidadania - Secretaria Especial do Esporte.

Área temática: Fisioterapia esportiva

ALTERAÇÕES MUSCULOESQUELÉTICAS DESENCADEADAS PELO TREINO EXACERBADO EM ATLETAS DE ALTO NÍVEL

Miriam Eloana Lopes Bacelar¹, Israel Clemeson Moutinho Leite², Sara Farias Oliveira³, José Alexandre da Silva Júnior⁴

^{1,2,3}Acadêmicos de Fisioterapia/Universidade do Estado do Pará; ⁴Professor da Universidade do Estado do Pará.

Introdução: O esporte competitivo de alto nível é marcado pela sobrecarga de treinos e competições que exigem a melhor performance do atleta, sendo comum excederem os limites de suas capacidades físicas. Dessa forma, o esporte cria demandas específicas sobre as estruturas musculoesqueléticas mais requisitadas pela modalidade praticada, podendo provocar lesões agudas, como entorse de tornozelo e agravos no complexo de ombro. Portanto, as chances de atletas com alto nível de jogo não serem acometidos por alguma lesão são mínimas. **Objetivo:** Verificar as alterações musculoesqueléticas desencadeadas pelo treino exacerbado em atletas de alto nível. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão da literatura, onde utilizou-se a base de dados Google Acadêmico, mediante os descritores: Fisioterapia, Lesões em atletas, Dor musculoesquelética e equivalentes em inglês. Foram incluídos artigos publicados entre 2014 e 2020, que abordavam as alterações musculoesqueléticas devido aos treinos e esportes de alto nível, na língua portuguesa ou inglesa; e excluído os artigos que não relacionavam as alterações musculoesqueléticas com os esportes e treinos de alto nível. **Resultados:** Foram encontrados 314 artigos, dentre os quais selecionou-se 8 para o estudo. Deste modo, a partir da análise dos artigos, verificou-se que os riscos de lesões em atletas das elites que trabalham com alto rendimento são os mais elevados dentro do esporte. As alterações musculoesqueléticas associadas à prática desportiva podem ser de origem traumática, resultantes de treino intenso e prolongado ou da sobrecarga do sistema musculoesquelético, que é a principal causa de lesões em atletas jovens. Observou-se que os únicos fatores predisponentes às lesões foram flexibilidade, amplitude articular, frequência cardíaca de repouso e velocidade executada durante o treino. O excesso de esforço além do limite do corpo pode acarretar em lesão musculoesquelética, o que faz gerar incapacidade, comprometendo a funcionalidade. **Conclusão:** Verificou-se que o treinamento excessivo e a sobrecarga musculoesquelética são consequências de treinos de alto nível que podem resultar em lesões ou incapacidade, sendo necessária maior atenção aos atletas e direcionamento/acompanhamento por uma equipe multiprofissional, incluindo o fisioterapeuta.

Palavras-chave: Fisioterapia. Lesões em atletas. Dor musculoesquelética.

Área Temática: Fisioterapia Esportiva.

ALTERAÇÕES POSTURAS EM PRATICANTES DE KARATÊ

Jean Sousa Almeida¹, Virgílio Santana Júnior²

Centro Universitário UniFTC, Coordenação de fisioterapia

Resumo: O karatê é uma arte marcial desenvolvida para ser um meio de autodefesa, mas com o avanço da sociedade, se tornou um esporte e um instrumento de desenvolvimento pessoal. O karatê se configura como esporte de alto rendimento e foi aceito pelo Comitê Olímpico Internacional (COI) em participar dos Jogos Olímpicos. Nessa lógica, a prática regular de qualquer esporte provoca adaptações, sejam elas musculoesqueléticas, cognitivas e posturais para melhor performance. Desse modo, o objetivo desse estudo foi analisar a postura estática dos praticantes de karatê. A população foi composta de karatecas com mais de 2 anos de prática, idade de 18 a 59 anos, ambos os sexos e foram excluídos indivíduos que praticavam outra modalidade de luta. Para isso, foi aplicado um questionário sociodemográfico o qual pretendia também conhecer a rotina da prática esportiva dos participantes. Para avaliar a postura foi utilizado o Software de avaliação postural (SAPO). Para tal, foi solicitado que os participantes ficassem em pé de costas a uma parede, com distância de 1 metro, de braços ao lado do corpo e usassem roupas de banho para deixar a mostra algumas regiões corporais. Essas foram marcadas com bolas de isopor (25mm) nos pontos indicados pelo protocolo do SAPO e a partir disso, foram tiradas fotografias nos perfis anterior, posterior e laterais. Os dados gerados pelo SAPO foram analisados pelo programa Microsoft Excel 2019®. A amostra foi composta por 7 indivíduos, sendo que 71,4% são homens, faixa etária média de $23 \pm 13,4$ anos, tempo médio de prática de $14 \pm 12,5$ anos e 28,6% dos participantes praticavam outros esportes, como o futsal, o ciclismo e amusculação. Todos os participantes tiveram alterações que incluíam: cabeça inclinada a direita (85,7%, \bar{x} : $1,6 \pm 4,0$) e anteriorizada (100%, \bar{x} : $49,4 \pm 6,8$), escapula esquerda elevada (71,4%, \bar{x} : $14,1 \pm 15,8$), pelve retrovertida (85,7%, \bar{x} : $-11,1 \pm 5,9$), valgismo de joelho esquerdo (100%, \bar{x} : $10,9 \pm 5,1$). Concluiu-se que existem alterações posturais em karatecas como inclinação da cabeça lateralmente e para anterior, desequilíbrio escapular, pelve retrovertida e joelho valgo. Os resultados tem relevância de incentivar um acompanhamento profissional na educação em saúde e promover mais estudos nessa população.

Palavras Chaves: Postura. Alteração postural. Arte Marcial. Karatê.

Financiamento: Sem financiamento.

Número de aprovação do comitê de ética (FAINOR- Faculdade Independente do Nordeste):

3.726.406

ANÁLISE DA EFICÁCIA DO TRATAMENTO FISIOTERAPEUTICO EM PRATICANTES DE CROSSTRaining COM QUEIXA DE LOMBALGIA CRÔNICA

Nicole Adriane Alves de Jesus¹; Yana Bernarde Sá²; Emanuel Queiroz de Oliveira³; Geovane de Miranda Matos⁴; Lorena Maria Souza da Silva⁵; Juliana Nascimento da Silva⁶; Pedro Ítalo Almeida de Sousa⁷; Gabriela Amorim Barreto⁸.

^{1,2}Acadêmicas de Fisioterapia/Universidade do Estado do Pará; ³Acadêmico de Fisioterapia/Instituto Esperança de Ensino Superior; ^{4,5,6,7}Acadêmicos de Fisioterapia/Universidade do Estado do Pará; ⁸Mestrem Ensino em Saúde na Amazônia/Universidade do Estado do Pará.

Introdução: A lombalgia crônica é definida anatomicamente como uma dor presente desde o último arco costal até a prega glútea, persistente por mais de 12 semanas e frequentemente não decorre de doenças específicas. O Crosstraining se apresenta como um método de treinamento físico que tem o objetivo de promover aptidão física. A fisioterapia com suas variadas técnicas é imprescindível no processo de reabilitação de tal disfunção ocasionada pela prática do Crosstraining. **Objetivo:** Analisar a eficácia do tratamento fisioterápico em praticantes de Crosstraining com queixa de lombalgia crônica. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão da literatura mediante consulta na base de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), no período de 2016 a 2020. Escolhidos artigos científicos nos idiomas em português e inglês, que relacionassem as abordagens fisioterapêuticas no tratamento da lombalgia. Sendo selecionadas as palavras-chaves: Fisioterapia, Lombalgia, Treinamento e equivalentes em inglês. Foram excluídos trabalhos de revisão sistemática e teses, que não abordassem o tema e não estivessem disponíveis gratuitamente. **Resultados:** No estudo analisado, foi feito um ensaio clínico composto por praticantes de Crosstraining, de ambos os sexos e com idade entre 18 e 40 anos, que apresentavam lombalgia tendo objetivo comparar a melhora da dor em indivíduos que fizeram tratamento de quiropraxia em relação a algum outro tratamento terapêutico como a fisioterapia. Em relação a dor durante pré e pós treinamento houve uma redução significativa no grupo que fez quiropraxia em relação ao grupo controle. Além disso, ocorreu um aumento nas amplitudes do movimento articular na flexão e extensão da coluna lombar. Ao final do estudo, percebeu-se que as manipulações articulares têm um rápido efeito fisiológico no corpo, promovendo analgesia nos locais de ajustes, além da melhora da mobilidade articular - no movimento dos planos anatômicos - servindo assim para eliminar o componente cinesiopatológico do complexo de subluxação vertebral. **Conclusão:** Com base na pesquisa apresentada, evidenciou-se que tratamentos fisioterapêuticos em praticantes de Crosstraining com lombalgia crônica tem efeitos positivos no aumento na amplitude dos movimentos e extensão da coluna. Também promovendo redução significativa de dor lombar. Portanto, comprova a importância do uso de técnicas fisioterapêuticas para lombalgia crônica.

Palavras-chave: Fisioterapia. Lombalgia. Treinamento.

Área temática: Fisioterapia Esportiva.

ANÁLISE DA PREVALÊNCIA DE ASSIMETRIAS DE FORÇA MUSCULAR EM MEMBROS INFERIORES EM ATLETAS DE FUTEBOL PROFISSIONAL E DA BASE DE UM TIME NÃO ELITE

Gabriela Lima Berçan¹, Isadora Grossi Amaral¹, Igor Sérgio Oliveira Souza¹, Isabella Christina Ferreira¹, Matheus Almeida Souza¹, Alexandre Wesley Carvalho Barbosa¹

¹Universidade Federal de Juiz de Fora - *Campus* Avançado Governador Valadares

Introdução: O futebol é uma das modalidades esportivas mais populares do mundo. Jogadores desse esporte constantemente estão expostos a riscos de lesão, principalmente devido aos desequilíbrios na força muscular entre isquiotibiais e quadríceps. Avaliações da força muscular podem permitir identificar se existe aumento para o risco de lesão em atletas. **Objetivo:** Avaliar variáveis de força muscular isométrica nos músculos isquiotibiais e quadríceps e analisar a prevalência de assimetrias intra membro e entre membros em atletas de futebol. **Metodologia:** Estudo quantitativo transversal, com amostra de conveniência composta por 58 atletas de futebol que foram divididos em 2 grupos: (1) não-elite profissional e (2) não-elite base. Foram coletados dados antropométricos e avaliou-se a força muscular isométrica de isquiotibiais e quadríceps com a utilização da Balança Suspensa. A relação I/Q <0,60 foi usada para indicar se existe aumento no risco de lesão em membros inferiores. A análise estatística para comparação entre grupos foi feita com o Teste de Mann-Whitney. **Resultados:** A mediana de idade da amostra foi de 23 e 17 anos, peso 74 e 62 Kg, altura 1,76 e 1,74m e Índice de Massa Corporal 23,89 e 20,76 Kg/m², respectivamente para os grupos 1 e 2. Foi observada uma alta prevalência de assimetrias musculares tanto no Grupo 1 que apresentou 86% no membro inferior direito (MID) e 83% no membro inferior esquerdo (MIE), e no Grupo 2 que apresentou 76% no MID e 62% no MIE. Ao comparar os dois grupos, não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas para as variáveis de força de quadríceps, força de isquiotibiais e na relação I/Q. **Conclusão:** Os dois grupos avaliados apresentaram elevado nível de assimetrias na força muscular dos membros inferiores e conseqüentemente mostraram um significativo aumento para risco de lesão dos isquiotibiais, porém não foi observada diferença significativa quando comparados os dois grupos.

Palavras-chave: Futebol. Lesão. Força muscular.

Área temática: Fisioterapia Esportiva

ANÁLISE DE DOR E FUNCIONALIDADE EM INDIVÍDUOS JOVENS COM SÍNDROME DO OMBRO DOLOROSO

Maria de Cássia Gomes Souza Macedo¹, Kariny Realino do Rosário Ferreira¹, Isabella Christina Ferreira¹, Matheus Almeida Souza¹, Jefferson James dos Santos¹, Alexandre Wesley Carvalho Barbosa¹

¹Universidade Federal de Juiz de Fora - *Campus* Avançado Governador Valadares

Introdução: A articulação do ombro é uma das que apresenta maior complexidade de movimentos no corpohumano, sendo de grande importância principalmente para atividades que requerem capacidades relacionadas aos membros superiores. O ombro pode estar suscetível a lesões e presença de dor, sendo bastante prevalente a síndrome do ombro doloroso (SOD). Visto isso, é de extrema importância que indivíduos com SOD sejam avaliados de maneira assertiva, por meio da anamnese, avaliação física e aplicação de questionários, permitindo maior conhecimento da causa relacionada à dor presente nestes pacientes. **Objetivos:** Analisar dor e funcionalidade em jovens com SOD. **Metodologia:** Foram recrutados via chamada por redes sociais e chamada pública, indivíduos que apresentavam dor na região do complexo do ombro, foram incluídos jovens com ombro doloroso e foram excluídos quem apresentasse lesão recente ou que já foram submetidos a cirurgias na região do ombro. Inicialmente coletou-se informações básicas, medidas antropométricas, seguido de avaliação específica do ombro, sendo questionado sobre dor no ombro (se apresentava e em qual lado), teste de discinesia escapular (DE) e aplicação do SPADI-Brasil (domínio incapacidade e domínio dor), os resultados do SPADI-Brasil variam de 0-100%, onde maiores pontuações significam piores resultados. Os dados foram obtidos em média, desvio padrão e frequência. CEP/UFJF CAAE N° 68457617.6.000.5147. **Resultados:** Foram avaliados 29 indivíduos com média de idade de 24,07±7,87 anos, peso 65,88±11,65 Kg e altura 1,69±0,08 m. Em relação à avaliação específica da região do complexo do ombro, 48,27% da amostra apresentou como ombro doloroso o direito, 31,03% ombro esquerdo e 20,69% ambos. Para o membro superior dominante, apenas 1 indivíduo relatou dominância à esquerda e apenas 2 indivíduos não tiveram DE. As médias dos resultados da escala de incapacidade e dor foram respectivamente 14,31±16,41% e 33,97±35,72%. **Conclusão:** Pode-se perceber que, os indivíduos jovens com SOD avaliados apresentaram baixos níveis de incapacidade do ombro e níveis baixos a moderados de dor. São necessários estudos que analisem mais especificamente a funcionalidade desta região, com maiores amostras e com mais grupos que permitam subdividir pessoas com SOD por nível de dor e incapacidade para que sejam feitas análises mais precisas.

Palavras-chaves: Ombro doloroso. Funcionalidade. Dor.

Área Temática: Fisioterapia Traumato-ortopédica.

