



**UNILEÃO – CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE FISIOTERAPIA**

RAIMUNDA IONARIA PESSOA DA SILVA

**A PREVALÊNCIA DE LESÕES NO ATLETA FUTEBOLISTA, UMA VISÃO
FISIOTERAPÊUTICA DA LESÃO AO TRATAMENTO: UMA REVISÃO DE
LITERATURA**

**JUAZEIRO DO NORTE
2019**

**A PREVALÊNCIA DE LESÕES NO ATLETA FUTEBOLISTA, UMA VISÃO
FISIOTERAPÊUTICA DA LESÃO AO TRATAMENTO: UMA REVISÃO DE
LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Dr.
Leão Sampaio (Campus Saúde), como requisito para
obtenção do Grau de Bacharelado.

Orientador: Prof. Esp. Victor Filgueira Rosas

RAIMUNDA IONARIA PESSOA DA SILVA

**A PREVALÊNCIA DE LESÕES NO ATLETA FUTEBOLISTA, UMA VISÃO
FISIOTERAPÊUTICA DA LESÃO AO TRATAMENTO: REVISÃO DE LITERATURA**

DATA DA APROVAÇÃO: 16 / 12 / 2019

BANCA EXAMINADORA:



Professor Esp. Victor Filgueira Rosas.
Orientador



Prof. Esp. Thiago Santos Batista
Examinador 1



Prof. Esp. Paulo César Mendonça
Examinador 2

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, que foi minha maior força nos momentos de angústias e desespero. Sem ele, nada disso seria possível. Obrigada, senhor, por colocar esperança, amor e fé no meu coração. Aos meus pais, Cícero Soares e Francisca Pessoa, pela educação que me foi dada, desde criança, pelo apoio e o incentivo nas horas difíceis e na vontade de desistir.

À minha irmã, Cícera Paloma, por estar sempre comigo. Ao meu namorado Cícero Rivanildo pela paciência, companheirismo, e compreensão durante essa trajetória. Foi por causa de todos eles que se tornou possível o meu sonho.

Dedico mais essa conquista na minha vida àqueles que fazem parte dela, aos que me amam incondicionalmente. Cheguei onde estou por vocês.

A todos que, direta ou indiretamente, fizeram parte da minha formação, a minha eterna gratidão.

ARTIGO ORIGINAL

**A PERFORMANCE DO ATLETA FUTEBOLISTA, UMA VISÃO
FISIOTERAPÊUTICA DA LESÃO AO TRATAMENTO: UMA REVISÃO DE
LITERATURA**

Autores: Raimunda Ionaria Pessoa da Silva¹ e Victor Filgueira Rosa².

Formação dos autores

1- Raimunda Ionaria Pessoa da Silva

2- Victor Filgueira Rosas Professor do Colegiado de Fisioterapia da
universidade doutor Leão Sampaio.

Correspondência: narapessoa.np@gmail.com

Palavras chave: Fisioterapia. Futebol. Lesão.

RESUMO

Introdução: O futebol é uma modalidade esportiva conhecida mundialmente e praticada em diversos países, é considerado um esporte de contato que exige muito do praticante tanto de forma física ou psicológica, sendo um motivo de lesão, lesões estas que dá para ser prevenidas. O fisioterapeuta é o profissional apto a prevenir lesões uma vez que o mesmo apresenta requisitos práticos e científicos para tal funcionalidade, tal atuação do fisioterapeuta ainda pode ser justificada pelos custos uma vez que prevenir sai mais em conta que reabilitar, quando se leva em consideração os gastos financeiros e o tempo de afastamento do atleta. **Objetivos:** O presente trabalho tem como objetivo principal analisar perante a literatura as lesões que ocorrem no futebol, identificando fatores inerentes às lesões, verificando os tipos de lesões e apresentando as condutas fisioterápicas. **Metodologia:** Tal estudo trata-se de uma revisão literária do tipo narrativa que parte das coletas de artigos nas bases de dados entre os anos de 2009 a 2019 a fim de se ter uma resposta para uma problemática. **Resultados e Discussão:** Após a coleta pode-se totalizar um número de 149 artigos que foram criteriosamente analisados e incluídos ou excluídos do trabalho, após tal análise apenas 16 foi a amostra final, desta amostra podemos observar uma maior prevalência de praticantes do sexo masculino em todas as classes de tal modalidade esportiva, ainda podemos citar uma maior prevalência de lesão em tornozelo, causada por trauma direto, com lesões do tipo muscular, prevenida por fisioterapia de fortalecimento muscular. Tais resultados foi possível devido à corroboração dos artigos selecionados como amostra. **Conclusão:** Com isso podemos concluir que há um número escasso de estudos relacionado à temática, mas que perante a amostra faz-se necessário à presença de um fisioterapeuta na modalidade esportiva, não só trabalhando na recuperação de atleta, mas na prevenção de lesões dos mesmos.

