

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG

EVERSON DE JESUS BIANCHIN

LESÕES MAIS FREQUENTES EM ATLETAS DE BASQUETEBOL

CASCABEL

2021

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG

EVERSON DE JESUS BIANCHIN

LESÕES MAIS FREQUENTES EM ATLETAS DE BASQUETEBOL

Trabalho de Conclusão de Curso TCC-
Artigo para obtenção da aprovação e
formação no Curso de Educação Físico
Bacharelado pelo Centro Universitário
FAG.

**Professor Orientador: Alceu
Martins Junior**

**CASCABEL
2021**

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG

EVERSON DE JESUS BIANCHIN

LESÕES MAIS FREQUENTES EM ATLETAS DE BASQUETEBOL

Trabalho de Conclusão de Curso TCC como requisito para a obtenção da formação no Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário FAG

BANCA EXAMINADORA

Orientador Prof. Esp. Alceu Martins Junior

Prof. Dr. Everton Roman

Banca avaliadora

Prof. Mestre. Lissandro Moises Dorst

Banca avaliadora

DEDICATÓRIA

Cascavel, 2021 LESÕES MAIS FREQUENTE EM ATLESTAS DE BASQUETEBOL

Everson BIANCHIN DE JESUS¹

Alceu MARTINS JUNIOR²

ejbianchin@minha.fag.edu.br

RESUMO

O basquetebol é um esporte coletivo cujo objetivo geral é extremamente simples, onde basicamente duas equipes de cinco jogadores cada time, que se deslocam rapidamente em uma disputa, esta partida onde quem acertar mais cestas. O basquete é um esporte no qual acontece uma grande variedade de lesões, tanto agudas como as provocadas pela repetição dos gestos motores, ou seja, lesões por sobrecarga. **Objetivo:** Analisar por meio de uma revisão bibliográfica, as lesões mais frequentes no basquetebol, por meio de uma revisão bibliográfica. Este estudo é de caráter investigativo, utilizando como método a revisão bibliográfica, **Materiais Métodos:** A pesquisa por artigos foi realizada por meio de consultas às bases de dados Scientific Electronic Library Online (SCIELO), National Library of Medicine (MEDLINE), literatura latino-americana em ciências da saúde (LILACS). A busca foi iniciada com 69 artigos das três bases de dados pesquisadas, sendo scielo 13 artigos, Lilacs 49 artigos Medline 7 artigos. Foram removidos 35 artigos duplicados, sendo realizada a leitura de títulos em 34 artigos. Após a leitura dos títulos foram excluídos 14 artigos, desta forma, 20 artigos foram selecionados por leitura dos resumos e destes, permaneceram 15 para a leitura completa, dos quais se selecionou 9 artigos que contemplaram o critério de inclusão. **Resultados:** Foram apurados um montante de 967 lesões musculoesqueléticas, sendo o tornozelo onde houve a maior frequência com 197 lesões, seguido do joelho com uma presença de 122 lesões. **Conclusão:** O estudo teve seu objetivo alcançado em determinar as lesões mais frequentes em atletas do basquetebol, sendo obtido o resultado que o tornozelo é o lugar onde ocorrem mais lesões seguido do joelho. Entende-se que há vários fatores que influenciam para esse resultado, como idade, carga de treino, posição do jogador, tênis, superfície de jogo entre outros, mesmo o esporte hoje estando em um alto nível técnico cabe as equipes e atletas trazer formas de diminuir o quadro de lesões.

Palavras-chave: Lesões, Basquetebol, Atletas

Everson de Jesus Bianchin¹

Alceu Martins Junior²

MOST FREQUENT INJURIES IN BASKETBALL ATHLETES

Everson BIANCHIN DE JESUS¹
Everbianchin@minha.fag.edu.br

ABSTRACT

Basketball is a team sport whose general objective is extremely simple, where basically two teams of five players each team, moving quickly in a dispute, this match where whoever hits the most baskets. Basketball is a sport in which a wide variety of injuries occur, both acute and those caused by the repetition of motor gestures, that is, overuse injuries. Objective: The aim of this study was to analyze, through a literature review, the most frequent injuries in basketball, through a literature review. This study is investigative in nature, using literature review as a method. The search for articles was carried out by consulting the Scientific Electronic Library Online (SCIELO) databases, National Library of Medicine (MEDLINE), Latin American literature in Health Sciences (LILACS). Materials and Methods: The search started with 69 articles from the three searched databases, being scielo 13 articles, Lilacs 49 articles Medline 7 articles. Thirty-five duplicate articles were removed, and titles were read in 34 articles. After reading the titles, 14 articles were excluded, thus, 20 articles were selected by reading the abstracts and from these, 15 remained for the full reading, from which 9 articles that met the inclusion criteria were selected. Results: A total of 967 musculoskeletal injuries were found, with the ankle where there was the highest frequency with 197 injuries, followed by the knee with a presence of 122 injuries. Conclusion: The study had its objective to determine as the main base in basketball athletes, being compiled the result that the ankle is the place where it occurs more followed by the knee. It is understood that there are several factors that influence this result, such as age, training load, player position, tennis, playing surface, among others, even the sport used today at a high technical level, it is up to teams and athletes to bring ways of reducing the injury picture