ANÁLISE DE EQUILÍBRIO EM IDOSOS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA E GINÁSTICA SOLO RESIDENTES EM GOVERNADOR VALADARES

Aline Ferreira Miranda Machado¹, Maria de Cássia Gomes Souza¹, Kariny Realino do Rosário Ferreira¹, Matheus Almeida Souza¹, Ilha Gonçalves Fernandes¹, Alexandre Wesley Carvalho Barbosa¹

¹Universidade Federal de Juiz de Fora- Campus Avançado Governador Valadares

Introdução: O envelhecimento é um conjunto de mudanças naturais de um indivíduo ao longo da vida. O equilíbrio é definido como manutenção da posição corporal e exige a interação de diversos sistemas corporais, controlando o centro de gravidade dentro da base de suporte, sendo realizado pelo sistema de controle postural. A capacidade do sistema de controle postural nos idosos pode estar diminuída acarretando em desequilíbrios, oscilações e quedas, portanto é necessária uma avaliação completa do equilíbrio. **Objetivo:** Analisar e comparar o equilíbrio estático monopodal em idosos praticantes de hidroginástica e ginástica solo. **Metodologia:** Estudo transversal com amostra composta de 36 idosos divididos em praticantes de hidroginástica e ginástica solo, pareados por idade e sexo. Foram incluídos idosos com idade ≥ 60 anos, praticantes de hidroginástica ou ginástica solo a pelo menos 1 ano e excluídos aqueles com doenças graves, lesões recentes e que apresentem resultado no Mini Mental menor que 21. Foi aplicado uma anamnese, contendo informações básicas e medidas antropométricas, além de questionários como Mini-Mental, IPAQ e FES-I-BRASIL, histórico medicamentoso e de quedas. Para a análise de equilíbrio foi utilizado a plataforma de força BTracks, sendo um teste de familiarização e um teste em apoio monopodal sobre o membro dominante. Foi utilizado o teste Mann Whitney para comparação entre grupos pelo software Jamovi 1.2. CEP/UFJF CAAE Nº 63775316.1.0000.5147. **Resultados:** A amostra foi composta por 36 idosos (18 praticantes de hidroginástica e 18 praticantes de exercício solo). A mediana da idade geral foi de 72 anos, de peso foi de 66,35 Kg, altura 1,56 m, IMC 26,1 Kg/m² e medo de cair foi de 18. Nesse estudo houve uma maior presença de mulheres, correspondendo a 83% de toda a amostra e foi observado frequência relativamente pequena de idosos com histórico de quedas no último ano (16,66%) e presença de Diabetes Mellitus (8,33%). Ao realizar análise entre grupos, foi observado diferença significativa apenas no deslocamento em sentido anteroposterior (RMS-AP), as demais variáveis não apresentaram diferenças significativas. **Conclusão:** Idosos praticantes de hidroginástica e ginástica solo apresentam diferença significativa no equilíbrio apenas para o RMS-AP, salientando os benefícios da prática de atividade física.

Palavras-chave: Idosos, Equilíbrio Postural, Exercício Físico.

Área Temática: Fisioterapia Traumato-Ortopédica

ANÁLISE DE SALTO EM JOGADORES DE FUTEBOL DE BASE E PROFISSIONAIS DE UM TIME DE GOVERNADOR VALADARES – MG

Igor Sérgio Oliveira Souza ¹, Isadora Grossi Amaral¹, Gabriela Lima Berçan¹, Isabella Christina Ferreira¹, Matheus Almeida Souza¹, Alexandre Carvalho Barbosa¹

Universidade Federal de Juiz de Fora *Campus* Avançado Governador Valadares

Introdução: O futebol é um esporte conhecido mundialmente, sendo necessário o domínio de habilidades como potência e salto para que o atleta chegue em seu melhor desempenho e rendimento em campo. Esse esporte possui divisões englobando as categorias de base, cujo objetivo é a formação de futuros atletas profissionais sendo dividido de acordo com as idades, e jogadores profissionais que são contratados pelos clubes cuja prática é sua principal função. Avaliações de potência muscular envolvendo saltos, é um ótimo método para aferir esta capacidade física do atleta, e assim, poder fazer trabalhos em prol do melhor rendimento em campo. **Objetivo:** Analisar variáveis de salto entre jogadores de futebol das categorias base e profissional de um time de Governador Valadares – MG. **Metodologia:** Estudo quantitativo transversal, com amostra composta por 52 atletas de futebol que foram divididos em 2 grupos: (1) atletas da base (n=23) e (2) atletas profissionais (n=29). Coletou-se dados antropométricos dos voluntários e posteriormente foi feita avaliação de salto com aparelho *G-sensor*, o voluntário foi instruído a realizar dois tipos de saltos, *Counter Movement Jump* (CMJ) e o *Squat Jump* (SJ), 3 saltos para cada tipo. A análise estatística para comparação entre os grupos foi feita através do teste - t independente. Projeto aprovado pelo CEP/UFJF CAAE Nº 25180919.2.0000.5147. **Resultados:** Média de peso foi de 62,9±6,3 e 74,4±7,5 Kg, altura 175,04±5,9 e 176,31±4,79 cm, Índice de Massa Corporal 20,5±1,6 e 23,9±2,07 Kg/m², respectivamente para os grupos 1 e 2. Comparando os dois grupos, observou-se diferenças estatisticamente significativas para variáveis altura de voo e altura do centro de massa (COM) (cm) nos saltos CMJ e SJ e no tempo de voo (seg) no salto SJ, sendo melhores valores encontrados no grupo com atletas profissionais (2). **Conclusão:** Pode-se perceber que, jogadores de futebol profissionais apresentam melhores resultados nas variáveis altura de voo, altura do COM e tempo de voo, tendo melhor desempenho e qualidade de salto quando comparado com os jogadores de base. Portanto, é interessante para os clubes focar em treinos mais assertivos e que priorizem ganhos de potência muscular em seus atletas de base.

Palavras-chave: Salto. Futebol. Desempenho.

Área temática: Fisioterapia Esportiva

ASSOCIAÇÃO ENTRE QUEIXAS DE SONO E LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS EM ATLETAS ADOLESCENTES DE ATLETISMO

Samuel Silva¹, Marina C. Pinto², Fernanda Viegas³, Luísa S. N. Freitas⁴, Rafael H. C. Pereira⁵, Marco T. de Mello⁶, Andressa Silva⁷

Departamento de Esportes/ Universidade Federal de Minas Gerais¹²³⁴⁵⁶⁷

Introdução: o sono é essencial para a recuperação muscular e manutenção das funções cognitivas¹. Devido a fatores contextuais e psicológicos, atletas de alto rendimento tendem a ter baixa qualidade de sono², e adolescentes parecem estar mais expostos a condições prejudiciais ao sono³. **Objetivos:** identificar se há relação entre queixas de sono e lesões musculoesqueléticas prévias em atletas adolescentes de atletismo, caracterizar estas queixas e investigar possíveis associações entre as queixas e idade. **Metodologia:** este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Minas Gerais sobre o número 64492016.8.0000.5149. Participaram 30 atletas de atletismo com idade média de 16,5 anos, que responderam uma versão adaptada do Questionário de Queixas de Sono desenvolvido por Hirotsu e colaboradores⁴, englobando 13 possíveis queixas. Os dados de lesões foram obtidos através dos prontuários do Departamento de Fisioterapia do Centro de Treinamento Esportivo da UFMG, considerando os últimos 6 meses. O coeficiente de correlação de Spearman foi utilizado para identificar associações entre as variáveis e o nível de significância utilizado foi de $p < 0,05$. **Resultados:** foram encontradas associações entre “frequência de sono insuficiente” e “recorrência de lesões” ($r=0,678$; $p=0,028$); “frequência em que chuta as pernas durante a noite” e “ocorrência de lesões” ($r=0,736$; $p=0,010$); “sonambulismo” e “severidade das lesões” ($r=0,577$; $p=0,006$); “frequência de sonambulismo” e “ocorrência de lesões” ($r=1,000$; $p=0,010$); “frequência de queixas respiratórias” e “recorrência de lesões” ($r=0,889$; $p=0,044$). A queixa de sono mais prevalente foi “movimentar dormindo” (60%). A média de tempo total de sono foi de 07h37min \pm 01h05min. A idade correlacionou positivamente com “frequência de sono insuficiente” ($r=0,555$; $p=0,032$), “frequência de sonambulismo” ($r=1,000$; $p=0,010$), e negativamente com “queixas respiratórias” ($r=-0,382$; $p=0,037$). **Conclusão:** queixas de sono como “sono insuficiente”, “sonambulismo”, “chutar as pernas durante a noite” e “queixas respiratórias” tiveram forte associação com as variáveis de lesão. A queixa mais prevalente foi “movimentar dormindo”. O tempo total de sono estava abaixo do recomendado para adolescentes. A idade também se relacionou com algumas queixas. A promoção de estratégias de higiene do sono e o debate sobre o horário de início das aulas na adolescência, devem ser encorajados.

Palavras-chave: Sono. Lesões. Atletas.

Financiamento: FAPEMIG, CAPES e CNPq.

Área Temática: Fisioterapia Esportiva.

ATUAÇÃO DO FISIOTERAPEUTA NA RECUPERAÇÃO E PREVENÇÃO DA DOR LOMBAREM CICLISTAS

Sara Farias Oliveira¹, José Alexandre da Silva Júnior²

¹Acadêmica do curso de Fisioterapia na Universidade do Estado do Pará;

²Docente do Curso de Fisioterapia na Universidade do Estado do Pará.

Introdução: Nos últimos anos houve um aumento expressivo no número de adeptos da utilização da bicicletana prática esportiva, no lazer, para o treinamento físico ou como meio de transporte. No entanto, quando utilizada de forma inadequada, pode desenvolver condições musculoesqueléticas, como a lombalgia. Desse modo, o fisioterapeuta tem importante papel na prevenção e recuperação desses casos. **Objetivo:** Verificar a atuação do fisioterapeuta na prevenção e recuperação da dor lombar em ciclistas. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão da literatura, onde utilizou-se as bases de dados SCIELO e Google Acadêmico, mediante os descritores: Dor lombar, Fisioterapia, Ciclismo e seus equivalentes em inglês. Foram incluídos trabalhos relacionados a fisioterapia na prevenção de dor lombar em ciclistas, publicados entre 2011 e 2020 na língua portuguesa ou inglesa, e excluídos os artigos que relacionavam a fisioterapia a outras disfunções e publicados em outros idiomas. **Resultados:** Foram encontrados 35 artigos, dos quais selecionou-se 5 para compor o estudo. Dessa forma, a partir da análise dos trabalhos, observou-se que a falta de ajuste ou ajuste inadequado de componentes da bicicleta, principalmente o selim, fraqueza da musculatura lombo-pélvica, flexão de tronco excessiva e desvios posturais, destacam-se como as principais causas da lombalgia em ciclistas. Assim, segundo alguns autores, para minimizar a dor lombar, o fisioterapeuta dispõe de diversas técnicas, como acupuntura, hidroterapia, eletroterapia e exercícios terapêuticos, especialmente os exercícios de estabilização segmentar que promovem a contração do músculo transverso do abdômen e multífidos, pois apresentam resultados significativamente melhores na redução de dor e incapacidade. Além disso, os métodos de Reeducação Postural Global são indicados para a correção dos desvios posturais, evitando desequilíbrios musculoesqueléticos e consequente sobrecarga na coluna lombar. Evidenciou-se também que o ajuste adequado do ângulo do selim contribui em 72% para a diminuição da incidência de lombalgia, melhorando o conforto e desempenho do ciclista sobre a bicicleta. **Conclusões:** Constatou-se que a fisioterapia por meio de orientações, técnicas e recursos terapêuticos auxilia na redução da dor lombar, melhora da capacidade funcional e da qualidade de vida, tornando a prática do ciclismo ainda mais satisfatória.

Palavras-chaves: Dor lombar. Fisioterapia. Ciclismo

Área temática: Fisioterapia Esportiva

ATUAÇÃO RECUPERATIVA DA FISIOTERAPIA NA FASCÍTE PLANTAR DECORRENTE DE ATIVIDADES ESPORTIVAS

Israel Clemeson Moutinho Leite¹; Sara Farias Oliveira²; Yaritsa Gabrielly da Silva Campos³
Yana Bernarde Sá⁴; Juliana Nascimento da Silva⁵; Tháís Aparecida Batista dos Campos⁶; José
Alexandreda Silva Júnior⁷.

¹Acadêmico de Fisioterapia/Universidade do Estado do Pará; ^{2,3,4,5,6}Acadêmicas de Fisioterapia/Universidade do Estado do Pará; ⁷Fisioterapeuta. Me. em Engenharia Biomédica/ Docente na Universidade do Estado do Pará

Introdução: A fascite plantar é caracterizada por uma afecção degenerativa da aponeurose plantar proximal, sendo a tuberosidade medial do calcâneo o local mais acometido. Ocorre frequentemente em atletas, principalmente corredores. Caracterizada por dor, de início insidiosa, causada por avulsão traumática da fásia. Assim, o tratamento conservador deve ser direcionado para reduzir o processo inflamatório, sendo indispensável a atuação fisioterapêutica em um programa domiciliar. **Objetivo:** Identificar a atuação recuperativa da fisioterapia na fascíte plantar decorrente de atividades esportivas. **Métodos:** Trata-se de uma revisão da literatura, onde utilizou-se as bases de dados SCIELO e PUBMED, bem como a Revista Brasileira de Ortopedia, mediante os descritores: Fisioterapia, Fascíte Plantar, Atividade Física, e seus equivalentes em inglês. Selecionou-se 4 artigos, sendo incluídos os trabalhos relacionados a fisioterapia na fascíte plantar, publicados entre 2013 a 2020, na língua portuguesa ou inglesa, e excluídos os artigos que não correspondiam aos critérios de exclusão. **Resultados:** Verificou-se concordância entre os autores de que o tratamento conservador é suficiente para aliviar os sintomas, evitando cirurgias, exceto quando os métodos tradicionais falham. O tratamento conservador deve incluir um programa domiciliar com exercícios para alongamento e contração excêntrica do tendão de Aquiles, feitos simultaneamente a exercícios para alongar a fásia plantar. Ressalta-se a importância da diminuição no nível de atividade física durante o período do tratamento conservador, já que durante a fase de apoio da marcha ocorre compressão na planta dos pés e uma força de tração é gerada ao longo da fásia, que durante a caminhada é submetida a repetitivas forças de tração. Assim, a Terapia de Onda de Choque (TOC) foi o recurso terapêutico mais citado, sendo usado para evitar procedimentos invasivos, possuindo índice de até 81% de sucesso na eliminação da dor e quando comparada a cirurgias ou outras técnicas convencionais, demonstrou um tempo de recuperação menor, além de que promove a cicatrização do tecido inflamado. **Conclusão:** Evidenciou-se que a fisioterapia se destaca no tratamento da fascíte plantar evitando cirurgias, pois seus métodos quando aplicados de maneira correta, como o TOC, reduzem o quadro patológico e contribuem diretamente na melhora da qualidade de vida de esportistas.

Palavras-chave: Fisioterapia. Fascíte plantar. Atividade Física.

Área temática: Fisioterapia Esportiva.