Palavras chave: Fisioterapia. Futebol. Lesão.

ABSTRACT

Introduction: Football is a sport known worldwide and practiced in several countries, is considered a contact sport that demands a lot of the practitioner either physically or psychologically, being a cause of injury, injuries that can be prevented, the physiotherapist is the professional able to prevent injuries since it has practical and scientific requirements for such functionality, such physical therapist performance can still be justified by costs since prevention is more affordable than rehabilitate, when taking into account the financial expenses. And the time away from the athlete. **Objectives:** The present work has as main objective to analyze before the literature the injuries that occur in soccer, identifying factors inherent to the injuries, verifying the types of injuries and presenting the physiotherapeutic behaviors. **Methodology:** This study is a literary review of the narrative type that starts from the collection of articles in the databases from 2009 to 2019 in order to have an answer to a problem. **Results and Discussion:** After collecting a total of 149 articles that were carefully analyzed and included or excluded from the study, after such analysis only 16 was the final sample, from this sample we can observe a higher prevalence of male practitioners in In all classes of such sport, we can still mention a higher prevalence of ankle injury, caused by direct trauma, with muscle-type injuries, prevented by muscle-strengthening physical therapy. Such results were possible due to the corroboration of the articles selected as a sample. **Conclusion:** With this we can conclude that there is a scarce number of studies related to the theme, but that before the sample it is necessary the presence of a physiotherapist in the sport modality, not only working in the athlete recovery, but in the prevention of their injuries.

Keywords: Physiotherapy; Soccer; Lesion.

INTRODUÇÃO

O futebol é um esporte mundialmente conhecido e praticado, regido pela Federação Internacional de Futebol (FIFA), conta com um número de 208 países associados e mais de 2 milhões de participantes ativos (SELISTRE *et al.*, 2009). Até os anos 70 o futebol só era praticado de forma amadora, e tido como prática de tempo livre (DOS SANTOS; SANDOVI, 2011).

Tal modalidade esportiva se caracteriza pelo contato corpo a corpo intenso com exigências físicas altas e desgastes corporais intensos e que vem a cada ano evoluindo de forma rápida e gradativa (VASCONCELOS JR; ASSIS, 2010), tal intensidade faz com que os jogadores necessitam de uma demanda física adequada (SANTOS *et al.*, 2014).

Segundo Barbosa e carvalho 2008 e Carvalho 2013 a demanda corporal e psicológica dos praticantes da modalidade desportista é alta, de uma forma que chega quase ao limite de suas capacidades, e isso é o que torna os jogadores mais propícios a lesões. Ainda se tratando de lesão, ultimamente tem-se aumentado o número de afastamentos devido estas lesões, chegando de 50 a 60% dos praticantes (PALÁCIO; CANDELORO; LOPES, 2009).

Raymundo *et al* (2005), ainda coloca que a nova modalidade futebolista visa mais o porte físico dos praticantes que a própria arte de jogar, deixando o campo como uma arena de choques entre jogadores e fazendo com que haja uma maior sobrecarga articular por trauma direto.

Pode-se notar um maior índice de lesão do tipo musculoesquelética, com alterações de músculos, nervos, tendões, ligamentos, assim como cartilagem e articulação, sejam de quesitos agudos ou até mesmo crônicos degenerativos (PUNNET; WEGMAN, 2004), tais lesões podem ocasionar o afastamento do esporte por um tempo ou de forma definitiva (PALÁCIO; CANDELORO e LOPES, 2009).

O COFFITO na resolução N° 398 de 03 de agosto de 2011, oficializa que o fisioterapeuta tem todo o aparato técnico científico pode atuar na prevenção de comorbidades e agravos.

Dessa forma, surgiu o seguinte questionamento: qual a prevalência de lesões entre os atletas jovens e quais são as lesões mais comuns na pratica do futebol? A realização desse estudo justifica-se, pela alta incidência de lesões nos diferentes esportes, sendo que, em cada modalidade, se apresenta um local de maior acometimento. O presente trabalho tem como objetivo, analisar perante a literatura as lesões que ocorrem no futebol, identificando assim, os fatores inerentes ao aparecimento de lesões, verificando as principais lesões relacionadas à

prática do futebol e apresentando as principais condutas fisioterápicas relatadas na literatura para lesões em tal modalidade esportiva.

Diante disso, o trabalho é de relevância científica tendo em vista que há um número reduzido de artigos publicado perante o tema, de relevância social uma vez que os estudos mostram que nos dias atuais há uma busca pela atuação nessa modalidade esportiva e é de relevância pessoal para o pesquisador uma vez que fez o aprimoramento profissional na respectiva modalidade de atuação.