Key words: Atletas, lesões, basquetebol

Acadêmico¹ EVERSON DE JESUS BIANCHIN
Orientador² ALCEU MARTINS JUNIOR

,

1 INTRODUÇÃO

O basquetebol é um esporte coletivo de que objetivo geral é bem simples, onde basicamente duas equipes de cinco jogadores cada time, que se deslocam velozmente em uma disputa, vence esta partida quem acertar mais cestas (cada acerto de bola dentro da cesta pode ter o valor: 1, 2 ou 3 pontos dependendo do local que a bola foi arremessada), ou seja acertar mais arremessos onde a bola passará por dentro de um dos dois aros (cestas) dispostas em ambos os lados da quadra, o time que somar mais pontos seguindo as regras oficiais impostas pela FIBA (Federação Internacional de Basquetebol) vence. (SANTANA et al, 2016).

Esta modalidade coletiva ainda que definido como um esporte de pouco contato segundo (Maqueta et al 1999), acontece um contato constante entre os atletas, até mesmo entre atletas da mesma equipe. Trata-se de uma modalidade desportiva na qual acontecem situações muito variadas: repetição de gestos, acelerações e desacelerações bruscas, deslocamentos laterais, saltos e outros. Podendo ocasionar lesões que são definidas como qualquer dano ou mudança anormal no tecido de um organismo vivo. Tais anomalias podem ser causadas por doenças, traumas ou simplesmente pela prática de esportes.

Além disso, os jogadores de basquete possuem características que favorecem e se adaptam a modalidade, como a predominância de grandes estaturas e pesos elevados. Por estas razões, o basquete é um esporte no qual acontece uma grande variedade de lesões, tanto agudas como as provocadas pela repetição dos gestos motores, ou seja, lesões por sobrecarga. Em algumas ocasiões há um mecanismo múltiplo para as lesões (MARQUETA, et al, 1999). Lesão é um dano causado por uma patologia ou traumatismo físico sofrido pelos tecidos do corpo.

De acordo com o histórico o basquetebol apesar de ser um esporte relativamente novo no contexto histórico, com pouco mais de 100 anos de existência, é altamente praticado pelo mundo, tanto na categoria masculina como feminina, nas várias idades. Esse esporte apresenta todos as características e movimentações básicas como saltos, aterrissagens, corridas, aceleração, desaceleração e mudanças de direção, que trazem uma grande chance de ocorrerem lesões. Dessa forma, disputas com grande dimensão, intensidades altas de treinamento e o grande contato entre adversários acarreta a um alto nível de lesões. O basquetebol por apresentar saltos em grande quantidade durante jogos e treinos, pela própria dinâmica do esporte, acarreta a muitos atletas sobrecargas

corporais diversas, sendo as articulações dos membros inferiores as mais acometidas (SILVA; ABDALLA; FISBERG, 2007).