AVALIAÇÃO DA FORÇA DE PREENSÃO MANUAL EM IDOSAS DE DIFERENTES GRUPOS ETÁRIOS

Maria Eduarda Passos Silva¹, Yasmin Cristina Oliveira¹, Bruna Macmillan Fernandes Gomes¹, Matheus Almeida Souza¹, Ilha Gonçalves Fernandes¹, Alexandre Wesley Carvalho Barbosa¹

¹Universidade Federal de Juiz de Fora *Campus* Avançado Governador Valadares

Introdução: A sarcopenia é um processo fisiológico do envelhecimento caracterizado pela perda de massa muscular. O dinamômetro é um instrumento que pode ser utilizado para mensurar a força de preensão manual, com isso, a avaliação do estado muscular de idosos pode contribuir para prever indivíduos que possam apresentar potencial risco em condições futuras. **Objetivos:** Comparar a força de preensão manual de idosos de diferentes grupos etários. **Metodologia:** O estudo foi realizado na Casa Unimed e participaram 64 idosas fisicamente ativas, com idade entre 60 e 79 anos, foram excluídos indivíduos diabéticos e do sexo masculino. Foi avaliada a força de preensão manual com um dinamômetro de mão hidráulico, nos membros superiores direito e esquerdo. Posteriormente, os idosos foram divididos em grupos etários de 60-69 anos (G1; n=31) e de 70-79 anos (G2; n=33). A análise entre grupos foi realizada pelo teste t de Student por meio do software Jamovi 1.2. CEP/UFJF CAAE Nº 63775316.1.0000.5147. **Resultados:** A média de idade da amostra foi de 69,40±5,95 anos, peso 65,82±12,75 kg, altura 1,57±0,06 metros, Índice de Massa Corporal (IMC) 26,58±4,65 Kg/m², força de preensão manual direita 23,92±5,49 kg (G1) e 21,95±8,64 kg (G2) e esquerda 22,39±4,41 kg (G1) e 20,03±3,65 kg (G2). Observou-se que, estatisticamente não houveram diferenças significativas entre os grupos para as variáveis peso (p=0,301) e IMC (p=0,891), mas houve diferença significativa para altura (p=0,031). Ao compararmos a força de preensão manual, percebeu-se que houve menor média de força de preensão manual para ambos os membros no G2 (70-79 anos), mas foi apresentado diferença significativa entre os grupos apenas à esquerda (p=0,016). **Conclusão:** Idosas mais velhas, apresentaram redução de força de preensão manual em ambos os membros, porém significativamente apenas no esquerdo, ou seja, idosas de 70-79 anos tendem a diminuir a força de preensão manual esquerda e esse resultado pode estar relacionado ao fato de que a maior parte da população possui o membro direito como dominante. A avaliação de força muscular, se mostra importante para que sejam feitas intervenções em saúde mais assertivas na população idosa, promovendo um envelhecimento mais saudável e com melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: Idoso. Grupos Etários. Força da mão.

Área Temática: Fisioterapia Traumato-ortopédica

AVALIAÇÃO FISIOTERAPEUTICA NA DISCINESIA ESCAPULAR E SEUS DESAFIOS

Israel Clemeson Moutinho Leite¹; Sara Farias Oliveira²; Juliana Nascimento da Silva³; Yana Bernarde Sá⁴; Yaritsa Gabrielly da Silva Campos⁵; Miriam Eloana Lopes Bacelar⁶; Lorena MariaSouza da Silva⁷; José Alexandre da Silva Júnior⁸.

¹Acadêmico de Fisioterapia/Universidade do Estado do Pará; ^{2,3,4,5,6,7}Acadêmicas de Fisioterapia/Universidade do Estado do Pará; ⁸Fisioterapeuta. Me. em Engenharia Biomédica/ Docente na Universidade do Estado do Pará

Introdução: A discinesia escapular (DE) pode ser resultado de qualquer desequilíbrio no ritmo escapulotorácico que gerem alteração no posicionamento e mobilidade da escápula em relação à caixa torácica. Essa alteração pode ser desencadeada por vários fatores, dentre estes os fisiológicos, biomecânicos, disfunção ou fraqueza dos estabilizadores escapulares. Diante disso, a avaliação realizada pelo Fisioterapeuta é essencial para o correto diagnóstico e manejo durante o tratamento desta disfunção, podendo ainda haver dificuldades na avaliação da discinesia escapular. **Objetivo:** Analisar a avaliação fisioterapêutica na discinesia escapular e seus desafios. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão da literatura, onde utilizou-se as bases de dados PUBMED e Scielo, mediante os descritores: Fisioterapia, Discinesias e Escápula, e equivalentes em inglês. Selecionou-se 6 artigos, incluindo os trabalhos relacionados a avaliação na discinesia escapular, publicados entre 2015 e 2021, nos idiomas português ou inglês, e excluídos os artigos não correspondentes aos critérios de inclusão. **Resultados:** Após análise dos artigos, verificou-se que a discinesia escapular é altamente prevalente na população assintomática, podendo aumentar em 43% o risco de desenvolver algias no ombro. É considerada causa ou consequência das doenças do ombro e alguns autores afirmaram não ser possível determinar se a DE contribui para o desenvolvimento de dor no ombro ou se surge após quadros dolorosos no ombro, não sendo classificada como uma doença específica, tornando-se um desafio na avaliação diagnóstica fisioterapêutica. Por isso, foram desenvolvidos métodos de mensuração para avaliação escapular, tendo como padrão ouro a avaliação tridimensional, que utiliza um sistema eletromagnético para análise cinemática do movimento e busca identificar alterações na posição e movimento escapulotorácico. Contudo, um dos artigos se referiu a esse método como inviável na prática clínica pelo alto custo e por utilizartécnicas invasivas para mensuração. Ademais, testes de alteração de sintomas como o Teste de Assistência Escapular (SAT) e o Teste de Retração Escapular (SRT), podem ser utilizados para avaliação. **Conclusão:** Em suma, os artigos analisados mostraram que a avaliação do fisioterapeuta na discinesia escapular é uma tarefa difícil, que deve ser feita com cuidado tanto para diagnosticar sua causa através da sintomatologia, quanto ao uso dos próprios métodos de avaliação.

Palavras chave: Fisioterapia. Discinesias. Escápula.

Área Temática: Fisioterapia Traumato-ortopédica.

BENEFÍCIOS DA FISIOTERAPIA AQUÁTICA PARA PACIENTES COM OSTEOARTRITE: REVISÃO INTEGRATIVA

Victor Hugo De Jesus Freire¹; Beatriz Rodrigues De Almeida¹; Rayana Carvalho Barros¹; TerezaCristina dos Reis Ferreira¹.

¹Universidade do Estado do Pará.

Introdução: A osteoartrite é uma doença ainda sem cura e que sofre a influência de diversos fatores e dificulta a realização das funções diárias. Para isso, a prática de exercícios de reabilitação, resistência, alongamento e fortalecimento muscular são utilizados para conter e amenizar a dor do paciente. Ademais, os exercícios aquáticos têm demonstrado-se uma estratégia eficiente no tratamento de pacientes que apresentam osteoartrite de joelho e quadril. **Objetivo:** Identificar os principais benefícios da fisioterapia aquática para pacientes com osteoartrite por meio da prática de exercícios na água. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão integrativa de artigos de intervenção dos últimos 10 anos, em inglês e português e que utilizavam como método de intervenção os exercícios aquáticos. Para isso foram utilizados os descritores “fisioterapia aquática”, “osteoartrite”, “hydrotherapy” e “osteoarthritis” nas bases de dados BVS (6 artigos), Scielo (2 artigos) e PEDro (32 artigos com nota igual ou maior que 7/10). **Resultados:** Após a busca, análise e aplicação dos critérios foram selecionados 8 ensaios clínicos que analisavam diversas variáveis de pacientes com osteoartrite. Os estudos em sua maioria tinham como participantes idosos com osteoartrite de joelho ou quadril, podendo apresentar ambos locais acometidos. Os protocolos foram majoritariamente compostos por aquecimento, exercícios de equilíbrio, alongamento, fortalecimento e relaxamento ou esfriamento, podendo a prática ser realizada com ou sem uso de equipamentos. Foi encontrado que os exercícios em meio aquático promoveram a melhora da capacidade funcional, equilíbrio, marcha, capacidade cardiorespiratória, composição bioquímica da cartilagem e amplitude de movimento. Além disso, foi achado como benefício a diminuição da dor e rigidez articular. Entretanto, não foi encontrado melhora na força muscular. **Conclusões:** Dessa forma, pode-se observar que a prática dos exercícios aquáticos atribui muitos benefícios relacionados à melhora de sintomas e capacidade funcional de pacientes que apresentam osteoartrite.

Palavras-chave: Fisioterapia Aquática. Osteoartrite. Exercícios Aquáticos.

Área temática: Fisioterapia Traumato-Ortopédica.

CINESIOTERAPIA COMO TRATAMENTO PARA OSTEOARTRITE DE JOELHO

Geovane de Miranda Matos¹; Gabriela Figueiredo de Oliveira², Rafaela Pereira Cunha³,
Byanca Soares da Silva⁴; Lorena Maria Souza da Silva⁵; Juliana Nascimento da Silva⁶;
Yaritsa Gabrielly daSilva Campos⁷; Elidiane Moreira Kono⁸.

^{1,2,3,4,5,6,7} Acadêmicos de Fisioterapia/Universidade do Estado do Pará;

⁸ Mestre em Ensino e Saúde na Amazônia/Docente da Universidade do Estado do Pará.

Introdução: O joelho é a articulação que mais sofre com a osteoartrite (OA), devido sua complexa biomecânica. Através dos exercícios de fortalecimento muscular, condicionamento físico e alongamentos, a cinesioterapia se apresenta como recurso fundamental para ganho de funcionalidade, estabilidade articular e controle da dor, acarretando melhora na qualidade de vida dos pacientes acometidos.

Objetivo: Analisar o uso da cinesioterapia como tratamento para osteoartrite de joelho. **Metodologia:** O presente estudo possui caráter bibliográfico, revisão da literatura e para isso consultou-se a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Os artigos selecionados incluíam trabalhos em português e inglês, publicados entre os anos de 2016 a 2020, utilizando as palavras-chaves: Fisioterapia, Tratamento, Osteoartrite do Joelho, a partir desses critérios foram encontrados 52 artigos. Os critérios de exclusão foram revisão de literatura e artigos que associavam acinesioterapia com outras doenças ou a outras terapias, filtrando o número trabalhos para 3. **Resultados:** Um dos trabalhos analisados comparou exercícios resistidos e a cinesioterapia como tratamentos para OA de joelho. Assim, foi avaliado dor, rigidez articular, funcionalidade, mobilidade funcional e força, ambos os métodos obtiveram resultados positivos. Outro estudo, relatou a modulação da dor dos indivíduos com osteoartrite por mobilização conjunta, inclusas 40 pessoas com OA leve/moderada, considerando o desempenho funcional (KOS) e avaliação média do limiar de dor. Os autores demonstraram que intervenção de mobilização conjunta obteve sucesso sobre dor e função dos joelhos acometidos, logo, a terapia manual facilita e causa efeito analgésico aprimorado. Outra pesquisa, abordou sobre mobilização patelar para osteoartrite de joelho durante 24 semanas, com 208 pessoas, divididas em grupos de intervenção e controle, onde avaliou-se dor, rigidez e função. Houve resultado melhor em relação a dor no grupo de intervenção da mobilização patelar. Na fase final, foi evidenciado que mobilização patelar poderia reduzir dor e rigidez do joelho, melhorar a função e qualidade de vida em pacientes com OA. **Conclusão:** Com base nos estudos apresentados, verificou-se que a cinesioterapia tem efeitos positivos no tratamento de pacientes com osteoartrite de joelho, promovendo alívio do quadro algíco, diminuição da rigidez articular e melhora da funcionalidade, mobilidade e força, sendo comprovada como importante recurso terapêutico.

Palavras-Chaves: Fisioterapia. Tratamento. Osteoartrite do Joelho.

Área Temática: Fisioterapia Traumato-Ortopédica.

CORRELAÇÃO ENTRE NÍVEIS DE DOR E QUANTIDADE DE LESÕES EM CHEERLEADERS PERTENCENTES A EQUIPES DO ESTADO DE MINAS GERAIS

Bruna Macmillan Fernandes Gomes¹, Maria Eduarda Passos Silva¹, Yasmin Cristina Oliveira¹, Aline Ferreira Miranda Machado¹, Matheus Almeida Souza¹, Alexandre Wesley Carvalho Barbosa¹

¹Universidade Federal de Juiz de Fora *Campus* Avançado Governador Valadares

Introdução: *Cheerleading* é um esporte que envolve saltos, arremessos e elevações, os atletas são divididos nas posições base e flyer. A dor é um dos eventos mais apontados na literatura como limitantes no desempenho dos atletas. A prática do *cheerleading* frequentemente exige sobrecarga nos membros superiores, podendo gerar dor e piora na performance. A difusão desta prática no Brasil mostra a necessidade de estabelecer o perfil de dor e lesões nestes praticantes. **Objetivo:** Analisar a presença, nível, local e tipo de dor, assim como a correlação da dor com a quantidade de lesões em *cheerleaders* de equipes do estado de Minas Gerais. **Metodologia:** Estudo de corte transversal, com amostra final de 105 líderes de torcida. Os critérios de inclusão foram ter idade acima de 18 anos e ser praticante de *cheerleading* de alguma equipe do estado de Minas Gerais. Um questionário de 14 questões foi elaborado, abordando informações sobre identificação, prática do *cheerleading*, presença e caracterização da dor e prevalência de lesões. A dor foi avaliada pela Escala Visual Analógica (EVA), sendo pontuada de 0 (nenhuma dor) a 10 (máxima dor). Os dados foram obtidos por média, desvio padrão e porcentagem, a análise estatística foi realizada pelo teste de correlação de Pearson e Spearman. CEP/UFJF CAAE Nº 29904020.8.0000.5147. **Resultados:** A amostra foi composta por 55,24% de praticantes do sexo feminino, o tempo de prática mais frequente foi de 12-24 meses (37,14%), a amostra se compôs majoritariamente de bases (54,29%) e com frequência de treino de 3x/semana (28,57%). Quanto a presença de dor, 64,76% relataram dor, o principal local afetado foram os membros superiores (40,95%) e de tipo articular (51,47%). A média geral de dor foi de $3,19 \pm 2,66$ pela EVA. A média na quantidade de lesões foi de $1,14 \pm 1,68$, sendo presente em 54,28% dos *cheerleaders*. Não houve correlação entre a quantidade de lesões e o nível de dor. **Conclusões:** Conclui-se que grande parte dos *cheerleaders* apresentam dores, afetando principalmente os membros superiores e do tipo articular. Não houve correlação entre quantidade de lesões e o nível da dor, portanto índices maiores de dor não estão relacionados com maiores números de lesões.

Palavras chave: *Cheerleading*. Dor. Lesões.

Área temática: Fisioterapia Esportiva.

DESFECHOS CLÍNICOS E FUNCIONAIS EM DIFERENTES TIPOS DE ENXERTOS NA RECONSTRUÇÃO DO LCA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Laercio Brehner Gemaque Do Couto¹, Jaime Henrique Costa Barreto², Daniel Berg Lima Pantoja³, Klivia Karoline Costa Monteiro⁴, Aymee Lobato Brito⁵

Universidade da Amazônia

Introdução: A ruptura do Ligamento Cruzado Anterior (LCA) é uma das lesões mais frequentes encontradas no joelho durante a participação esportiva, quando ocorre uma lesão nessa estrutura geralmente é necessária intervenção cirúrgica. A reconstrução do LCA é um procedimento comum na medicina esportiva e consiste na substituição do ligamento lesionado por diferentes tipos de enxertos autólogos utilizados, como o enxerto do tendão patelar e dos isquiotibiais. **Objetivo:** Verificar os efeitos clínicos e funcionais encontrados nos enxertos do tendão patelar em comparação aos efeitos do tendão dos flexores em pacientes que realizaram cirurgia de LCA. **Metodologia:** Estudo de revisão literária que utilizou os artigos das plataformas Medline, PubMed, Scielo e Pedro. Os desfechos analisados foram dor, estabilidade e retorno ao esporte. Os critérios de inclusão foram ensaios clínicos randomizados e estudos prognósticos dos últimos cinco anos de publicação, foram excluídos artigos que não comparavam os efeitos do enxerto do tendão patelar com o tendão dos flexores e estudos que não tinham relação com o tema. **Resultados:** A estratégia de busca resultou em 111 artigos, que após o processo de seleção, procedeu em 7 estudos com um tamanho amostral de 686 participantes. Em 5 dos 7 estudos selecionados apresentaram resultados equivalentes entre o enxerto do tendão patelar e do isquiotibiais para o desfecho dor, demonstrando que não houve diferenças estatisticamente significativas entre os grupos. Para o desfecho estabilidade, 1 artigo apresentou diferença significativa para o enxerto de isquiotibiais, afirmando que é um enxerto razoável para reconstrução do LCA em comparação ao tendão patelar. Em relação ao retorno ao esporte, apenas 1 artigo demonstrou que atletas com enxerto de isquiotibiais, após 9 meses de reconstrução, possuem maior assimetria de impulso no salto do que atletas com enxerto de tendão patelar, o que pode ser associado a lesão e ao retorno tardio ao esporte. **Conclusão:** Pode-se concluir que não houve diferença no desfecho dor em ambos os tipos de enxertos, porém o enxerto dos flexores demonstrou melhor estabilidade e segurança para os pacientes no pós-operatório e o enxerto do tendão patelar apresentou um retorno mais rápido ao esporte.