MÉTODO

O estudo se caracteriza como um estudo de revisão de literatura, do tipo narrativa. O levantamento de dados foi realizado no período de fevereiro a junho de 2019 nas bases de dados: LILACS, PubMed e Scielo. A pesquisa utilizou-se para o rastreamento dos artigos, os seguintes descritores em saúde: “Lesões”, “Futebol” e “Fisioterapia”, e foram coletados artigos dos últimos 10 anos, sendo de 2009 á 2019.

A princípio foram coletados artigos científicos nas bases de dados anteriormente citadas, através de leitura dos resumos. Logo após essa seleção, foram excluídos os artigos que não abordavam sobre o tema proposto, e que não possuíam no mínimo de dois descritores, que não estava completo, que fosse particular e os que estavam em português.

Sucedendo essa seleção efetuou-se uma leitura breve dos artigos escolhidos para afirmar se estes eram aptos a participar do estudo, segundo princípios de relevância temática. Em sequência, uma literatura precisa de cada um dos restantes, com adequação de tipo de estudo e resultados.

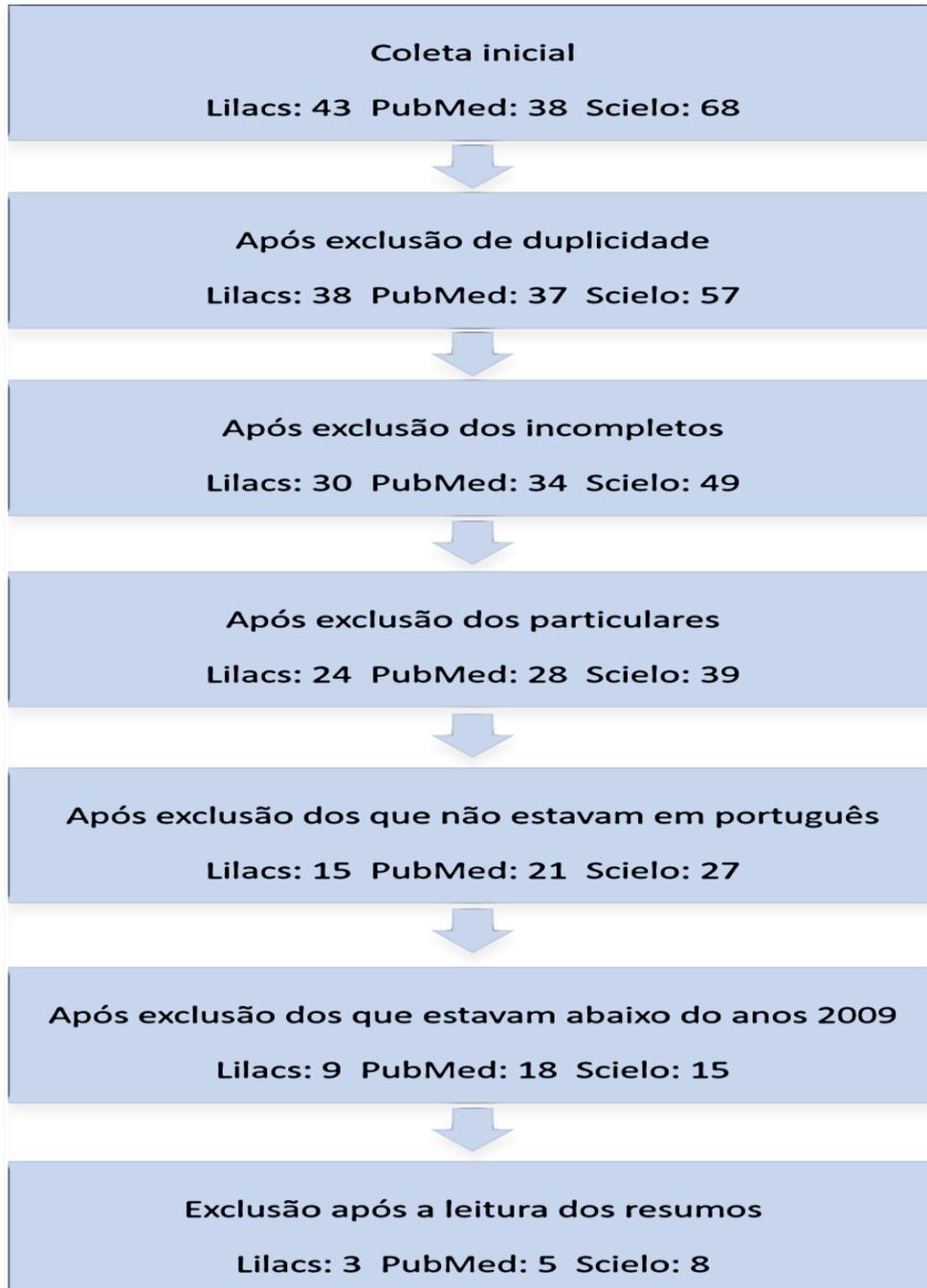
Para serem incluídos na pesquisa os artigos necessitavam dispor no mínimo dois dos descritores a seguir: “Lesões”, “Futebol”, “Fisioterapia”. Conseqüentemente, foram excluídos os artigos que fugissem do tema apresentado por esta pesquisa, que não condiziam com os dois descritores ou que não pertencesse a língua portuguesa.