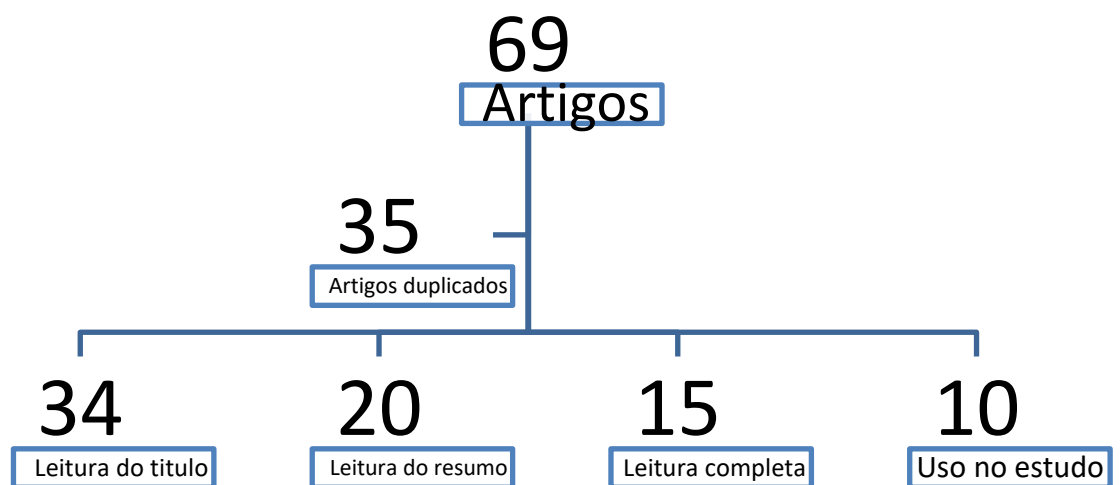
O basquete é uma modalidade de alta intensidade e rendimento, que leva o atleta a usar suas capacidades físicas em níveis altíssimos. “Este esporte apresenta inúmeros casos de lesões, causadas por saltos frequentes, aterrissagens, mudanças de direção, pivoteios e contato físico característicos da modalidade, (ALMEIDA NETO et al, 2013.)

As lesões podem ser fatores negativos que acabam atrapalhando na carreira de um atleta, já que podem comprometer todo o seu desempenho, então torna-se de suma importância, entender de onde é mais frequente essas lesões ocorrerem. “A repetitividade desses impactos acarreta acometimento de lesões por sobrecarga que afetam principalmente o joelho e a coluna lombar, (SILVESTRE Michelli Vitoria 2003).

O objetivo do presente estudo foi analisar por meio de uma revisão bibliográfica, as lesões mais frequentes no basquetebol.

2 MÉTODOS

Fluxograma referente a busca e escolhas de artigos.



Este estudo é de caráter investigativo, utilizando como método a revisão bibliográfica, o processo de pesquisa e levantamento de dados, que foi realizado no período de 01 setembro a 15 de outubro de 2021. A pesquisa por artigos foi realizada por meio de consultas às bases de dados Scientific Electronic Library Online (SCIELO), National Library of Medicine (MEDLINE) complete, literatura latino-americana em ciências da saúde (LILACS).

Nas buscas utilizou-se o cruzamento entre os seguintes descritores na língua portuguesa, bem como palavras-chave: lesões, basquetebol, atletas.

Para serem incluídos, os artigos deveriam ser originais, sem delimitação de tempo e com temas relacionados a lesões em atletas de basquetebol. Do qual foram utilizados 9 artigos com um total de 361 atletas.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A busca foi iniciada com 69 artigos das três bases de dados pesquisadas, sendo scielo 13 artigos, Lilacs 49 artigos Medline 7 artigos. Foram removidos 35 artigos duplicados, sendo realizada a leitura de títulos em 34 artigos. Após a leitura dos títulos forma excluídos 14 artigos, desta forma, 20 artigos foram selecionados por leitura dos resumos e destes, permaneceram 15 para a leitura completa, dos quais se selecionou 9 artigos que contemplaram o critério de inclusão.

O número total de atletas analisados foi de 361 atletas, com idades entre 13 e 60 anos, todos os estudos tinham como amostra atletas de basquetebol praticantes da modalidade.

O quadro a seguir mostra a relação de informações dos artigos usados para o presente estudo como Autores, amostras, grupos, intervenção, protocolos avaliativos e resultados referente aos artigos.

Após a verificação, dentro dos nove artigos analisados com 361 atletas no total, foram apurados um montante de 998 lesões musculoesqueléticas, sendo o tornozelo onde houve a maior frequência com 226 lesões (23%), seguido do joelho com uma presença de 125 lesões (13%), os demais grupos musculoesqueléticos como mãos, ombros, coxas, coluna, braços etc., apresentaram menor frequência de lesões em relação ao joelho e tornozelo.

O estudo de Neto et al; (2013), demonstrou-as que ocorreram mais lesões na equipe masculina do que feminina, provavelmente devido as características físicas que tornam o jogo na categoria masculina mais intenso. Tanto na equipe masculina como na feminina, foi verificado que a maioria das lesões aconteceram nos membros inferiores, que pode ser advinda das características de impacto do jogo, como mudança de direção brusca, corridas com arrancadas em curto espaço de tempo, saltos e aterrissagens.