Palavras chaves: Ligamento cruzado anterior, Reconstrução, Autoenxerto

Área temática: Fisioterapia esportiva

DIFERENÇAS NOS NÍVEIS DE ASSIMETRIAS DE FORÇA MUSCULAR EM MEMBROS INFERIORES ENTRE MULHERES E HOMENS JOVENS

Geyson Fernando de Lima Batista¹, Lucas de Souza Crepalde¹, Laura Oliveira Campos¹, Matheus Almeida Souza¹, Isabella Christina Ferreira¹, Alexandre Wesley Carvalho Barbosa¹

¹Universidade Federal de Juiz de Fora *Campus* Avançado Governador Valadares

Introdução: A dinamometria é uma ferramenta acessível para quantificar força isométrica de grupos musculares, podendo também ser utilizada na identificação de desequilíbrios ou assimetrias de força muscular. Dessa forma, em relação ao membro inferior, a dinamometria pode ser empregada na análise dos movimentos do joelho com a verificação da relação de força muscular entre isquiotibiais e quadríceps (I/Q). Portanto, a identificação objetiva de assimetrias de força muscular através da dinamometria é de grande importância na prática clínica para avaliação, tratamento e evolução de pacientes.

Objetivos: Analisar e comparar a força muscular isométrica e níveis de assimetrias de força muscular entre flexores e extensores de joelho em mulheres e homens jovens. **Metodologia:** Trata-se de um estudo quantitativo transversal, aprovado pelo CEP/UFJF (CAAE N° 29238720.7.0000.5147), com amostra composta por 30 jovens, sendo estes divididos em mulheres (G1; n = 16) e homens (G2; n = 14). Foram verificados os dados antropométricos e analisou-se a força muscular isométrica dos grupos musculares isquiotibiais e quadríceps através de uma célula de carga acoplada a um eletromiógrafo (Miotec), sendo realizado o cálculo da relação I/Q para verificação de assimetrias de força muscular. Para análise estatística, foi utilizado teste t de Student pelo software Jamovi

1.2. **Resultados:** As médias encontradas para idade, peso, altura e Índice de Massa Corporal (IMC) da amostra foram, respectivamente, 23,4±4,26 anos; 70,0±14,6 kg; 1,72±0,09 m e 22,1±0,51 kg/m². Em relação às assimetrias de força muscular, foi observada uma frequência de 50% no Membro Inferior Direito (MID) e 69% no Membro Inferior Esquerdo (MIE) para o G1; e 29% no MID e 64% no MIE para o G2. Ao comparar os dois grupos, foi observado um padrão de maior força muscular nos movimentos do joelho para o Grupo 2. Contudo, não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas na relação I/Q ao comparar os dois grupos. **Conclusão:** Os resultados mostraram que não houveram diferenças entre os grupos em relação à análise de assimetrias musculares para os movimentos do joelho na investigação da relação I/Q. No entanto, foi observado maior prevalência de assimetrias musculares no MIE em relação ao MID nos dois grupos.

Palavras Chave: Dinamômetro de Força Muscular; Contração Isométrica; Joelho.

Área Temática: Fisioterapia Traumato-ortopédica.

EFEITO DO MÉTODO PILATES NA FLEXIBILIDADE DE PACIENTES COM DOR LOMBAR.

Victor Hugo De Jesus Freire¹; Angélica Homobono Nobre¹; Ana Paula Ricardo Cavalcanti¹; Beatriz Rodrigues De Almeida¹; Dayane Cereja Ferreira Da Silva¹; Jaqueline Pinheiro Da Silva¹; Júlio César Veiga Pena¹; Paula Luiza Matni Dos Santos¹; Paula Thayna Soares Lima¹; Rafael Cardoso Sacramento¹; Soanne Chyara Soares Lira¹.

¹Universidade do Estado do Pará

Introdução: A flexibilidade é uma variável importante de ser avaliada, pois está relacionada com a capacidade de realização das atividades de vida diária, autonomia funcional e saúde geral. Além disso, sua redução exacerbada pode acarretar um quadro de hipomobilidade, problemas posturais e risco de lesão. O método pilates atua fortalecendo, alongando e equilibrando toda a musculatura, proporcionando um realinhamento da coluna alívio das tensões musculares, prevenindo pinçamentos ou compressão de discos intervertebrais e melhorando a hidratação dessas estruturas. Dessa forma, entende-se que o método pode ser utilizado como opção de tratamento para pacientes que apresentam dor lombar. **Objetivo:** Verificar o efeito do método pilates na flexibilidade de pacientes com dor lombar. **Metodologia:** Estudo clínico quantitativo. Foram inclusos usuários encaminhados e cadastrados no ambulatório de coluna da Unidade de Ensino e Assistência de Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade do Estado do Pará, maiores de 18 anos e de ambos os sexos, sendo necessário o diagnóstico ou encaminhamento diretamente relacionado a disfunção na coluna. As etapas de atendimento foram: avaliação inicial, aplicação do protocolo e reavaliação. O protocolo contou com 5 estágios: inicial, intermediário 1, intermediário 2, intermediário 3 e avançado. Foram realizadas 4 sessões em cada estágio, totalizando 20 sessões sendo inclusos exercícios de solo e nos aparelhos *Unit Wall* e *Reformer*. A avaliação foi realizada por meio do teste de sentar e alcançar utilizando o banco de Wells que testa a flexibilidade da cadeia miofascial posterior. **Resultados:** A equipe de pesquisa atendeu 16 pessoas (13 mulheres e 3 homens) com a média de idade de 63 anos. Obteve-se na avaliação inicial a média de 17,1 pontos no teste e na avaliação final obteve-se um aumento para 22,6 pontos resultando no ganho de 31,72% na média. Ademais, é possível destacar o importante aumento entre a menor e maior pontuação inicial (7,5 e 27, respectivamente) e a menor e maior pontuação final (13 e 38, respectivamente). **Conclusões:** O método pilates mostrou-se um método adequado para o ganho de flexibilidade de pacientes com dor lombar, pois com o treino respiratório, fortalecimento dos músculos abdominais e posturais, e alongamento global, pode-se garantir uma melhora gradativa.

Palavras-chave: Método Pilates. Dor Lombar. Flexibilidade.

Área temática: Fisioterapia Traumato-Ortopédica.

EFEITOS DA CINESIOTERAPIA APLICADA NO PÓS-OPERATÓRIO DE LESÃO DE LIGAMENTO CRUZADO ANTERIOR

Jennifer Maia Pessoa¹; Lenise Ascensão Silva Nunes²; Miriam Eloana Lopes Bacelar³; Thaís Aparecida Batista dos Campos⁴; Israel Clemeson Moutinho Leite⁵; Yaritsa Gabrielly da Silva Campos⁶; Sara Farias Oliveira⁷; Elidiane Moreira Kono⁸.

^{1,2,3,4,5,6,7} Acadêmicos de Fisioterapia/Universidade do Estado do Pará; ⁸ Mestre em Ensino e Saúde na Amazônia/Docente da Universidade do Estado do Pará.

Introdução: Os ligamentos desempenham a função de estabilizar o joelho em resposta a forças externas, por isso as lesões dos ligamentos cruzados do joelho estão entre as principais lesões ocorridas nos esportes, associadas com traumas de alta velocidade. Nesses casos a intervenção cirúrgica é necessária devido ao alto nível de instabilidade funcional. A Cinesioterapia, após a reconstrução do ligamento cruzado anterior (LCA), tem como finalidade controlar a inflamação, obter um ganho do arco de movimento, aliviar a dor e mobilizar corporalmente o indivíduo e abrange, do ponto de vista articular, a prevenção da rigidez. **Objetivo:** Analisar os efeitos da cinesioterapia aplicada no pós-operatório de lesão de LCA. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão de literatura realizada através de consulta na base de dados Pubmed, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PEDro, aplicando recorte temporal de 2010 a 2020, com as palavras-chave Fisioterapia, Lesões do Ligamento Cruzado Anterior e Cuidados Pós-Operatórios e equivalentes em inglês. Os critérios de inclusão consideraram trabalhos dentro do recorte temporal, publicados na língua portuguesa ou inglesa e que fossem ensaios clínicos randomizados. Excluiu-se os trabalhos não disponíveis gratuitamente e que não abordavam a fisioterapia no cenário pesquisado. **Resultados:** Após análise, dos 80 estudos identificados, 78 artigos foram excluídos, com isso, 2 estudos foram selecionados. Através destes, notou-se que a prática de exercícios isocinéticos diários para os isquiotibiais no pós-operatório de reconstrução de LCA de 3 semanas, revelou-se eficaz no ganho de força isométrica e isocinética concêntrica pós-operatória dos músculos isquiotibiais e quadríceps, bem como a melhora da função do joelho, quando comparada ao início de exercícios no pós-operatório mais tardio. Também foi observado que um programa de exercícios de controle neuromuscular é eficaz para melhorar a sensação de propriocepção do joelho e atua na redução da diferença de força entre os lados operado e não operado, enquanto que um programa de exercícios padrão mostrou-se mais eficaz na redução da diferença de resistência entre os lados do joelho. **Conclusão:** Observou-se que intervenções fisioterapêuticas, por meio de exercício variados, possuem impactos positivos no pós-operatório de LCA, contribuindo para o ganho de força e melhora da função do joelho.

Palavras-chave: Fisioterapia. Lesões do Ligamento Cruzado Anterior. Cuidados Pós-Operatórios.

Área temática: Fisioterapia Traumato-ortopédica.

EFEITOS DA TERAPIA EXTRACORPÓREA COM ONDAS DE CHOQUE SOBRE DORE INCAPACIDADE CERVICAL: REVISÃO SISTEMÁTICA

Elivelton Sousa Montelo¹, Styllon Ferreira dos Santos², Ana Clara Antônio Joviano²,
Maria Samara Da Silva³, Ludmilla Karen Brandão Lima de Matos¹

¹Universidade Federal do Delta do Parnaíba, ²Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares, ³Faculdade Educacional IBRA

Introdução: A Dor Cervical (DC) caracteriza-se por algias em estruturas cervicais, podendo desencadear irradiações para articulações adjacentes em membros superiores e/ou cabeça. Estudos apontam que sua prevalência mundial varia de 5,9% a 38,7%, podendo gerar prejuízos na capacidade funcional. Tal condição pode ser classificada em quatro graus: I- quando pode ter interferências no cotidiano, II- quando tem grande interferência nas atividades diárias, III- com dor radicular, IV- com acometimentos estruturais graves. Como alternativa para tratamento seguro e não invasivo encontra-se a Terapia Extracorpórea por Ondas de Choque (TEOC), que é descrita como arranjos de pulsos sônicos únicos por condução de sinal de onda acústica de choque que, através da mecanotransdução, estimula angiogênese, melhora a perfusão e pode reduzir inflamações. **Objetivo:** Analisar efeitos de tratamentos com TEOC sobre a DC através de evidências científicas. **Metodologia:** Revisão Sistemática seguindo as recomendações “PRISMA”, incluiu-se apenas Ensaios Clínicos Randomizados entre 2011 a 2021, em inglês, que avaliavam dor e incapacidades, nas bases de dados (BD) Lilacs, CINAHL, Embase e PubMed, excluiu-se estudos com medicamentos em grupos experimentais com TEOC. Utilizou-se a estratégia “PICO” da seguinte forma: (P): sujeitos acima de 17 anos com DC em qualquer grau; (I): TEOC; (C): grupos controles ou comparativos; (O): Dor e incapacidades. A questão norteadora foi: “Quais os efeitos do tratamento com TEOC sobre DC?”. A estratégia para as buscas nas BD foi delimitada em: “*Shock Wave*” AND “*Neck Pain*”. Para avaliação de Qualidade Metodológica e Risco de Vieses utilizou-se a Ferramenta Avaliativa de Métodos Mistos (MMAT) e a escala PEDro. **Resultados:** Identificou-se 25 artigos para a elegibilidade, sem os duplicados, detectou-se 11 para última seleção, destes, 4 foram elegíveis e compuseram a inclusão final. Dos estudos, apenas 1 teve grupo com aplicação de TEOC isoladamente, dois estudos fizeram a análise estatística intragrupo com nível de significância adotado de $p < 0,05$, a amostra total variou de 45 a 73 participantes, as idades variaram entre 18 a 55 anos. **Conclusões:** Há indicativos que a TEOC melhora dor e incapacidades em indivíduos com DC e, associada com outras terapêuticas, melhora significativamente esses mesmos desfechos, incluindo o limiar de dor à pressão.

Palavras-chave: Dor Cervical. Incapacidades. Tratamento por Ondas de Choque.

Área Temática: Fisioterapia Traumato-ortopédica.

EFICÁCIA DO TRATAMENTO MANIPULATIVO OSTEOPÁTICO EM INDIVÍDUOS COM LOMBALGIA CRÔNICA: REVISÃO DE LITERATURA

Andreyna Medeiros Nunes¹, Graziela Nogueira Eduardo¹

Faculdade Santa Maria – FSM¹

INTRODUÇÃO: A lombalgia crônica é uma patologia que ocasiona limitações funcionais e diminuição na qualidade de vida do indivíduo. Sendo caracterizada por manifestações dolorosas localizadas ou irradiadas, espasmos e fraqueza muscular que afetam a parte inferior da coluna. Provoca alterações mecâno-posturais, diminuindo a amplitude de movimento vertebral ou até mesmo levando a impossibilidade de realizar movimentos, em casos mais avançados. Dentre os recursos e técnicas fisioterapêuticas utilizadas no tratamento da dor lombar baixa, destaca-se o TMO (Tratamento Osteopático Manipulativo) como uma terapia manual que auxilia no controle do quadro algico, através de manipulações dos órgãos, músculos e vértebras. **OBJETIVO:** Apresentar a eficácia da manipulação osteopática no tratamento da lombalgia crônica. **MÉTODO:** Consistiu-se em uma revisão da literatura realizada no período entre fevereiro e março de 2021, nas bases de dados: Google Acadêmico e Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica (MEDLINE). Foram utilizados artigos publicados no período de 2016 a 2021, utilizando os seguintes descritores: dor lombar, fisioterapia e manipulação osteopática, retirados dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Os critérios de inclusão foram artigos que abordassem a temática, publicados em língua portuguesa e língua inglesa na íntegra e de acesso livre nas bases de dados. Os critérios de exclusão foram: artigos disponíveis em plataformas pagas, monografias e textos incompletos. **RESULTADOS:** Foram encontrados ao todo 10 artigos, após leitura de título foram selecionados 8 artigos. Posteriormente, esses foram lidos na íntegra e verificou-se que apenas 05 artigos estavam de acordo com o objetivo deste estudo. De acordo com os estudos, as técnicas manuais realizadas no TMO promovem relaxamento e melhora na flexibilidade da musculatura da cadeia posterior, aumenta a mobilidade local, a amplitude de movimento lombossacral e diminuí os desequilíbrios musculares. Demonstram resultados imediatos e positivos no alívio no quadro algico e conseqüentemente a diminuição das incapacidades geradas pela patologia. **CONCLUSÃO:** Evidencia-se que o TMO através de técnicas manuais, atua com eficiência promovendo alívio imediato e significativo do quadro algico, além de possibilitar um melhor desempenho das funções, nas atividades de vida diária dos indivíduos com lombalgia crônica.