Após a coleta dos estudos escolhidos, estes foram organizados pelo tipo de estudo e abordagem metodológica, e expostos de acordo com o tema, autores e ano.

RESULTADOS

Inicialmente foram coletados 149 artigos nas bases de dados Lilacs, PubMed e Scielo, após os critérios análise pelos critérios de exclusão ficaram 16 artigos, como mostra o fluxograma 1.

Fluxograma 1: coleta inicial até o número de amostra final



Fonte: SILVA e ROSAS, 2019

Os 16 artigos selecionados apresentam-se nos anos de 2009; 2011; 2013; 2015; 2018 e 2019, foram distribuídos, quantificados e identificados de A1 a A16 como mostra a tabela 1.

Tabela 1: Artigos distribuídos por Identificação; autor e ano; título; tipo de estudo; e objetivo

RESULTADOS

| Identificação | Autor e ano | Título | Tipo de estudo | Objetivo |
|---------------|----------------------|--|--|---|
| A1 | Beirão, 2009 | Estudo dos fatores desencadeantes do entorse do tornozelo em jogadores de futebol e elaboração de um programa de fisioterapia preventiva | Transversal | Investigar o número de entorses do tornozelo ocorrido nos anos de 2005 e 2006, no cricúma esporte clube. |
| A2 | Miranda et al., 2018 | Lesões musculares em atletas do sexo masculino atendidos no centro de estudos e atendimento em fisioterapia de presidente prudente -Sp | Descritivo e transversal | Objetivou-se caracterizar e determinar a frequência de lesões musculares (lm) de atletas atendidos em uma clínica universitária de fisioterapia. |
| A3 | Zanella et al., 2018 | Análise do valgo dinâmico como fator responsável pela dor anterior de joelho em jogadores de futebol de campo | Transversal | Analisar a relação entre valgo dinâmico e dor anterior do joelho em jogadores de futebol de campo profissional. |
| A4 | Sales et al., 2019 | Tratamento das lesões musculares agudas da coxa com ou sem punção do hematoma em atletas | Estudo longitudinal de intervenção clínica, controlado e não randomizado | Comparar o tempo médio de retorno dos atletas ao esporte após lesão muscular aguda da coxa com hematoma que foi ou não puncionado. |
| A5 | Borges et al., 2018 | Incidências de lesões em jogadores de futebol do time profissional de vitória da conquista – Bahia | Descritivo, transversal, de natureza quantitativa | Analisar a incidência de lesões, tipo, região anatômica e posição mais acometida bem como a opinião dos atletas sobre os seus fatores de risco em jogadores de futebol do time profissional de vitória da conquista, Bahia. |

| | | | | |
|------------|--|--|----------------------------|---|
| A6 | Zavarize et al., 2013 | Incidência de lesões musculoesqueléticas nas equipes base de futebol da associação atlética ponte preta | Transversal | Investigação das lesões musculoesqueléticas encontradas nos jogadores das equipes de base do futebol profissional da associação atlética ponte preta, |
| A7 | Kleinpaul; mann; dos santos, 2010 | Lesões e desvios posturais na prática de futebol em jogadores jovens | Transversal | Verificar a incidência de lesões, os principais desvios posturais e a possível associação entre lesões e desvios posturais em jogadores de futebol. |
| A8 | Gonçalves et al., 2015 | Epidemiologia de lesões musculoesqueléticas em praticantes amadores de futebol | Transversal, observacional | Analisar a epidemiologia de lesões musculoesqueléticas (lme) no futebol, relacionando-as com frequência de prática e nível de atividade física. |
| A9 | Pedrinnelli et al., 2013 | Estudo epidemiológico das lesões no futebol profissional durante a copa américa de 2011, argentina | Epidemiológico | Desenvolver estudo epidemiológico sobre as lesões ocorridas entre os jogadores profissionais de futebol masculino durante a copa américa de 2011, na Argentina. |
| A10 | Da silva; de moura; dos santos silveira, 2018 | Efeitos do treinamento muscular inspiratório em atletas de futebol | Ensaio clínico randomizado | Avaliar o desempenho e a força muscular inspiratória dos atletas de futebol antes e após um programa de treinamento muscular inspiratório. |
| A11 | De oliveira carvalho; de almeida novais; brito, 2015 | Prevalência de lesões em crianças e adolescentes praticantes de futebol de campo na cidade de Araçatuba Sp | Estudo de caso | levantamento sobre a prevalência de lesões em crianças e adolescentes que praticam o futebol de campo na cidade de Araçatuba sp. |