Outro aspecto que contribui para as lesões é a idade dos atletas, em seu estudo Silva et al (2007), constataram que atletas com menos de 20 anos foram os que apresentaram menos casos de lesões, e que atletas mais velhos sofreram um número maior de entorses e fraturas, já atletas mais novos apresentaram mais lesões referentes a tendinite, lombalgia e dorsalgia.

Moreira et al (2003), encontraram em seu trabalho que as regiões MMII (membros inferiores) são as mais acometidas por lesões 48%, sendo a entorse de tornozelo encontrada com maior frequência, já as lesões de MMSS (membros superiores) representaram 13,7 % das lesões do estudo, mostrando uma grande disparidade com os membros inferiores. A Pesquisa mostrou que os estudos realizados pelos autores Silva et al (2007), e Neto et al (2013), vão de encontro com Moreira et al (2003), mostrando que a articulação do tornozelo é a que os atletas mais sofrem lesões.

Referente a articulação do joelho o estudo de Dario et al, (2010) teve essa articulação com maior número de lesões, das 13 lesões encontrada nos MMII (membros inferiores), 9 foram no joelho representando (69,23 %), indo de encontro com o estudo de Carvalho et al, (2010), que observaram em seu estudo, que os atletas tiveram a região MMII mais acometida por lesões sendo o joelho a principal articulação afetada, com 61,2% das lesões 11 das 18 constatadas.

O estudo de Vignoshi, (2010), nos trouxe novamente para a perspectiva que o tornozelo é o local com maior ocorrência de lesões em atletas de basquetebol, seu estudo mostrou que esse segmento foi onde houve a maior frequência de lesões, tendo 53 lesões relatadas, seguida pelo joelho que teve 21 lesões constatadas. O estudo de Moreira, (2006) foi de encontro ao de Vignoshi, (2010), tendo a região MMII a maior frequência de lesões com 61,5% das lesões, e a maioria sendo localizada no tornozelo.

Moreira, (2006), relata que a ocorrência dessas lesões está atrelada a alguns fatores como, condicionamento físico, preparo técnico, natureza do confronto, tipo de tênis, superfície de jogo, idade e posição do jogador. Todos esses fatores podem contribuir para ocorrência de lesões, mas o que mais acentua esses casos são os treinamentos intensivos e grande período de jogos, que causam uma sobrecarga muito grande nas articulações e musculatura dos atletas.

Na pesquisa de Martins et al;(2019), nos mostra que exercícios proprioceptivos foram usados no treinamento de atletas com objetivo de prevenir lesões, quando ocorre uma lesão como a entorse de tornozelo, os proprioceptores ou mecanorreceptores ficam danificados, prejudicando assim a propriocepção.

O estudo teve algumas limitações como a falta de mais estudos na língua brasileira, pouca variedade de estudo, referencias e estudos mais atuais, como também o tempo curto e a dificuldade de conseguir amostras das mesmas características para mensurar de maneira mais específica e apurada o estudo. Entende-se que necessita mais estudos para obter uma avaliação mais precisa e entender os aspectos que envolvem essas lesões e assim trabalhar maneiras de prevenir e diminuir esse quadro de lesões.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo teve seu objetivo alcançado em determinar as lesões mais frequentes em atletas do basquetebol, sendo obtido o resultado que o tornozelo é o lugar onde ocorrem mais lesões com 226 (23%) seguido do joelho com 125 (13%). Entende-se que há vários fatores que influenciam para esse resultado, como idade, carga de treino, posição

do jogador, tênis, superfície de jogo entre outros, mesmo o esporte hoje estando em um alto nível técnico cabe as equipes e atletas trazer formas de diminuir o quadro de lesões, que ocorrem com a prática da modalidade.

Entende-se que a grande intensidade de impactos sofridas pelos atletas, e o perfil das lesões que são característicos da modalidade, nos levam a acreditar que há necessidade da realização de um trabalho de fortalecimento muscular, um aumento do nível técnico trabalhado. E um acompanhamento contínuo e periódico da saúde das articulações e músculos dos atletas por um profissional competente e que seja feita também uma periodização de treino adequada ao atleta sem sobrecarga, fazendo o atleta perder desempenho e ficar mais suscetível a lesões.