Palavras-chave: Dor lombar. Fisioterapia. Manipulação osteopática.

Área-Temática: Fisioterapia Traumato-ortopédica.

EPIDEMIOLOGIA DE LESÕES EM JOVENS ATLETAS DE VOLEIBOL

Anália Luiza Pires Costa¹, Thiago Ferreira Timoteo²

Acadêmica do Curso de FISIOTERAPIA - UNIVERSO/JF, Membro da liga acadêmica de fisioterapia esportiva da UNIVERSO -UNISPORT; Professor do curso de FISIOTERAPIA - UNIVERSO/JF, Orientador da liga acadêmica de fisioterapia esportiva da UNIVERSO - UNISPORT.

Introdução: O vôlei foi criado em 1895, por William G. Morgan, diretor de educação física da Associação Cristã de Moços, em Massachusetts, nos EUA. Este é um esporte de alto rendimento e com o tempo se tornou muito popular em todo o mundo. O voleibol é considerado um esporte seguro com baixo risco de lesão, se comparado a outras modalidades. Nos últimos anos, as mulheres estão mais presentes nas atividades esportivas e a crescente popularidade do esporte faz necessário um entendimento detalhado do padrão de lesão e estudo dessa população. **Metodologia:** Realizou-se revisão bibliográfica na base de dados científica *PubMed*. Os critérios de inclusão utilizados foram: artigos na língua inglesa publicados entre os anos 2014 e 2018; estudos epidemiológicos observacionais sobre lesões no voleibol exclusivamente no público feminino. Foram excluídos estudos com amostra de praticantes recreativos de voleibol. Os descritores utilizados para a busca foram: *volleyball, injur*, women, female*. Quatro estudos atenderam os critérios propostos. **Resultados:** Todos artigos analisados encontraram mais lesões durante os treinos ou pré-temporada quando comparado ao período competitivo. Em todos os estudos o tipo de lesão que prevalece é lesão aguda. Quanto à localização observa-se que tornozelo, joelho e ombro estão entre os locais mais comumente lesados. A definição de lesão usada nos estudos foram aquelas relacionadas à perda de pelo menos um dia na participação em treino ou competição. **Conclusão:** A identificação de dados epidemiológicos de lesão é o primeiro passo para estabelecer um programa de prevenção de lesões. O aumento da participação de atletas do sexo feminino associado às lesões esportivas no voleibol aumenta a necessidade de mais estudos nesta área.

Palavras-chave: Vôlei. Lesões. Mulheres.

Área temática: Fisioterapia Esportiva.

FATORES ASSOCIADOS ÀS LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS NO ESPORTE: REVISÃO DE LITERATURA

Paula Luiza Matni dos Santos¹; Tainá Alves Teixeira¹, Victor Hugo de Jesus Freire¹.

¹Universidade do Estado do Pará.

Introdução: As lesões musculoesqueléticas (LME) são um conjunto de patologias que afetam os músculos, tendões, ligamentos, articulações, nervos, ossos (SILVA et al, 2015), que são gerados por diversos fatores, dentre eles: fatores físicos e biomecânicos, fatores organizacionais e psicossociais, fatores individuais e pessoais (ROSEN, P. VON et al 2017). Estes fatores podem exercer uma ação juntos ou separadamente e os atletas estão sujeitos a sofrerem lesões, tanto nos treinos como em competições e dependendo da lesão pode representar afastamento das atividades por longos períodos e tratamentos que exigem muito sacrifício físico e psicológico e, em alguns casos, impedir de realizar novamente o seu esporte. **Objetivo:** Abordar os fatores de risco associados às lesões musculoesqueléticas no esporte. **Metodologia:** Trata-se de uma Revisão de integrativa de literatura. A busca por artigos ocorreu nas bases de dados científicas Pubmed e Scielo durante o mês de março. Os descritores pesquisados foram: fatores de risco, lesão musculoesquelético e esporte. Foram utilizados como critério de seleção: artigos que demonstram os fatores responsáveis pelas LME no período de 2015 a 2020, como exclusão: artigos duplicados, que abordam o tratamento, tipos de lesões e fatores relacionados com outro público. **Resultados:** Foram encontrados 188 artigos nas bases consultadas. Dentre eles 17 foram utilizados na revisão, os quais 9 abordam fatores relacionados ao sexo masculino, longo tempo e grande intensidade de treinamento e ténis inadequado. 5 retratam o desequilíbrio muscular como aspecto responsável pelo surgimento de lesão. Os outros 3 abordaram a flexibilidade, posição tática do atleta e déficits de propriocepção como influenciadores de lesões. **Conclusões:** Pôde-se concluir que apesar de serem esportes diferentes, as lesões estão diretamente relacionadas a fatores predisponentes semelhantes, sendo eles intrínsecos, como gênero, flexibilidade e desequilíbrio muscular e extrínsecos, a exemplo da modalidade esportiva e tempo de prática, os quais possuem ação direta e indiretamente no rendimento do indivíduo. Dessa forma, necessita de uma equipe multiprofissional para elaborar programas de prevenção específicos para os fatores identificados e melhor comunicação entre profissional e atleta, para que, dessa forma, atenuem o número de lesões.

Palavras-Chave: Lesões Musculoesqueléticas; Fatores associados, Esporte.

Área de Temática: Fisioterapia Esportiva.

IMPORTÂNCIA DO PROGRAMA DE PREVENÇÃO FIFA 11+ E A REDUÇÃO DE LESÕES EM ATLETAS JOGADORES DE FUTEBOL

DOS SANTOS, S.F.;¹ ALMEIDA, J.S.²

¹Universidade Federal de Juiz de Fora Campus Governador Valadares- UFJFGV

²Universidade e Faculdade de Tecnologia e Ciências-UniFTC¹

Introdução: O futebol é uma modalidade coletiva praticada por homens e mulheres e cada vez mais tem se popularizado entre jovens, se tornando, então, a modalidade esportiva mais popular em todo mundo, e que requer contato físico para a disputa de bola, por isso encontra-se uma alta prevalência de lesões. Com o intuito de diminuir as lesões a FIFA (*Fédération Internationale de Football Association*) criou uma cartilha que consiste em 3 módulos de exercícios específicos para o futebol, entre elas: (1) sessão de alongamento e mobilidade ativo. (2) fortalecimento dos músculos do tronco e pernas e (3) exercícios de alto velocidade e pliometria. **Objetivo:** Este trabalho propôs-se a realizar uma revisão de literatura a fim de analisar a eficácia do programa de prevenção FIFA 11+ na redução de lesões no futebol. **Metodologia:** Busca de artigos científicos completos, indexados na base de dados Pubmed, no período de 2015 a 2020 utilizando-se os descritores “FIFA11”, AND, “injuries”. Os critérios de inclusão foram estudos que descreveram, avaliaram e relataram sobre o protocolo FIFA 11+ em jogadores de futebol adulto amador e profissional. Artigos duplicados e não aprovados pelo comitê científico foram excluídos. **Resultados:** Foram encontrados 36 artigos, desses foram inclusos nessa pesquisa 20 estudos sobre o uso do programa FIFA 11+ em jogadores de futebol amador e profissional adulto. O uso do programa se mostrou favorável a prevenção de lesões, principalmente em membros inferiores, como nos isquiotibiais, ligamento cruzado anterior e tornozelo, reduzindo o custo de tratamento de lesões. Apenas um estudo observou o efeito em goleiros, mas os resultados também favoreceram a prevenção. Além disso, alguns estudos avaliaram sobre o ganho de desempenho e agilidade, mas os dados são inconclusivos. O FIFA 11+ foi usado como sessão de treino aparte, como aquecimento, e como pré e pós partida. **Conclusão:** O programa FIFA 11+ é eficaz para prevenção de lesões no futebol amador e profissional adulto, principalmente em membros inferiores. Esse estudo tem relevância para incentivar o uso do FIFA 11+ tanto em atletas amadores e profissionais para prevenir lesões, diminuir o tempo de afastamento de campo e redução de custos

Palavras-Chave: FIFA 11+. Prevenção de lesão. Futebol.

Área temática: Fisioterapia esportiva.

INCIDÊNCIA DE QUEDAS EM IDOSOS FREQUENTADORES DE ESTABELECIMENTOS DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE GOVERNADOR VALADARES - MG

Laura Oliveira Campos¹, Geyson Fernando de Lima Batista¹, Lucas de Souza Crepalde¹, Ilha Gonçalves Fernandes¹, Matheus Almeida Souza¹, Alexandre Wesley Carvalho Barbosa¹

¹Universidade Federal de Juiz de Fora *Campus* Avançado Governador Valadares

Introdução: Com o aumento da expectativa de vida, a população idosa tem crescido e com essa idade avançada surgem fatores que podem impactar negativamente na independência e autonomia do idoso, dentre esses fatores, destacam-se as quedas. As quedas têm etiologia multifatorial, podendo ser causada por fatores intrínsecos ou extrínsecos, e geram comprometimento na saúde do idoso, impactando negativamente na qualidade de vida, sendo que o receio de novas quedas leva a dependência e perda progressiva da capacidade funcional. Idosos que já caíram pelo menos uma vez, apresentam risco de 60 a 70% maior de cair novamente no ano subsequente. **Objetivo:** Analisar a incidência de quedas em idosos fisicamente ativos que frequentam estabelecimentos de saúde de Governador Valadares-MG. **Metodologia:** Estudo de coorte com dados preliminares, realizado com 70 idosos que frequentam estabelecimentos de saúde de Governador Valadares, MG. Inicialmente foram coletadas informações básicas como idade, peso, altura e IMC. Aplicou-se os questionários *Falls Efficacy Scale* (FES) e Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), para avaliar o medo/preocupação de cair e o nível de atividade física dos participantes, respectivamente. Foi perguntado aos idosos sobre o histórico de quedas prévio de 12 meses. Após um ano da primeira coleta, foram realizadas ligações telefônicas para os participantes perguntando se eles haviam caído ao longo desse período. CEP/UFJF CAAE Nº:63775316.1.0000.5147. **Resultados:** A amostra foi composta por 70 idosos com média de idade de $71 \pm 7,34$ anos, IMC médio de $27,0 \pm 5,27 \text{ Kg/m}^2$, 71,40% eram do sexo feminino e 31,4% faziam atividade física regularmente. Quanto aos resultados do questionário FES, foi visto que 64,30% dos idosos foram considerados não caidores, 24,30% como caidores esporádicos e 11,40% como idosos caidores recorrentes. Em uma primeira análise, foi visto que 37,10% dos idosos apresentavam um histórico de quedas. Após um ano, a incidência de quedas desses idosos foi de 23,20%, e desse resultado, 62,5% já haviam relatado um histórico de quedas na primeira avaliação. **Conclusões:** Conclui-se que, idosos que já sofreram alguma queda prévia apresentam maior risco de sofrerem novas quedas, principalmente no ano subsequente ao primeiro evento. Visto isto, é preciso estimular intervenções que diminuam os riscos de quedas nesta população.

Palavras chave: Idosos; Quedas; Incidência;

Área temática: Fisioterapia Traumato-Ortopédica.

LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS DE MEMBRO INFERIOR PREVALENTES EM JOGADORES DE FUTEBOL AMERICANO PROFISSIONAL

Valbert Andrei Almeida Ribeiro¹, Israel Clemeson Moutinho Leite², Miriam Eloana Lopes Bacelar²

Sara Farias Oliveira³, Mariana dos Anjos Furtado de Sá⁴

^{1,2,3}Acadêmicos de Fisioterapia/Universidade do Estado do Pará; ⁴Fisioterapeuta Professora Doutora/Universidade do Estado do Pará.

Introdução: O futebol americano é um esporte geralmente associado a alta incidência de lesões. Nos Estados Unidos, por exemplo, 80% dos atletas já sofreram pelo menos uma lesão, desencadeadas ainda por fatores intrínsecos e/ou extrínsecos. Além disso, lesões nos músculos dos membros inferiores (MMII), são frequentemente encontradas em esportes profissionais. Assim, o conhecimento sobre a prevalência e a gravidade das lesões são importantes para elaboração e aplicação de estratégias de prevenção e tratamento de lesões, sendo importantes para a manutenção da qualidade de vida do atleta, bem como sua atuação no esporte. **Objetivo:** Verificar as principais lesões musculoesqueléticas de membro inferior em jogadores de futebol americano. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica em que foram utilizadas as seguintes combinações: Most frequent musculoskeletal injuries; Lower extremity; Professional athletes; Football. Como critérios de inclusão, selecionou-se artigos científicos no idioma inglês, indexados na base de dados: portal de periódicos da CAPES, no período de 2016 a 2021; e excluídos os que abordassem lesões em outros esportes e em atletas amadores. **Resultados:** Um total de 182 artigos foram encontrados e após empregados os critérios citados, restaram 3. Assim, a partir da análise dos artigos, observou-se que lesões no joelho, isquiotibiais, gastrocnêmio, sóleo e tornozelo são as que prevalecem em jogadores de futebol americano, sendo esta última a mais citada entre os autores. Dessa forma, a entorse ligamentar apresenta o diagnóstico mais comum, perfazendo 86% de todas as lesões de tornozelo, embora considerada de grau leve, apresenta sintomas significativos que levam a prejuízo no desempenho e até afastamento desse atleta dos jogos. Observou-se que a posição do jogador é um fator determinante para o menor ou maior risco de lesão, além disso, outros fatores como o nível de competição, a idade, o histórico de lesões, baixa temperatura ambiental durante os jogos também são citados como fatores para agravos no membro inferior. **Conclusão:** Observou-se que inúmeros fatores podem desencadear lesões musculoesqueléticas nos MMII e que a entorse ligamentar é a disfunção mais comum em jogadores de futebol americano, podendo impactar negativamente na qualidade de vida desses indivíduos e/ou resultar em afastamento de sua rotina profissional.

Palavras-chave: Injuries; Athletes; Football.

Área Temática: Fisioterapia Esportiva.