| | | | | |
|------------|------------------------------------|---|----------------|--|
| A12 | Do nascimento et al., 2015 | Lesões musculoesqueléticas em jogadores de futebol durante o campeonato paraense de 2013 | Transversal | Analisar as lesões musculoesqueléticas dos atletas de futebol profissional em um clube de Belém do Pará, durante o campeonato estadual do ano de 2013. |
| A13 | De carvalho, 2013 | Lesões ortopédicas nas categorias de formação de um clube de futebol | Epidemiológico | Fazer o levantamento epidemiológico das lesões ortopédicas de um departamento médico das categorias de formação de um clube de futebol de Curitiba. |
| A14 | De sena et al., 2013 | Análise da flexibilidade segmentar e prevalência de lesões no futebol segundo faixa etária | Transversal | avaliar a flexibilidade articular, extensibilidade muscular e prevalência de Id em praticantes de futebol, relacionando-as com a faixa etária. |
| A15 | Veiga; de melo daher; morais, 2011 | Alterações posturais e flexibilidade da cadeia posterior nas lesões em atletas de futebol de campo | Transversal | Demonstrar se existe relação entre as lesões esportivas com as alterações posturais e a flexibilidade da cadeia posterior. |
| A16 | Salistre et al., 2009 | Incidência de lesões nos jogadores de futebol masculino sub-21 durante os jogos regionais de sertãozinho-sp de 2006 | Transversal | Realizar um levantamento epidemiológico das lesões no futebol de campo sub-21 durante os 50ºs jogos regionais de sertãozinho de 2006. |

Fonte: SILVA e ROSAS, 2019

DISCUSSÃO

Após a análise dos artigos podemos identificar pontos cruciais para o presente trabalho, identificou-se que os 16 artigos foram desenvolvidos com um público 100% masculino.

Quanto às amostras Beirão (2009) (A1), Zanella et al. (2018) (A3), Sales et al. (2019) (A4), Borges et al. (2018) (A5), Kleinpaul, Mann e Dos Santos (2010) (A7), Pedrinnelli et al. (2013) (A9), Da Silva, De Moura e Dos Santos Silveira (2018) (A10) e Do Nascimento et al. (2015) (A12) trouxeram uma amostra exclusiva de atletas profissionais divergindo do estudo de Zavarize et al. (2013) (A6) e Gonçalves et al. (2015) (A8) que trazem em seus estudos uma amostra de atletas amadores.

Ainda se tratando da amostra diferente de Miranda et al. (2018) (A2), De Carvalho (2013) (A13), De Sena et al. (2013) (A14) e Salistre et al. (2009) (A16) trazem em seus estudos atletas amadores, já De Carvalho (2013) (A13), De Sena et al. (2013) (A14) De Oliveira Carvalho, De Almeida Novais e Brito (2015) (A11), Veiga, De Melo Daher e Morais (2011) (A15) e Salistre et al. (2009) (A16) trazem atletas infantis e juvenis.

Quanto à localização da lesão podemos notar que, 50% dos artigos selecionados como amostras apresentam com maior incidência o tornozelo como maior foco de lesão para esta modalidade esportiva, sendo que Beirão (2009) (A1) traz em seu estudo um índice de 100% de todas as lesões que ocorreram serem em tornozelo, nenhum dos outros estudos mostraram isso.

Todas as lesões de tornozelos presente nos estudos analisados, vieram acompanhados de outro local onde ocorreu lesões como no estudo de Zanella et al. (2018) (A3) e Kleinpaul, Mann e Dos Santos (2010) (A7), que apresentaram não somente como foco o tornozelo mais acrescentam lesões de joelho.

Tal lesão na região de joelho ainda pode ser observada nos estudos de Miranda et al (2018) (A2), Sales et al (2019) (A4), Borges et al (2018) (A5), De Moura e Dos Santos Silveira (2018) (A10) e De Sena et al (2013) (A14).

Sales et al (2019) (A4), além da região mostrar em seu estudo a região de joelho como localização das lesões, acrescenta em seu trabalho a região de coxas, corroborando com o estudo de Borges et al (2018) (A5).