REFERÊNCIAS

- 1- Almeida Neto, Antônio Francisco de, Tonin, Juliana Petrongari e Navega, Marcelo Taveira. Caracterização de lesões desportivas no basquetebol. *Fisioterapia em Movimento* [online]. 2013, v. 26, n. 2 [Acessado 4 Outubro 2021], pp. 361-368. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-51502013000200013>>. Epub 15 Jul 2013. ISSN 1980-5918.
<https://doi.org/10.1590/S0103-51502013000200013>.
- 2- CARVALHO, BRENDDA THAIZA S. et al. Lesões esportivas em atletas de basquete masculino veterano de Maringá. *REVISTA UNINGÁ*, [S.l.], v. 26, n. 1, dez. 2010. ISSN 2318-0579. Disponível em: <<http://revista.uninga.br/index.php/uninga/article/view/908>>. Acesso em: 04 out. 2021.
- 3- Dario, Bruno Estevan Siqueira, Barquilha, Gustavo e Marques, Reinaldo Monteiro. Lesões esportivas: um estudo com atletas do basquetebol bauruense. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte* [online]. 2010, v. 31, n. 3 [Acessado 4 Outubro 2021], pp. 205-215. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0101-32892010000300014>>. Epub 16 Maio 2011. ISSN 2179-3255. <https://doi.org/10.1590/S0101-32892010000300014>.
- 4- DE OLIVEIRA MARTINS, Eloiza Bragança et al. Impacto do treino proprioceptivo na prevenção em lesões de atletas de basquetebol. *Revista Pleiade*, v. 13, n. 27, p. 90-102, 2019.
- 5- DOS SANTOS, A.; DE OLIVEIRA, F. LESÕES EM ATLETAS DE BASQUETEBOL CONVENCIONAL E BASQUETEBOL EM CADEIRA DE RODAS: UMA REVISÃO NARRATIVA DA LITERATURA. *Movimenta* (ISSN 1984-4298), v. 12, n. 3, p. 467-475, 3 ago. 2019.
- 6- dos Reis Rezende, Mariana. "Epidemiologia de lesões em atletas jovens de voleibol e basquetebol: uma revisão de literatura." (2019). Disponível em: <http://hdl.handle.net/1843/36684>
- 7- Gantus, Mario Cardoso, and Jurandyr D'Ávila Assumpção. "Epidemiologia das lesões do sistema locomotor em atletas de basquetebol." *Acta Fisiátrica* 9.2 (2002): 77-84.

- 8- Marqueta, Pedro Manonelles e Tarrero, Luís Tárrega Epidemiologia das lesões no basquete. Revista Brasileira de Medicina do Esporte [online]. 1999, v. 5, n. 2 [Acessado 4 Outubro 2021] , pp. 73-76. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1517-86921999000200007>>. Epub 15 Abr 2011. ISSN 1806-9940. <https://doi.org/10.1590/S1517-86921999000200007>.
- 9- Moreira, Paulo, Daniel Gentil, and César de Oliveira. "Prevalência de lesões na temporada 2002 da Seleção Brasileira Masculina de Basquete." *Revista Brasileira de Medicina do Esporte* 9 (2003): 258-262.
- 10- Moreira, Paulo. "Prevalência de lesões das equipes de base e adultas que representaram a Seleção Brasileira de Basquete em 2003." *Rev. bras. ciênc. mov* (2006): 65-72.
- 11- Vignochi, Nicole. "Lesões de membros inferiores em atletas de basquetebol feminino: a reincidência e suas causas." *RBPFX-Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício* 4.20 (2010).
- 12- Reis, Lindsay Franciane da Costa Melo. "INCIDÊNCIA DE LESÕES NO BASQUETEBOL NAS DIFERENTES CATEGORIAS: CAUSAS E FORMAS DE PREVENÇÃO." *Revista Científica Semana Acadêmica. Fortaleza, Ano Mmxii* 000008 (2013).
- 13- Sacco, Isabel de C.N. et al. Influência de implementos para o tornozelo nas respostas biomecânicas do salto e aterrissagem no basquete. Revista Brasileira de Medicina do Esporte [online]. 2004, v. 10, n. 6 [Acessado 4 Outubro 2021] , pp. 447-452. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1517-86922004000600001>>. Epub 05 Abr 2005. ISSN 1806-9940. <https://doi.org/10.1590/S1517-86922004000600001>.
- 14- Silva, Alexandre Sabbag da, Rene Jorge Abdalla, and Mauro Fisberg. "Incidência de lesões musculoesqueléticas em atletas de elite do basquetebol feminino." *Acta ortopédica brasileira* 15 (2007): 43-46.
- 15- Piucco, Tatiane & Santos, Saray & Pacheco, Adriana & Souza, Patricia & Reis, Diogo. (2007). MAGNITUDE DOS IMPACTOS DURANTE AS

**ATERRISSAGENS NO BASQUETE ASSOCIADO COM LESÕES NOS
MEMBROS INFERIORES. 1.**