MEDO DE CAIR EM IDOSOS ATIVOS E IRREGULARMENTE ATIVOS FREQUENTADORES DE ESTABELECIMENTOS DE SAÚDE

Yasmin Cristina Oliveira¹, Bruna Macmillan Fernandes Gomes¹, Maria Eduarda Passos Silva¹, Matheus Almeida Souza¹, Ilha Gonçalves Fernandes¹, Alexandre Wesley Carvalho Barbosa¹

¹Universidade Federal de Juiz de Fora *Campus* Avançado Governador Valadares

Introdução: As quedas podem ser consideradas uma das causas para o aumento das taxas de morbidade e mortalidade nos idosos, as quais podem ser apontadas como um problema de saúde pública. O aumento do medo de cair pode estar relacionado às quedas, e a prática regular de atividade física pode reduzir significativamente a ocorrência destes eventos em pessoas idosas. **Objetivo:** Analisar e comparar o medo de cair em idosos ativos e irregularmente ativos. **Metodologia:** Amostra composta por 86 idosos que foram divididos entre 2 grupos: (G1) ativos e (G2) irregularmente ativos. Foram coletados dados como idade, altura, peso, Índice de Massa Corporal (IMC), histórico de quedas prévio de um ano e medo de cair a partir da Escala Internacional de Eficiência de Quedas (FES-I Brasil), a qual pontua o medo de cair de 16 (menor preocupação em cair) a 64 (extrema preocupação em cair) pontos. A análise estatística para comparação entre grupos (FES-I) foi feita com o Teste de Mann-Whitney. CEP/UFJF CAAE Nº 63775316.1.0000.5147 **Resultados:** O estudo foi do tipo transversal, com amostra composta por 86 idosos, pareados por idade e sexo, sendo 68,6% do sexo feminino, com média de idade de 69,61±6,28 anos e IMC 27,44±4,46. Em relação ao histórico de quedas, 66,27% dos idosos não caíram no último ano. Para o medo de cair, a média geral foi de 21,77±6,22 (20,65±3,69 no G1 e 22,88±7,89 no G2). Ao comparar os grupos em relação às variáveis de idade, altura, peso e IMC, foi encontrado um valor de $p > 0,05$, mostrando homogeneidade da amostra para estas variáveis. Em relação ao medo de cair entre o grupo ativo e irregularmente ativo (G1 x G2), o valor de p também foi de $p > 0,05$, não apresentando diferenças significativas. **Conclusão:** Observou-se que ambos os grupos avaliados apresentaram nenhuma ou pouca preocupação em cair e ao comparar os dois grupos não foi observada diferença significativa quanto ao medo de cair entre idosos ativos e irregularmente ativos.

Palavras-chave: Medo. Idoso. Quedas.

Área Temática: Fisioterapia Traumato-ortopédica.

MEDO DE CAIR EM IDOSOS DIABÉTICOS E NÃO DIABÉTICOS FREQUENTADORES DE ESTABELECIMENTOS DE SAÚDE

Isadora Grossi Amaral¹, Igor Sérgio Oliveira Souza¹, Gabriela Lima Berçan¹, Ilha Gonçalves Fernandes¹, Matheus Almeida Souza¹, Alexandre Wesley Carvalho Barbosa¹

¹Universidade Federal de Juiz de Fora - Campus Avançado Governador Valadares

Introdução: O diabetes mellitus é um grupo de distúrbios metabólicos muito presente na população idosa. Devido a esse fato, essa condição de saúde associada ao processo de envelhecimento, acarreta condições adversas que podem desencadear nesta população, quedas e conseqüentemente o medo de cair. O medo de cair afeta a qualidade de vida e o desempenho das atividades de vida diária em idosos. Essa preocupação pode estar relacionada com idosos que não tem histórico de quedas e aqueles que apresentam a “Síndrome pós- queda”, sendo prejudicial a longo prazo. **Objetivos:** Analisar e comparar o medo de cair em idosos diabéticos e não diabéticos frequentadores de estabelecimentos de saúde. **Metodologia:** Foram incluídos idosos, divididos em dois grupos: não diabéticos (grupo 1) e diabéticos (grupo 2), pareados por idade e sexo, com idade superior a 60 anos. Para avaliar o medo de cair foi utilizado a Escala Internacional de Eficácia de Quedas (FES-I Brasil), além disto foram coletados dados do histórico de quedas no período de 1 ano e medidas antropométricas (peso, altura e Índice de Massa Corporal [IMC]). CEP/UFJF CAAE Nº 63775316.1.0000.5147. **Resultados:** A amostra final foi de 52 idosos, com média de idade de 70,27±6,7; altura 156±9,2 e peso 68,53±13,05; 67,30% do sexo feminino e 42,30% caíram no período prévio de um ano. Foi utilizado o teste T de Student nas variáveis paramétricas (idade, altura e peso), observando homogeneidade entre os grupos ($p > 0,05$). Para variáveis não paramétricas (medo de cair/FES-I) foi usado o Teste Mann-Whitney, que também apresentou valor de $p > 0,05$, não apresentando diferenças significativas ($p = 0,182$). **Conclusão:** Idosos diabéticos e não diabéticos frequentadores de estabelecimentos de saúde não apresentam diferenças significativas em relação ao medo de cair.

Palavras-chaves: Idosos. Diabetes. Quedas.

Área Temática: Fisioterapia Traumato-ortopédica.

O PAPEL DA FISIOTERAPIA NA REABILITAÇÃO DE LESÃO MENISCAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Lucas Barreto da Rocha Silva¹, Isabella Costa Belicha da Silva¹, Marília da Silva Castro¹, VictorHugor Gurjão da Costa¹, Alessandra Tavares Farias², George Alberto da Silva Dias³

¹Acadêmico de Fisioterapia. Universidade do Estado do Pará (UEPA), ²Acadêmico de Fisioterapia. Universidade da Amazônia (UNAMA), ³Docente da Universidade do Estado do Pará, Belém-PA.

Introdução: Os meniscos desempenham um papel importante na homeostase do joelho, transmissão de carga, absorção de impacto, lubrificação e estabilidade articular, além de atuar na propriocepção e equilíbrio. Entretanto, entre os atletas de futebol, seja profissional ou amador, constata-se uma alta taxa de lesão meniscal por rotações abruptas da articulação do joelho. Nota-se que tal lesão é mais frequente ainda entre os indivíduos mais velhos, com mais tempo de prática esportiva e com lesão do Ligamento Cruzado Anterior (LCA) pré-existente. **Objetivo:** Observar a realidade de atendimento de uma clínica particular de Fisioterapia Desportiva em Belém/PA, durante o estágio observacional não obrigatório. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo de abordagem qualitativa do tipo relato de experiência, referente a um atendimento fisioterapêutico realizado entre novembro de 2020 e janeiro de 2021. **Resultados:** Dentre as diversas vivências proporcionadas por um estágio, destaca-se o atendimento de um atleta amador de futebol, diagnosticado com lesão meniscal medial do joelho direito. O paciente H. O. R., 53 anos, com histórico de lesão de LCA, em novembro de 2020, encontrava-se em fase subaguda da lesão meniscal, apresentando sinais de inflamação. Dessa forma, associado ao uso de medicamentos anti-inflamatórios e analgésicos, o fisioterapeuta iniciou o tratamento do paciente com recursos eletrotermoterapêuticos e alongamentos passivos da musculatura adjacente, para manter a flexibilidade dos tecidos moles. Após 3 semanas, quando o paciente não apresentava mais sinais de inflamação, foi inserida a cinesioterapia ao protocolo de atendimento, com exercícios de baixo impacto associado a isometrias. Entre dezembro e janeiro, o paciente apresentou boa evolução, progredindo a carga e incorporando atividades cotidianas ao protocolo e, aos poucos, restabelecendo suas atividades diárias, permitindo a alta em janeiro de 2021. **Conclusão:** Nota-se que a fisioterapia é extremamente necessária para a manutenção e reabilitação do paciente com lesão meniscal, garantindo a máxima funcionalidade e independência ao indivíduo.

Palavras-chave: Futebol, Menisco, Fisioterapia.

Área temática: Fisioterapia Esportiva.

O TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO É REALMENTE EFICIENTE PARA LESÃO DE IMPACTO FEMOROACETABULAR?

Marlon Agostinho da Silva Porfirio¹, Amanda Souza Araújo Almeida¹

¹ Faculdade Rodolfo Teófilo

Introdução: O impacto femoroacetabular (IFA) é um contato precoce na região proximal do fêmur contra o acetábulo, que leva a uma sobrecarga mecânica e conseqüentemente lesiona o labrum acetabular e a cartilagem articular. Há dois tipos de IFA: o do tipo CAM e do tipo PINCER, que são caracterizados por proeminências ósseas na cabeça do fêmur e na borda do acetábulo. As abordagens fisioterapêuticas são o fortalecimento da musculatura do quadril, terapia manual e educação em dor. **Objetivo:** Analisar se o tratamento fisioterapêutico é realmente eficiente para reabilitar pacientes que têm lesões de impacto femoroacetabular. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa que foi realizada em janeiro de 2021. Através da busca com descritores e combinações impacto femoroacetabular AND fisioterapia, quadril AND fisioterapia, nas bases de dados PubMed, SciELO, BVS. Foram encontrados 80 artigos. Após aplicação dos critérios de inclusão (artigos em português/ inglês dos últimos 5 anos, relevantes ao objetivo da pesquisa) e exclusão (revisões de literatura, cartas ao editor e artigos pagos), foram selecionados 4 trabalhos para a referida revisão. **Resultados:** 3 dos 4 estudos selecionados demonstram que o tratamento fisioterapêutico é eficiente para melhora da dor e função naqueles pacientes que são acometidos pelo IFA, por meio de exercícios em cadeia cinética aberta e fechada, com o intuito de fortalecer o complexo pósterolateral do quadril e o quadríceps, mobilização articular para o ganho de amplitude de movimento e educação em dor. No entanto, o 4º estudo não relata se o tratamento fisioterapêutico é realmente eficiente. O tratamento fisioterapêutico realizado de maneira assertiva para esses pacientes vai diminuir bastante o impacto entre a cabeça do fêmur e a cavidade acetabular, conseqüentemente, retardando o desenvolvimento da osteoartrite precoce nessas pessoas que foram acometidos pelo IFA do tipo PINCER ou do tipo CAM. **Conclusão:** Diante do exposto, é evidente que o tratamento fisioterápico é de suma importância nesses pacientes que têm IFA, já que vai devolver a funcionalidade do paciente, melhorar a dor e fortalecer os músculos da região do quadril que provavelmente estão inibidos, fracos e até mesmo fadigados.

Palavras-chave: Impacto femoroacetabular. Fisioterapia. Quadril.

Área Temática: Fisioterapia Traumatológica

FATORES PREDITORES DE LESÕES EM PRATICANTES AMADORES DE CORRIDA DE RUA

Indiara Lorena Barros Ribeiro da Silva¹, Abimael de Carvalho¹, Geraldo Cruz e Silva Neto².

¹Graduandos de Fisioterapia/UESPI, ²Pós graduando em Fisioterapia Hospitalar-UESPI.

Introdução: A participação popular em corridas de rua no Brasil e no mundo tem aumentado significativamente. Vários são os motivos que levam as pessoas à prática dessa modalidade esportiva: parar de fumar, sair do sedentarismo, iniciar uma vida mais ativa, entre outros. Contudo, é oportuno destacar que, apesar dos efeitos positivos, a corrida, quando mal executada, pode predispor o indivíduo a lesões osteomioarticulares. **Objetivos:** Identificar os principais fatores preditores de lesões em praticantes amadores de corrida de rua. **Metodologia:** Revisão integrativa, com base na seguinte pergunta norteadora: “Quais são os principais fatores preditores de lesões em praticantes amadores de corrida de rua?”. Com base nessa perspectiva, em fevereiro de 2021, foram realizadas buscas nas bases Scielo, Lilacs e Pubmed, utilizando termos presentes no Decs (Running, Injury, Prevalence). Adotou-se como critérios de inclusão: ensaios clínicos que abordassem os fatores associados à ocorrência de lesões na prática de corrida de rua publicados entre 2012 e 2020 nos idiomas português e inglês. Excluiu-se as revisões, relatos de casos clínicos e os artigos não disponíveis na íntegra. **Resultados:** Foram encontrados 211 artigos, dos quais, 5 foram selecionados. Somente um dos artigos não apresentou associação com o risco de lesões, porém, verificou-se nos demais estudos que o risco de lesões para esses indivíduos é elevado com prevalência variando entre 15 e 50% ao ano e que independentemente do tipo, tais lesões podem contribuir para o afastamento da prática da modalidade. Os estudos apontam ainda a distância média diária e o uso incorreto de calçados como os principais fatores que contribuem para a ocorrência de lesões. Contudo, a aptidão física, idade, sexo, lesão anterior, traços psicológicos e IMC, também foram identificados como fatores preditores de lesões. **Conclusões:** Conclui-se que os fatores extrínsecos (relacionados com o tipo de atividade esportiva, como o uso incorreto de calçados e a intensidade do treinamento) e intrínsecos (referente às características físicas individuais, como aptidão física, idade e sexo), são os fatores que mais contribuem para o surgimento de lesões em corredores amadores de rua.

Palavras-chave: Running. Injury. Prevalence.

Área Temática: Fisioterapia Esportiva.

PERCEPÇÃO DE ATLETAS DO CENTRO DE TREINAMENTO ESPORTIVO DA UFMG QUANTO AO TELEMONITORAMENTO FISIOTERAPÊUTICO EM PERÍODO DE ISOLAMENTO SOCIAL

Vitória Regina Pereira Diniz Pinto¹, Samuel Silva², Larissa SP Pinheiro³, Vitor A Kersul⁴, Sérgio Fonseca⁵, Renan A Resende⁶, Juliana Ocarino⁷

Centro de Treinamento Esportivo da UFMG, Universidade Federal de Minas Gerais¹²³⁴⁵⁶⁷

INTRODUÇÃO: com a pandemia do COVID-19, as atividades presenciais no CTE-UFMG foram suspensas. A regulamentação do telemonitoramento fisioterapêutico¹ permitiu o acompanhamento à distância dos atletas. **OBJETIVO:** avaliar a percepção dos atletas do CTE-UFMG em relação ao telemonitoramento realizado pela equipe de Fisioterapia de março à agosto de 2020. **MÉTODOS:** foram propostas novas condutas aos atletas com acompanhamentos semanais, de forma remota. Aqueles que apresentaram queixas durante a quarentena foram avaliados e orientados à distância por plataformas digitais, no formato síncrono e assíncrono e orientados com base em exercícios domiciliares. Baseado em estudo prévio², foi elaborado e aplicado um questionário online para que o atleta identificasse o tipo de telemonitoramento que foi realizado; sua percepção sobre as vantagens e desvantagens do telemonitoramento; a susceptibilidade a lesões; o interesse em continuar o telemonitoramento futuramente; e sua satisfação. **RESULTADOS:** 20 atletas, de ambos os sexos, responderam e apresentaram idade média de 18,4 (DP = 3,3) anos, sendo 9 atletas (45%) de Atletismo, 7 de Judô (35%), 3 de Taekwondo (15%) e 1 de Natação (5%). Destes, 80% realizou acompanhamento somente por mensagens e vídeos, 5% por teleconsulta síncrona e 15% receberam atendimentos por ambas modalidades. Sobre as vantagens, a opção “Facilidade de acesso ao profissional, podendo mandar mensagens a qualquer momento” foi mais frequente, seguida de “Flexibilidade de horários, podendo realizar os exercícios a qualquer hora do dia”. Quanto às desvantagens, a resposta mais prevalente foi a “Falta de material necessário”, seguida de “Menor motivação para realizar os exercícios” e “Dificuldade de acessar a internet / internet com qualidade ruim”. Dos atletas respondentes, 25% não observaram nenhuma desvantagem e 65% se sentem mais suscetíveis a lesões devido ao período atual. Quanto ao desejo de realizar tele monitoramentos no futuro, 65% dos atletas responderam positivamente, 25% responderam que “talvez” e 10% disseram que não fariam. Quanto ao nível de satisfação, 75% dos atletas classificaram como “ótimo”, 25% classificaram como “boa” e ninguém marcou as opções “regular”, “ruim” ou “péssima”. **CONCLUSÃO:** O telemonitoramento foi uma alternativa considerada positiva na percepção dos atletas, sendo possível traçar estratégias para otimizar o trabalho e promover melhorias.