Os estudos de De Moura e Dos Santos Silveira (2018) (A10) e De Sena et al (2013) (A14), não corroboram em nenhum momento com os dados supracitados, pois devido ao estudo desenvolvido De Moura e Dos Santos Silveira (2018) (A10), traz o tórax como local de lesão e De Sena et al (2013) (A14) apresenta a coluna como foco de lesão.

Quanto ao mecanismo de lesão Beirão (2009) (A1), Sales et al (2019) (A4), Pedrinnelli et al (2013) (A9), De Almeida Novais e Brito (2015) (A11), Do Nascimento et al (2015) (A12) e De Carvalho (2013) (A13) apresentam como mecanismo principal de lesão o trauma direto, onde De Carvalho (2013) (A13) em concordância com os estudos de Beirão (2009) (A1) e Sales

et al (2019) (A4), ainda acrescenta que o tipo de campo, os obstáculos enfrentados e o desequilíbrio corporal também são mecanismos.

Já para Miranda et al (2018) (A2) e Zanella et al (2018) (A3), não são problemas extrínsecos que causam as lesões e sim intrínsecos sendo o maior deles a fraqueza muscular, onde Miranda et al. (2018) (A2) fala de fraqueza de isquiotibiais, complexo adutor e tríceps sural e Zanella et al. (2018) (A3), acrescenta a fraqueza de glúteos.

Ainda levando em consideração ao mecanismo de lesão pode-se ainda pode ser levado em conta um dado, o tempo de treino, onde Borges et al (2018) (A5) traz que as lesões ocorreram em jogadores que apresentavam um tempo de treino excessivo, tal dado ainda pode ser notado nos estudos de Gonçalves et al (2015) (A8), Pedrinnelli et al (2013) (A9), Da Silva, De Moura e Dos Santos Silveira (2018) (A10), De Almeida Novais e Brito (2015) (A11), Do Nascimento et al (2015) (A12) e De Melo Daher e Morais (2011) (A15).

Borges et al (2018) (A5), ainda traz em seu estudo o relato de exercício repetitivo como mecanismo de lesão, tal dado foi detectado no estudo realizado por Nascimento et al. (2015) (A12).

Zavarize et al (2013) (A6) no seu estudo diz que o posicionamento do atleta na partida interfere diretamente nos índices de lesões, tal dado pode ser notado no estudo de Kleinpaul, Mann e Dos Santos (2010) (A7) e Salistre et al (2009) (A16).

Quanto ao tipo de lesão Salistre et al (2009) (A16), relata que as lesões em sua amostra foram lesões musculares, contusões, entorse, tendinite, luxação que corrobora com o estudo de Zavarize et al (2013) (A6) e fratura que foi um dado levantado na amostra de Zavarize et al (2013) (A6) e De Carvalho (2013) (A13).

Levando em consideração os dados levantados por Salistre et al (2009) (A16) de forma individual os estudos realizados por Sales et al (2019) (A4), Borges et al (2018) (A5), Pedrinnelli et al (2013) (A9), Do Nascimento et al (2015) (A12) e De Carvalho (2013) (A13) também apresentam em suas amostras lesões musculares.

Zavarize et al (2013) (A6), Kleinpaul, Mann e Dos Santos (2010) (A7), Gonçalves et al (2015) (A8), De Moura e Dos Santos Silveira (2018) (A10) e De Carvalho (2013) (A13) trazem nos seus estudos assim como Sales et al (2019) (A4) a presença de contusão em suas amostras.

Zavarize et al (2013) (A6) ainda traz em sua amostra a presença de lesão de menisco corroborando com o dado apresentado por Miranda et al (2018) (A2).

Corroborando com os dados de lesões apresentado por Sales et al (2019) (A4), Beirão (2009) (A1), Kleinpaul, Mann e Dos Santos (2010) (A7), Gonçalves et al (2015) (A8), Do

Nascimento et al (2015) (A12) e De Carvalho (2013) (A13), trouxeram em suas amostras a presença de entorse.

Kleinpaul, Mann e Dos Santos (2010) (A7) ainda traz no seu estudo a presença de estiramento de ligamentos, tal dado ainda pode ser observado no estudo desenvolvido por Borges et al (2018) (A5) e Gonçalves et al (2015) (A8).

Zanella et al (2018) (A3), De Sena et al (2013) (A14) e De Melo Daher e Morais (2011) (A15), apresentam nas suas amostras a presença de lesões do tipo postural.