PALAVRAS-CHAVE: Telemonitoramento, Reabilitação, Atletas

Financiamento: Ministério da Cidadania - Secretaria Especial do Esporte.

Área temática: Fisioterapia esportiva

PERCEPÇÃO DE ATLETAS QUANTO À DEFINIÇÃO, CAUSAS, MANEJO E EDUCAÇÃO SOBRE LESÕES

Samuel Silva¹, Vitória R. P. D. Pinto², Larissa S. P. Pinheiro³, Vitor A. Kersul⁴, Sérgio Fonseca⁵, Renan A. Resende⁶, Juliana Ocarino⁷

Centro de Treinamento Esportivo da UFMG/ Universidade Federal de Minas Gerais¹²³⁴⁵⁶⁷

Introdução: apesar dos avanços científicos nos programas de prevenção de lesões esportivas, na prática, a incidência destas parece continuar aumentando¹. A não aderência a estes programas pode ser uma explicação para este fenômeno², portanto, entender as crenças dos atletas a respeito da sua condição pode guiar estratégias educacionais. **Objetivo:** compreender a percepção dos atletas de atletismo do Centro de Treinamento Esportivo da Universidade Federal de Minas Gerais (CTE-UFMG) quanto à definição, causa, manejo e educação sobre lesões. **Metodologia:** estudo qualitativo, onde em apenas um encontro realizado em março de 2020, foi aplicado um questionário aos atletas das equipes de atletismo do CTE-UFMG. Composto por cinco questões abertas e duas dicotômicas, ele abordou: a ocorrência de lesão; o conhecimento quanto a definição de lesão; as possíveis causas da lesão; qual o momento de buscar atendimento fisioterapêutico; e a percepção quanto a falta de informações sobre lesões. As respostas abertas foram sintetizadas de acordo com a tendência observada e foram analisadas as prevalências das respostas nas fechadas. **Resultados:** 15 atletas, de ambos os sexos, responderam ao questionário, tendo eles em média 17 (DP=2,6) anos de idade, com média de 3,4 (DP=1,9) anos de prática esportiva e com carga média de treino semanal de 12,9 (DP=2,9) horas. Destes, 93,3% relataram já ter sofrido lesão. Sobre definições de lesões, a maioria das respostas conteve a ideia de dano estrutural, muitas vezes descritas como “machucado”, e frequentemente relacionada com um decréscimo na *performance* esportiva. Sobre possíveis causas de lesões, houve destaque para fraqueza muscular, excesso de treino e trauma. Quanto ao momento de procurar atendimento, a resposta da maioria foi ao sentir dores intensas ou frequentes, e ao sentir a musculatura “travada”. Poucos mencionaram que procurariam o/a fisioterapeuta com intuito preventivo. Ainda, 60% dos atletas julgaram não ter informações suficientes a respeito de lesões. **Conclusão:** é necessário investir em educação a respeito de lesões com os atletas, visto que grande parte já sofreu algum tipo de lesão que causou afastamento do treinamento esportivo e que a maioria deles sente que lhes faltam informações. Ainda, nota-se que poucos consideram a possibilidade de procurar o fisioterapeuta preventivamente.

Palavras-chave: Lesão. Atletismo. Educação.

Financiamento: Ministério da Cidadania – Secretaria Especial do Esporte.

Área Temática: Fisioterapia Esportiva.

PREVALÊNCIA DE ASSIMETRIAS DE FORÇA MUSCULAR EM MEMBROS INFERIORES EM JOVENS UNIVERSITÁRIOS

Lucas de Souza Crepalde¹, Geyson Fernando de Lima Batista¹, Laura Oliveira Campos¹, Matheus Almeida Souza¹, Isabella Christina Ferreira¹, Alexandre Wesley Carvalho Barbosa¹

¹Universidade Federal de Juiz de Fora *Campus* Avançado Governador Valadares

Introdução: Os desequilíbrios musculares são possíveis responsáveis pelo aumento do risco de lesões em diferentes populações. É importante que a avaliação da força muscular seja quantificada através de medidas objetivas para realizar um tratamento eficaz. Estudos que utilizaram o equipamento isocinético descreveram uma relação de força considerada ideal que se dá pela razão entre isquiotibiais e quadríceps (I/Q) maior que 0,60, quando esses valores são inferiores, pode haver maior risco de lesão na região do joelho. **Objetivos:** Avaliar a prevalência de assimetrias de força muscular em membros inferiores (MMII) em jovens universitários. **Metodologia:** Estudo transversal com amostra de 30 participantes. Analisou-se a força muscular isométrica dos isquiotibiais e quadríceps usando uma célula de carga acoplada a um eletromiógrafo (Miotec) onde cada participante realizou 3 testes de flexão de joelho e 3 de extensão do joelho bilateralmente, posteriormente foi calculada a relação I/Q de cada participante para verificação de assimetrias de força muscular. Os dados foram obtidos por média, desvio padrão e frequência. CEP/UFJF CAAE Nº 29238720.7.0000.5147. **Resultados:** A amostra foi composta por 30 participantes, sendo 46,66% do sexo masculino e 53,33% do sexo feminino, com idade média de $23,4 \pm 4,26$ anos, peso $70,0 \pm 14,59$ Kg, altura $1,72 \pm 0,10$ m e IMC $23,57 \pm 3,44$ Kg/m². A relação I/Q média foi de $0,62 \pm 0,13$ no membro inferior direito (MID), onde 17 participantes (56,66%) apresentaram relação $<0,60$ e $0,54 \pm 0,15$ no membro inferioresquerdo (MIE) onde 22 participantes (73,33%) apresentaram relação $<0,60$. **Conclusão:** Existe grande prevalência de assimetria de força muscular entre isquiotibiais e quadríceps em jovens universitários, sobretudo no MIE. É de grande importância a realização de uma avaliação detalhada e objetiva, para que haja um manejo clínico adequado em pacientes.

Palavras Chave: Força Muscular. Lesões. Joelho.

Área Temática: Fisioterapia Traumato-ortopédica.

PREVALÊNCIA DE LESÕES E PREFERÊNCIAS SOBRE ESTRATÉGIAS PREVENTIVAS EM JOGADORES PROFISSIONAIS DE FUTEBOL

Henrique Barbosa Ramos¹; Styllon Ferreira dos Santos¹; Danilo Reis Coimbra¹; Flávio de Jesus Camilo¹; Renato Siqueira de Souza¹; Cristiano Diniz da Silva¹

¹Universidade Federal de Juiz de Fora, Campus Avançado Governador Valadares

INTRODUÇÃO: O futebol é caracterizado por grandes esforços psicofisiológicos e demandas mecânica-motoras que expõem futebolistas a alto risco de lesões. **OBJETIVO:** Investigar as percepções de jogadores profissionais de futebol sobre eventos regressos de lesão(ões) na carreira e preferência no uso de estratégias de prevenção. **MÉTODO:** Utilizando-se de desenho descritivo-analítico, observacional retrospectivo (CAAE 03352818.1.0000.5147) foi feito levantamento (SurveyMonkeyTM) de fatores de riscos para lesão em futebolistas profissionais, assim como sobre preferência das estratégias de prevenção correntemente utilizadas nos clubes de futebol. Foram incluídos em amostra 120 jogadores (Modulo 1 e 2, Campeonato Mineiro). **RESULTADOS:** 113 jogadores (18-39 anos, 7±5 anos de carreira) retornaram respostas (taxa= 94.2%). Foi observado prevalência de lesões na carreira de 80% (taxa de lesão, 1.84 por jogador). Observou-se maior média etária ($p<0.05$) e tempo de carreira ($p<0.01$) nos jogadores com histórico de lesão na carreira. Os isquiotibiais (~26%) e a articulação do tornozelo (~24%) foram os segmentos anatômicos mais acometidos. Para aproximadamente 77% dos respondentes há concordância parcial [33.7%] ou total [43.2%] sobre o futebol ser de “alto risco”; 84% e 79% “concordam que o “desequilíbrio muscular” (parcial [35.6%]; total [48.3%]) e “fadiga” (parcial [32.2%]; total [47.1%]) são os maiores fatores de risco internos. Como estratégias de prevenção de lesões no futebol, os atletas apontaram gostar muito de “minijogos” (76%) e dos trabalhos orientados que envolvessem a bola (79%). **CONCLUSÃO:** Maioria do futebolistas amostrados concordaram do futebol ser um esporte de alto risco para lesões. Maior idade cronológica e tempo de carreira profissional demarcaram características daqueles com histórico de lesão na carreira. Notou-se maior prevalência de lesões musculoesqueléticas nos membros inferiores. Quanto as estratégias, métodos e programas de prevenção de lesão, percebeu-se que nem todos os atletas as conhecem, e na visão dos futebolistas aquelas estratégias de prevenção que envolvem formas jogadas são as mais preferidas.

Palavras-chave: Percepção. Lesão. Fatores de risco. Futebol.

Área Temática: Fisioterapia esportiva

PRINCIPAIS RECURSOS FISIOTERAPÊUTICOS EMPREGADOS EM PACIENTES COM LOMBALGIA: REVISÃO DE LITERATURA

Miriam Eloana Lopes Bacelar¹; Byanca Soares da Silva²; Danilo Reis Barbosa³; Daniel Garcia Paixão⁴; Tiago Sousa da Costa⁵; Israel Clemeson Moutinho Leite⁶; Sara Farias Oliveira⁷; Gabriela Amorim Barreto⁸.

^{1,2,3}Acadêmicos de Fisioterapia/Universidade do Estado do Pará; ⁴Acadêmico de Fisioterapia/Universidade da Amazônia; ^{5,6,7}Acadêmicos de Fisioterapia/Universidade do Estado do Pará; ⁸Mestre em Ensino em Saúde na Amazônia/Universidade do Estado do Pará.

Introdução: A lombalgia é um sintoma doloroso que se manifesta na região lombar podendo haver irradiação para os membros inferiores. É retratada como um problema de saúde cada vez mais frequente entre a população, necessitando, de mais pesquisas acerca dos possíveis métodos de tratamento. Além disso, a fisioterapia se destaca ao apresentar uma variedade de recursos terapêuticos que podem ser empregados para que a condição dolorosa na coluna lombar seja amenizada ou curada, tendo impactos positivos na qualidade de vida e bem-estar dos indivíduos afetados. **Objetivo:** Verificar quais os principais recursos fisioterapêuticos mais utilizados atualmente no tratamento da lombalgia. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão da literatura, utilizando as bases de dados, como PUBMED e Google Acadêmico, mediante os descritores: Fisioterapia, Lesões em atletas, Dor musculoesquelética e equivalentes em inglês. Os critérios de inclusão foram: trabalhos publicados entre os anos de 2014 a 2020, incluindo os que abordavam as alterações musculoesqueléticas devido aos treinos e esportes de alto nível, na língua portuguesa ou inglesa. E como critérios de exclusão: artigos que não relacionavam os treinos de alto nível com as alterações musculoesqueléticas e que tenham sido publicados em anos anteriores ao de 2014. **Resultados:** Foi selecionado um total de 848 artigos, desses, somente quatro se adequaram a temática desta revisão. O principal recurso mencionado nos artigos foi à terapia manual, que é uma das técnicas mais apropriadas para a reabilitação, pois promove o alívio das dores e, por consequência, da função biomecânica dos tecidos. O segundo recurso mais mencionado foi às técnicas de cinesioterapia, destacam-se os alongamentos, que são condutas indispensáveis durante o tratamento de lombalgia, uma vez que aliviam a tensão e retração dos músculos, que quando retraídos podem resultar em quadros algícos. Por fim, outro recurso muito utilizado é a Estimulação Elétrica Nervosa Transcutânea (TENS) tendo como principal objetivo a redução da dor. **Conclusão:** Portanto as diversas abordagens fisioterapêuticas mencionadas são alternativas relevantes ao tratamento de pacientes com lombalgia, sendo seus principais benefícios: Analgesia, relaxamento muscular, e ganho de mobilidade da região lombar. Assim, tais condutas fisioterapêuticas podem proporcionar uma melhora significativa na qualidade de vida dos acometidos.

Palavras-chave: Fisioterapia. Reabilitação. Lombalgia.

Área Temática: Fisioterapia Traumato-Ortopédica.

PROCESSOS FISIOLÓGICOS DA DOR FANTASMA EM PACIENTES SUBMETIDOS À AMPUTAÇÃO TRANSFEMORAL E SUAS CONSEQUÊNCIAS

Styllon Ferreira dos Santos¹; Elivelton Sousa Montelo²; Ana Clara Antônio Joviano¹

¹Universidade Federal de Juiz de Fora Campus Avançado Governador Valadares; ²Universidade Federal do Delta Parnaíba

INTRODUÇÃO: A dor de membro fantasma foi relatada pela primeira vez nos meados do século XVI pelo médico cirurgião militar francês Ambrose Paré. Se refere a uma percepção de dor em um membro amputado ou dor após desaferentação parcial ou total. Em indivíduos submetidos à cirurgia de amputação transfemoral observa-se uma ativação do circuito parietofrontal e nas áreas de Brodmann 6, 14 e 5 com estimulação do coto na percepção de dor. A perda de um membro pode estar relacionada a traumas e patologias do sistema endócrino. A percepção de dor no membro fantasma afeta aproximadamente 60% dos indivíduos com amputação transfemoral. **OBJETIVOS:** Realizar uma revisão da literatura sobre processos fisiológicos da dor fantasmas em pacientes que foram submetidos à cirurgia de amputação transfemoral e suas consequências. **MATERIAIS E MÉTODOS:** Busca de artigos científicos completos, indexados na base de dados Pubmed e Scielo, sem restrição de datas, utilizando-se os descritores “Phantom pain”, AND, “Transfemoral amputation”. Os critérios de inclusão foram estudos que descreveram, avaliaram e relataram dor em membro fantasma pós amputação transfemoral e seus processos fisiológicos. Artigos duplicados e de revisão foram excluídos. **RESULTADOS:** encontrou-se 40 artigos, destes foram selecionados 18 que compuseram a revisão. A dor do membro fantasma está relacionada ao processo intenso de reorganização do cérebro, que causa uma plasticidade no sistema sensorio-motor. No hemisfério desaferentado foram encontradas uma ativação do coto em S1, M1, V1 e uma mudança do córtex motor e de associação. A intensidade da dor não está relacionada com a ativação em M1 e S1, mas sim em V1. Além de contribuir para a recuperação, o uso de imagem motora (IM) pode contribuir para promover o alívio e modelar a intensidade da dor, usando a Escala Visual Analógica (EVA). Como consequência tem-se a lombalgia. **CONCLUSÃO:** Estudos concluíram que a dor em membro fantasmas está presente na maioria dos pacientes com amputação transfemoral acompanhada de lombalgia, os mecanismos periféricos e espinhais são considerados responsáveis pela modulação da dor em indivíduos afetados, melhorar a qualidade de vida desses indivíduos inclui a reabilitação que contribui para diminuir a dor em membro fantasma.

Palavras Chaves: Neurociência. Membro Fantasma. Dor Fantasma. Amputação

Área Temática: Traumatologia-ortopédica.

SINTOMAS OSTEOMUSCULARES EM PACIENTES PÓS COVID-19: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Danilo Reis Barbosa¹, Rafaela Pereira Cunha², Gabriela Figueiredo de Oliveira³, Jennifer Maia Pessoa⁴, Tiago Sousa da Costa⁵, Juliana Nascimento da Silva⁶, Pedro Ítalo Almeida de Sousa⁷, Elidiane Moreira Kono⁸.

^{1,2,3,4,5,6,7} Acadêmicos de Fisioterapia/Universidade do Estado do Pará, ⁸ Mestre em Ensino e Saúde na Amazônia/Docente da Universidade do Estado do Pará.

Introdução: A Covid-19, causada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2), tem como principal repercussão síndromes respiratórias, que podem apresentar-se em níveis leves, moderados e graves. No entanto, essas não são as únicas consequências que este vírus pode vir a manifestar, os efeitos tardios ou colaterais dos tratamentos realizados para essa afecção podem incluir dor, fraqueza em decorrência da imobilidade, contraturas, miopatia do paciente crítico, instabilidade postural e disfunções musculares. **Objetivo:** Verificar as principais queixas osteomusculares em pacientes pós-Covid-19. **Metodologia:** Trata-se de um estudo retrospectivo baseado na literatura através de consulta nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google Acadêmico. As palavras-chave utilizadas foram Fisioterapia, Infecções por Coronavírus e Doenças Musculoesqueléticas. Os critérios de inclusão utilizados foram trabalhos publicados entre o recorte temporal de 2020 a 2021 e que associem a Covid-19 com distúrbios musculoesqueléticos. E como critérios de exclusão artigos que não abordem queixas musculoesqueléticas no paciente pós Covid-19 e que relacionem os distúrbios musculoesqueléticos com outras patologias, além da Covid-19. **Resultados:** De um total de 104 artigos encontrados, 3 se adequaram a temática desta revisão. Os estudos demonstraram como principal sintoma, síndromes respiratórias e outros sintomas sistêmicos. Embora pouco seja conhecido sobre as consequências da Covid-19 a longo prazo, sabe-se que os casos mais graves geralmente necessitam de tratamento intensivo e acabam acarretando consequências no sistema musculoesquelético, devido ao tempo prolongado dos pacientes na UTI (Unidade de Terapia Intensiva), que causa o imobilismo. Como resultado os pacientes podem apresentar, problemas físicos, tais como a perda de massa e da função muscular, mialgia, encurtamento muscular, contraturas (miogênicas, neurogênicas, artrogênicas) e déficit de equilíbrio. **Conclusão:** Portanto, as queixas osteomusculares no pós-Covid são variáveis de acordo com o quadro clínico apresentado. No entanto, notou-se que a gravidade musculoesquelética tem relação direta com a quantidade de tempo inativo do paciente em uma UTI. Assim, as queixas são mais severas nesses pacientes que necessitam de tratamentos intensivos, devido ao prolongamento da inatividade osteomuscular.

Palavras-chave: Fisioterapia. Infecções por coronavírus. Doenças musculoesqueléticas.

Área Temática: Fisioterapia Traumato-Ortopédica.

TRATAMENTO ATRAVÉS DO EXERCÍCIO PARA ALÍVIO DE DOR E FUNÇÃO EM ATLETAS COM TENDINOPATIA PATELAR: REVISÃO DE LITERATURA

Francisco Silveira Pires¹; Thiago Ferreira Timoteo²

¹Acadêmico do Curso de Fisioterapia – UNIVERSO/JF; ²Mestre em Educação Física – UFJF e docente da UNIVERSO/JF; ³Membro da Liga Acadêmica UNISPORT

Introdução: Entende-se como tendinopatia a lesão por uso excessivo, degenerativa e específica do tendão. Sua etiologia não está bem esclarecida, podendo estar associada à cargas mecânicas ou condições metabólicas. A tendinopatia patelar (TP) tem maior incidência em atletas corredores e saltadores. Caracteriza-se por dor no polo inferior da patela, bem como perda de rendimento na modalidade esportiva. Dentre as opções de manejo ofertadas para a TP, o tratamento conservador por meio da terapia por exercício, através do fortalecimento muscular, tem se mostrado mais eficaz para restabelecer função e o alívio da dor. **Objetivos:** Comparar a eficácia de tratamentos através do exercício de diferentes formas de contração para alívio da dor e função em atletas com tendinopatia patelar. **Metodologia:** A pesquisa caracteriza-se como revisão de literatura. Foi realizada na base de dados Pubmed, busca de artigos publicados entre os anos de 2009 e 2021, norteado pelos descritores *Decs patellar tendinopathy, exercise therapy, pain AND function*. Foram encontrados 17 artigos, sendo incluídos 6 estudos na língua inglesa do tipo ensaios clínicos randomizados que investigassem o efeito do exercício sobre os desfechos: dor e função. Os critérios de exclusão foram artigos de revisão sistemática (com ou sem meta-análise) e artigos que não abordassem o tema. **Resultados/Discussão:** Exercícios de fortalecimento muscular são eficazes no tratamento para tendinopatia patelar. No entanto, não existe um consenso quanto à categoria de contração muscular, bem como dose e intensidade. Não houve diferença entre diferentes tipos de contrações isométricas para o alívio da dor imediata, porém, quando comparado com contrações isotônicas, contrações isométricas se mostrou superior. O exercício quando comparado com tratamento de injeção de corticoide, se mostrou superior a longo prazo independente da forma de contração. **Conclusão:** Dentre as formas de tratamento para tendinopatia patelar, o exercício é o mais eficaz, seguro e duradouro. A resposta ao exercício é variável entre a população, o ideal é estabelecer um protocolo específico guiado pelas fases da tendinopatia conforme a individualidade do atleta para redução de dor e restaurar a função.

Palavras-chave: Tendinopatia patelar; Tendinopatia em atletas; Terapia por exercício.

Área Temática: Fisioterapia Esportiva

VALIDAÇÃO DE UMA BALANÇA SUSPensa PARA AVALIAÇÃO DE FORÇA ISOMÉTRICA DE EXTENSÃO DE JOELHO

Kariny Realino do Rosário Ferreira¹, Aline Ferreira Miranda Machado¹, Maria de Cássia Gomes Souza¹, Matheus Almeida Souza¹, Isabella Christina Ferreira¹, Alexandre Wesley Carvalho Barbosa¹

Universidade Federal de Juiz de Fora- *Campus* Avançado Governador Valadares¹Núcleo de Investigação Músculo-Esquelético NIME

Introdução: A avaliação de força é de extrema importância para a implementação de um tratamento fisioterapêutico e acompanhamento da evolução do paciente, métodos de avaliação de força de forma quantitativa e objetiva ainda demandam um grande investimento do profissional, alternativas de baixo custo validadas supririam essa demanda. **Objetivo:** Analisar a validade instrumental de uma balança suspensa de baixo custo (BS) para movimento de extensão de joelhos, comparando com as medidas de pico de força isométrica de uma célula de carga de nível laboratorial (CCL). **Metodologia:** Foram avaliados 32 voluntários utilizando como critério de inclusão ter idade entre 18 à 45 anos e exclusão possuir histórico de lesões e/ou disfunções que houvesse acometimento dos membros inferiores. O movimento de extensão de joelho foi testado com os equipamentos BS e CCL fixados em série, o voluntário foi instruído a se posicionar na posição sentada com joelho em 90° e realizar o movimento de extensão de joelho no momento em que fosse solicitado. O teste de Mann-Whitney foi usado para comparar diferenças ($p < 0,05$). Foram utilizados o teste alfa de Chronbach, o erro padrão de medição (SEM), regressão linear estimando o coeficiente de correlação (r) e o coeficiente de determinação ajustado (r^2). O método de Bland-Altman estimou o viés de medida. As análises estatísticas foram feitas pelo software JAMOVI. **Resultados:** Os voluntários apresentaram média de idade 26 ± 10 anos, altura 172 ± 8 cm, peso 69 ± 13 kg, índice de massa corporal 23 ± 4 kg/m². Não houve diferenças entre os grupos ($p = 0,67$ [MID] e $0,77$ [MIE]). Mostrando que o CCL e BS aferiram valores semelhantes. ICC = 0,98 e alfa chronbach = 0,99 (excelente) e correlação elevada sendo um resultado que confirma a validade do equipamento BS. **Conclusões:** Com base nos resultados apresentados pode ser considerado que a BS é um equipamento válido para avaliação de força muscular de extensão de joelho. A CCL custa cerca de US\$2.000,00, enquanto a BS US\$37,00, sendo assim no quesito de preço e portabilidade concluímos que é uma alternativa viável para o profissional de fisioterapia aderir.

Palavras-Chaves: Tecnologia de Baixo Custo; Avaliação Fisioterapêutica; Força Muscular.

INCIDÊNCIAS DE LESÕES E PREFERÊNCIAS SOBRE ESTRATÉGIAS PREVENTIVAS EM JOGADORES DE FUTEBOL PROFISSIONAL.

Henrique Barbosa Ramos¹; Styllon Ferreira dos Santos¹; Danilo Reis Coimbra¹; Flávio de Jesus Camilo¹; Renato Siqueira de Souza¹; Cristiano Diniz da Silva¹

¹Universidade Federal de Juiz de Fora, Campus Avançado Governador Valadares

INTRODUÇÃO: O futebol é caracterizado por grandes esforços psicofisiológicos, com alto requerimento energético e dispndimento de movimentações envolvendo acelerações, desacelerações, rápidas mudanças de direção e disputas de bola, e uma, demandas com alta exposição a fatores de risco para lesões. **OBJETIVO:** investigar as percepções de jogadores profissionais de futebol sobre eventos regressos de lesão(ões) na carreira e preferência no uso de estratégias de prevenção. **MÉTODOS:** utilizando-se de desenho descritivo-analítico, observacional retrospectivo (CAAE 03352818.1.0000.5147) foi feito levantamento (SurveyMonkey™) de fatores de riscos para lesão, assim como sobre preferência das estratégias de prevenção correntemente utilizadas nos clubes de futebol. **RESULTADOS:** 113 jogadores profissionais (18-39 anos, 7 ± 5 anos de carreira) retornaram respostas (taxa = 94.2%). Foi observado prevalência de lesões na carreira de 80% (taxa de lesão, 1.84 por jogador). Observou-se maior média etária ($p < 0.05$) e tempo de carreira ($p < 0.01$) nos jogadores com histórico de lesão na carreira. Os isquiotibiais (~26%) e a articulação do tornozelo (~24%) foram as segmentos anatômicos mais acometidos. Como fator de risco externo a lesão, para aproximadamente 43% dos respondentes há concordância do futebol ser de “alto risco”; e aproximadamente 48% “concordam totalmente” que o “desequilíbrio muscular” e “fadiga” são os maiores fatores de risco interno. Como estratégias de prevenção de lesões no futebol, os atletas tiveram preferência prioritárias por treinamentos de “minijogos” e trabalhos orientados que envolvessem a bola. **CONCLUSÃO:** esses atletas percebem o futebol como um esporte de alto risco para lesões. O tempo de profissão e idade cronológica concordam com maior suscetibilidade à lesão. Notou-se maior prevalência de lesões musculoesqueléticas nos membros inferiores. Quanto as estratégias, métodos e programas de prevenção de lesão, percebeu-se que nem todos os atletas as conhecem, e na visão dos futebolistas aquelas estratégias de prevenção que envolvem formas jogadas são as mais preferidas.

Palavras-chave: Percepção. Lesão. Fatores de risco. Futebol.

Área Temática: Fisioterapia esportiva

PRINCIPAIS RECURSOS FISIOTERAPÊUTICOS EMPREGADOS EM PACIENTES COM LOMBALGIA

Miriam Eloana Lopes Bacelar¹; Byanca Soares da Silva²; Danilo Reis Barbosa³; Daniel Garcia Paixão⁴; Tiago Sousa da Costa⁵; Israel Clemeson Moutinho Leite⁶; Sara Farias Oliveira⁷; Gabriela Amorim Barreto⁸.

^{1,2,3}Acadêmicos de Fisioterapia/Universidade do Estado do Pará; ⁴Acadêmico de Fisioterapia/Universidade da Amazônia; ^{5,6,7}Acadêmicos de Fisioterapia/Universidade do Estado do Pará; ⁸Mestre em Ensino em Saúde na Amazônia/Universidade do Estado do Pará.

Introdução: A lombalgia é um sintoma doloroso que se manifesta na região lombar podendo haver irradiação para os membros inferiores. Esta vem sendo retratada como um problema de saúde cada vez mais frequente entre a população, necessitando, assim, de mais pesquisas acerca dos possíveis métodos de tratamento. Além disso, a fisioterapia se destaca ao apresentar uma variedade de recursos terapêuticos que podem ser empregados para que a condição dolorosa na coluna lombar seja amenizada ou curada, tendo impactos positivos na qualidade de vida e bem-estar dos indivíduos afetados. **Objetivo:** Verificar quais os principais recursos fisioterapêuticos mais utilizados atualmente no tratamento da lombalgia. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão de literatura, na qual foi utilizada a base de dado Google acadêmico. Foi utilizado como descritores: Fisioterapia; Reabilitação; Lombalgia e equivalentes em inglês. Os artigos foram selecionados utilizando como processo de inclusão artigos na língua portuguesa e inglesa, publicados no período de 2016 a 2020. Foram excluídos os trabalhos que não estivessem disponíveis na íntegra e que não se enquadrassem nos critérios de inclusão. **Resultados:** Os principais recursos encontrados foram a eletrotermoterapia e as técnicas de cinesioterapia, como as mobilizações e alongamentos. As manobras de mobilização se destacaram por seus vários efeitos na circulação, no relaxamento muscular e nas articulações. As técnicas de cinesioterapia têm a capacidade de promover adaptações biomecânicas resultando no controle do estresse, consequentemente, diminuindo o quadro algico, além de atuar na prevenção. Dentre as técnicas de cinesioterapia destaca-se os alongamentos musculares, que são condutas indispensáveis durante o tratamento de lombalgia, uma vez que aliviam a tensão e retração dos músculos, que quando retraídos podem resultar em quadros algicos. Os recursos de eletrotermoterapia são reconhecidos por sua importância em combater a dor, principalmente na fase agudizada, refletindo em realização precoce dos movimentos. **Conclusão:** Conclui-se que as diversas abordagens fisioterapêuticas mencionadas são relevantes como protocolos ou alternativas de tratamento e intervenção em pacientes com lombalgia, atuando na redução da pressão na região lombar, no relaxamento muscular, no combate a dor com a eletrotermoterapia, por exemplo. Assim, tais condutas fisioterapêuticas podem proporcionar uma melhora significativa na qualidade de vida dos acometidos.

Palavras-chave: Fisioterapia. Reabilitação. Lombalgia.

Área Temática: Fisioterapia Traumato-Ortopédica.



editoraomnisscientia@gmail.com 

<https://editoraomnisscientia.com.br/> 

@editora_omnis_scientia 

<https://www.facebook.com/omnis.scientia.9> 

+55 (87) 9656-3565 



editoraomnisscientia@gmail.com 

<https://editoraomnisscientia.com.br/> 

@editora_omnis_scientia 

<https://www.facebook.com/omnis.scientia.9> 

+55 (87) 9656-3565 