Se tratando de tratamento fisioterápico dos 16 artigos, apenas 56,25% trouxeram algo específico e relatado para o fisioterapeuta, sendo que entre as opções de tratamento foram relatados o trabalho fisioterapêutico preventivo não especificado, o fortalecimento, exercício de flexibilidade, treino funcional.

Levando em consideração o trabalho preventivo pode se notar relato nos estudos de Beirão (2009) (A1), Zavarize et al (2013) (A6), Kleinpaul, Mann e Dos Santos (2010) (A7) e Salistre et al (2009) (A16).

Quanto ao fortalecimento pode se identificar nos estudos de Beirão (2009) (A1) e de Miranda et al (2018) (A2), no que diz respeito aos exercícios de flexibilidade os estudos desenvolvidos por Miranda et al (2018) (A2) e Borges et al (2018) (A5), apresentaram como modalidade terapêutica para sua amostra.

O treino funcional foi levantado por Borges et al (2018) (A5), assim como por Kleinpaul, Mann e Dos Santos (2010) (A7), De Moura e Dos Santos Silveira (2018) (A10), De Melo Daher e Morais (2011) (A15) e Salistre et al (2009) (A16).

CONCLUSÃO

Conclui-se que, de acordo com os artigos inclusos e analisados no presente estudo, as lesões que mais acometem no futebol são: lesões do tipo muscular, contusões, menisco, estiramento de ligamentos e entorses. Apresenta como fatores inerentes: trauma direto, fraqueza muscular e o tempo excessivo de treino sendo os de maiores incidências. Os artigos que foram analisados sobre a temática, citam o fortalecimento, exercício de flexibilidade e treino funcional como uma das condutas de tratamento. O presente trabalho pode ser utilizado como gancho para um estudo mais amplo com amostra maior.

REFERENCIAS

BARBOSA, B. T. C.; CARVALHO, A. M. **Incidência de lesões traumato-ortopédicas na equipe do Ipatinga futebol** clube-MG. *Movimentum. Revista Digital de Educação Física*. Vol. 3. Num. 1. p. 1-18. 2008.

BEIRÃO, M. E. **Estudo dos fatores desencadeantes do entorse do tornozelo em jogadores de futebol e elaboração de um programa de fisioterapia preventiva**. *Revista de pesquisa e extensão em saúde*, 2008.

BORGES, C. A. et al. **Incidências de lesões em jogadores de Futebol do time profissional de Vitória da Conquista-BA**. *RBFF-Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, v. 10, n. 37, p. 215-220, 2018.

CARVALHO, D.A. **Lesões ortopédicas nas categorias de formação de um clube de futebol**. *Revista Brasileira de Ortopedia*. Vol. 48. Num. 1. p. 41-4. 2013.

COFFITO: **Resolução Nº 395 do Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional**. Disponível em:< <https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=3158>>. Acesso em 20 de abril 2019.

COFFITO: **Resolução Nº 398 do Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional**. Disponível em:< <https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=3161>>. Acesso em 20 de abril 2019.

DA FONSECA, Sérgio T. et al. **Caracterização da performance muscular em atletas profissionais de futebol**. *Rev Bras Med Esp*, v. 13, n. 13, p. 143-147, 2007.

DA SILVA, H. P., DE MOURA, T. S., & DOS SANTOS SILVEIRA, F. **Efeitos do treinamento muscular inspiratório em atletas de Futebol**. *Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício (RBPFEEX)*, v. 12, n. 76, p. 616-623, 2018.

DE CARVALHO, D. A. **Lesões Ortopédicas nas categorias de formação de um clube de futebol**. *Revista Brasileira de Ortopedia*, v. 48, n. 1, p. 41-45, 2013.

DE OLIVEIRA CARVALHO, G. L., DE ALMEIDA NOVAIS, L. C., & BRITO, M. A. P. **Prevalência de Lesões em crianças e adolescentes praticantes de futebol de campo na cidade de Araçatuba SP, 2015**.

DE SENA, D. A. et al. **Análise da flexibilidade segmentar e prevalência de lesões no futebol segundo faixa etária**. *Fisioterapia e Pesquisa*, v. 20, n. 4, p. 343-348, 2013.

DO NASCIMENTO, G. A. R. L. et al. **Lesões musculoesqueléticas em jogadores de futebol durante o campeonato Paraense de 2013**. *RBFF-Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, v. 7, n. 25, p. 290-296, 2015.

DOS SANTOS, G. A. A.; SANDOVAL, R. A. **Perfil epidemiológico dos atletas profissionais do Vila Nova Futebol Clube no campeonato brasileiro série B 2010.** 2011.

GONÇALVES, M. V. P. et al. **Epidemiologia de lesões musculoesqueléticas em praticantes amadores de futebol.** *Motricidade*, v. 11, n. 4, p. 134-141, 2015.

Keller CS, Noyes FR, Buncher R. **The medical aspects of soccer injury epidemiology.** *Am J Sports Med.* 1987;15(3):230-7.

KLEINPAUL, J. F., MANN, L., & DOS SANTOS, S. G. **Lesões e desvios posturais na prática de futebol em jogadores jovens.** *Fisioterapia e pesquisa*, v. 17, n. 3, p. 236-241, 2010.

KLEINPAUL, Julio Francisco; MANN, L; DOS SANTOS, Saray Giovana. **Lesões e desvios posturais na prática de futebol em jogadores jovens.** *Fisioterapia e pesquisa*, v. 17, n. 3, p. 236-241, 2010.

MIRANDA, R. A. T. et al. **Lesões musculares em atletas do sexo masculino atendidos no Centro de Estudos e Atendimento em Fisioterapia de Presidente Prudente-SP.** *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v. 40 n. 1, p. 70-76, 2018.

PALACIO, E. P.; CANDELORO, B. M.; LOPES, A. A. **Lesões nos Jogadores de Futebol Profissional do Marília Atlético Clube: Estudo de Coorte Histórico do Campeonato Brasileiro de 2003 a 2005.** *Rev Bras Med Esporte.* v 15, n 1, p 31-35, Jan/Fev, 2009.

PEDRINELLI, A. et al. **Estudo epidemiológico das lesões no futebol profissional durante a Copa América de 2011, Argentina.** *Revista brasileira de ortopedia*, v. 48, n. 2, p. 131-136, 2013.

PUNNET, L.; WEGMAN, D.H. **Ergonomic stressors and upper extremity musculoskeletal disorders in automobile manufacturing: a one year follow up study.** *Occup Environ Med.* Vol. 61. p. 668-674. 2004.

QUEIROZ, M. B. L. **O projeto pedagógico do curso de fisioterapia e a formação para atuação na área de dermatofuncional.** Dissertação (Mestrado em Educação) – Programa de Pós-Graduação em Educação da Pontifícia Universidade Católica do Paraná. Curitiba: PUC/PR, 2005.

RAYMUNDO, J.L.P. et al. **Perfil das lesões e evolução da capacidade física em atletas profissionais de futebol durante uma temporada,** *Revista Brasileira de Ortopedia.* Vol. 40. Num. 6. p. 341-48. 2005.

SALES, R. M. et al. **Tratamento das lesões musculares agudas da coxa com ou sem punção do hematoma em atletas.** *Revista Brasileira de Ortopedia*, v. 54, n. 1, p. 006-012, 2019.

SANTOS, G.P. et al. **Incidência de lesões esportivas e supratreinamento no futebol**, *Revista ConScientiae Saúde*. Vol. 13. Num. 2. p. 203- 10. 2014.

SELISTRE, L. F. A. et al. **Incidência de lesões nos jogadores de futebol masculino sub-21 durante os Jogos Regionais de Sertãozinho-SP de 2006**. *Rev. bras. med. esporte*, v. 15, n. 5, p. 351-354, 2009.

SELISTRE, L. F. A. *et al.* **Incidência de Lesões nos Jogadores de Futebol Masculino Sub-21 Durante os Jogos Regionais de Sertãozinho SP de 2006**. *Rev Bras Med Esporte*. v 15, n 5, p 351-354, Set/Out, 2009.

VASCONCELOS JÚNIOR, J.V.; ASSIS, T.O. **Lesões em atletas de futebol profissional de um clube da cidade de Campina Grande, no estado da Paraíba**. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*. Vol. 8. Num. 26. p. 1-5. 2010.

VEIGA, P. H. A., DE MELO DAHER, C. R., & MORAIS, M. F. F. **Alterações posturais e flexibilidade da cadeia posterior nas lesões em atletas de futebol de campo**. *Revista brasileira de ciências do esporte*, v. 33, n. 1, 2011.

ZANELLA, A. M. et al. **Análise do valgo dinâmico como fator responsável pela dor anterior de joelho em jogadores de futebol de campo/Analysis of dynamic valgus as a factor responsible for anterior knee pain in field soccer players**. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 2, n. 1, p. 418-439, 2018.

ZAVARIZE, S. F. et al. **Incidência de lesões musculoesqueléticas nas equipes base de futebol da associação atlética ponte preta**. *Saúde e Desenvolvimento Humano*, v. 1, n. 2, p. 37-46, 2013.

ZOPPI C. C. et al. **Alterações em biomarcadores de estresse oxidativo, defesa antioxidante e lesão muscular em jogadores de futebol durante uma temporada competitiva**. *Rev. paul. Educ. Fís.*, São Paulo, v. 17, n. 2, p. 119-30, 2003.